



Prof. dr hab. med. Tomasz Jan **Kostka**

medycyna społeczna i zapobiegawcza
kierownik Kliniki Geriatrii
dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Urodził się 20 października 1961 roku w Łodzi w rodzinie inteligenckiej Krzysztofa i Barbary z domu Jagielska. Ojciec - prof. dr hab., dyrektor Instytutu Chemii Wydziału Farmaceutycznego Akademii Medycznej w Łodzi, a matka, prof. dr hab., prodziekan ds. Oddziału Medycyny Laboratoryjnej Wydziału Farmaceutycznego Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Brat Piotr (ur. 1964) architekt w Wiedniu, Austria.

Do Szkoły Podstawowej Nr 94 im. Fryderyka Chopina w Łodzi uczęszczał w latach 1968-1976, następnie kontynuował naukę w IV Liceum Ogólnokształcącym im. Emilii Szczanieckiej w Łodzi (1976-1980). Studiował (1980-1986) - dyplom i tytuł zawodowy lekarza (26 VI 1986), doktoryzował się (25 II 1992) i habilitował (18 IV 2000) na Wydziale Lekarskim Akademii Medycznej w Łodzi. Napisał rozprawę doktorską: *Wpływ wysiłku fizycznego na odruch baroreceptorów tętniczych u osób zdrowych i u pacjentów z chorobą niedokrwienną serca*, której promotorem był prof. dr Jerzy Rożniecki oraz habilitacyjną: *Fizjologiczne i metaboliczne mechanizmy aktywności ruchowej u osób starszych* - recenzenci: prof. dr hab. Krystyna Nazar, prof. dr hab. Krzysztof Galus, prof. dr hab. Andrzej Lewiński. Odbił naukowe staże w: Kantonsspital Basel, Szwajcaria (1983), Royal Hallamshire Hospital w Sheffield, Wielka Brytania (1985), Service de Médecine du Sport, L'Hôpital Edouard-Herriot, Lyon - Francja (1993), Service de Pathologie Cardio-Vasculaire, L'Hôpital, d'Instruction des Armées Desgenettes, Lyon - Francja (1993), Service de Médecine Geriatrique Centre Hospitalier Lyon-Sud, Francja (1994-1998), Laboratoire de Physiologie de L'Exercice Université Claude Bernard w Lyonie - Francja (1994-1996), Service d'Hygiène, Epidémiologie et Information Médicale, Centre Hospitalier Lyon-Sud w Lyonie - Francja (1997), Karolinska Institutet w Sztokholmie - Szwecja (1998), European Academy for Medicine of Ageing w Sion, Szwajcaria (2003-2004). Uzyskał specjalizację w zakresie chorób wewnętrznych I° (1989), II° (1992), medycyny sportowej II° (1997) i geriatrii II° (2003). Dnia 18 I 2005 roku Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Aleksander Kwaśniewski nadał T. Kostce tytuł profesora nauk medycznych.

Zajmowane stanowiska i pełnione funkcje: asystent (1986-1994) w Pracowni Medycyny Sportowej Instytutu Medycyny Wewnętrznej, Zakładzie Medycyny Zapobiegawczej Katedry Medycyny Społecznej i Zapobiegawczej AM, adiunkt (1994-2005), profesor tytularny (2005), kierownik Kliniki Geriatrii (2005-), prodziekan ds. dydaktyki (2003-2008) i dziekan (2008-) Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.

Działalność dydaktyczna - promotor 1 doktoratu, 4 prac magisterskich, recenzent 3 rozpraw habilitacyjnych i doktorskich.

Praca naukowa - podejmuje problematykę badawczą z zakresu chorób wewnętrznych, medycyny sportowej, fizjologii wysiłku fizycznego, geriatrii, medycyny społecznej i zapobiegawczej. Autor kilkuset publikacji. W bibliografii podmiotowej zarejestrowano 129 pozycji, w tym 80 prac oryginalnych, 31 poglądowych, 7 streszczeń, 8 rozdziałów w podręcznikach, współautor 1 podręcznika. Jest współautorem skryptu. Recenzuje artykuły w czasopismach: *Medicine & Science in Sports and Exerc*, *European Journal of Applied Physiology*, *Medicina Sportiva*. Uczestniczył w realizacji programu Tempus Phare (1996-1997): Zarządzanie Lekiem, współpracuje z CINDI WHO (1994-).

Członek Towarzystwa Internistów Polskich, Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej (prezes Zarządu Oddziału Łódzkiego), Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego, Polskiego Towarzystwa Medycyny Społecznej i Zdrowia Publicznego (Zarząd Oddziału Łódzkiego), Kolegium Lekarzy Specjali-

stów Geriatrii w Polsce, European Academy for Medicine of Ageing, European Society of Cardiology, Komitetu Patofizjologii PAN (Komitet Geriatrii i Gerontologii 2003-).

Otrzymał odznakę honorową „Za zasługi dla ochrony zdrowia” (2005) i Medal Komisji Edukacji Narodowej (2010).

Hobby: muzyka, sport.

Spis publikacji

1987

1. Charakterystyka fizjologiczna biegaczy - maratończyków w wieku 30-59 lat z punktu widzenia profilaktyki tzw. chorób cywilizacyjnych. Materiały XX Zjazdu Naukowego. Warszawa 1987 s. 29-33.

Współaut.: ..., Wojciech Drygas, Paweł Mrozek

1988

2. Medyczne powikłania intensywnych wysiłków wytrzymałościowych. *Przeg. Lek.* 1988 Vol. 12 nr 45 s. 844-846.

1989

3. Charakterystyka fizjologiczna oraz poziom czynników zagrożenia chorobą niedokrwienną serca u biegaczy maratończyków w wieku 30-59 lat. *Pol. Tyg. Lek.* 1989 nr 6 s. 144-146.

Współaut.: ..., Wojciech Drygas, Paweł Mrozek

1990

4. Badania wydolności aerobowej i anaerobowej u piłkarzy wodnych. Monografia AWF w Poznaniu, 1990 nr 274 s. 77-88.

Współaut.: ..., Iwona Grzeleńska, H. Kuński, Paweł Mrozek

5. Badania współzależności między poziomem wydolności aerobowej i anaerobowej oraz typem somatycznym u zawodników judo. Monografia AWF w Poznaniu, 1990 nr 274 s. 89-98.

Współaut.: ..., Iwona Grzeleńska, H. Kuński, Anna Maślankiewicz, M. Holdrowicz

1992

6. Influence of physical training on baroreflex sensitivity in healthy subjects and in patients with ischaemic heart disease. *Annales Academiae Medicae Lodzensis* 1992 T. 33 z. 1-2 s. 108-11.

1994

7. Efekty rehabilitacji kardiologicznej ambulatoryjnej u chorych po przebytym zawale mięśnia serca. *Medycyna Sportowa* 1994 s. 38, 4-8.

Współaut.: ..., Anna Jegier, Wojciech Drygas, G. Meldner, Paweł Mrozek, Henryk Kuński

8. Wyniki 10-letnich badań prospektywnych efektów treningu zdrowotnego w aspekcie prewencji choroby niedokrwiennej serca. *Medycyna Sportowa* 1994 35 s. 2-6.

Współaut.: ..., Henryk Kuński, Wojciech Drygas, Iwona Grzeleńska-Drygas, Anna Jegier, Anna Maślankiewicz, Gabriela Meldner, Paweł Mrozek, Elisabeth Rakus-Andersson, M. Romanowska, A. Wiśniewska

1995

9. Influence of absolute and relative velocity levels on mechanical parameters of running. Book of abstracts. XVth Congress of the International Society of Biomechanics 2-6 July, Jyväskylä, Finland 1995 s. 502-503.

Współaut.: ..., Alain Belli, Jean-René Lacour, P. V. Komi

1996

10. Assessment of physical activity in the elderly. *Facts Res Geront.* 1996, 249-258.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour.

11. Efekty rehabilitacji kardiologicznej ambulatoryjnej u chorych po przebytym zawale mięśnia serca. *Nowa Medycyna* 1996 nr 3 s. 22-25.

Współaut.: ..., Anna Jegier, Wojciech Drygas, Gabriela Meldner, Paweł Mrozek, Henryk Kuński

12. Habitual physical activity (PA) and quadriceps muscle force-velocity relationship in men aged >65 years. First Annual Congress: Frontiers in Sport Science, The European Perspective, May 28-31 1996 Nice, France. Book of Abstracts s. 780-781.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Abdelrahmane Rahmani, Alain Belli, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour.

13. Insulin-like growth factor -I (IGF-I) is related to physical activity (PA) in older women. First Annual Congress: Frontiers in Sport Science, The European Perspective, May 28-31 1996 Nice, France. Book of Abstracts s. 782-783.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Marie C. Patricot, Sophie E. Berthouze, Bruno Mathian, Jean-René Lacour

14. Validation of a physical activity questionnaire in the elderly. *Eur. J. Appl. Physiol.* 1996 nr 74 s. 528-533.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour.

1997

15. Activité physique et vieillissement. *L'Année Gerontologique* 1997, 145-153.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Jean-René Lacour.

16. Habitual physical activity and peak anaerobic power in elderly women. *Eur. J. Appl. Physiol.* 1997 nr 76 s. 81-87.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Laurent M. Arsac, Sophie E. Berthouze, Alain Belli, Jean-René Lacour.

17. Maximal anaerobic power in men: effects of aging and physical activity. The Second Annual Congress of the European College of Sport Science, Copenhagen, Denmark, August 27-23, 1997. Abstract Book s. 1022-1023.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Laurent M. Arsac, Sophie E. Berthouze, Alain Belli, Jean-René Lacour.

18. Metody oceny aktywności ruchowej u osób w podeszłym wieku. *Pol. Merk. Lek.* 1997 Vol. 3 nr 18 s. 299-302

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Jean-René Lacour, Wojciech Drygas.

19. Oxidative stress and physical fitness in healthy active older subjects. The Second Annual Congress of the European College of Sport Science, Copenhagen, Denmark, August 27-23, 1997. Abstract Book s. 752-753.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Jean-René Lacour.

20. Parallel modulation of aerobic and anaerobic capacities by physical activity in older women. The Second Annual Congress of the European College of Sport Science, Copenhagen, Denmark, August 27-23, 1997. Abstract Book s. 1020-21.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Laurent M. Arsac, Sophie E. Berthouze, Alain Belli, Jean-René Lacour.

21. Validity of ten physical activity surveys in older men. The Second Annual Congress of the European College of Sport Science. Copenhagen 1997 s. 754-755.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Jean-René Lacour.

1998

22. Peak anaerobic power in elderly men. *Eur. J. Appl. Physiol.* 1998 nr 77s. 182-188.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Laurent M. Arsac, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour.

23. Physical activity and dehydroepiandrosterone sulfate, insulin-like growth factor-I and testosterone in healthy active elderly people. *Age Ageing* 1998 nr 27 s. 745-751.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Marie C. Patricot, Sophie E. Berthouze, Bruno Mathian, Jean-René Lacour.

24. Physical activity, fitness, and integrated antioxidant system in healthy active elderly women. *Int J Sports Medicine* 1998 nr 19 s. 462-467.

Współaut.: ..., Jocelyn Drai, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

25. Próba optymalizacji zachowań wypoczynkowych w promowaniu zdrowia. Postępy w profilaktyce i leczeniu przewlekłych chorób niezakaźnych, CINDI Łódź 1998 s. 183-187.

Współaut.: Henryk Kuński

26. Usefulness of the prognostic inflammatory and nutritional index (PINI) in hospitalized elderly patients. *Internat J Vit Nutr Res* 1998 nr 68 s. 189-195.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, L. Ayzac, Y. Ingenbleek, R.C. Boisson, J. Bienvenu

1999

27. Étude de la fonction musculaire au cours d'un exercice maximal de courte durée chez le sujet âgé: la puissance maximale anaérobie. *L'Année Gériatologique* 1999 s. 381-387.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Jean-René Lacour.

28. Evaluation du vieillissement de la fonction musculaire. *Geriatric Pratique* 1999 nr 1 s. 27-28.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Jean-René Lacour.

29. Evaluation of knee extensor muscles under non-isokinetic conditions in elderly subjects. *J. Appl. Biomech.* 1999 nr 15 s. 337-344.

Współaut.: ..., Abdelrahmane Rahmani, Alain Belli, Georges Dalleau, Marc Bonnefoy, Jean-René Lacour.

30. Influence of acute and chronic exercise on insulin-like growth factor-I in healthy active elderly men and women. *Aging. Clin. Exp. Res.* 1999 nr 11 s. 373-379.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Marie C. Patricot, Sophie E. Berthouze, Bruno Mathian, Jean-René Lacour.

31. Sarkopenia - definicja i implikacje kliniczne. *Pol. Merk. Lek.* 1999 Vol. 6 nr 32 s. 89-91.

32. Starzenie się, aktywność fizyczna i wolne rodniki. *Pol. Merk. Lek.* 1999 Vol. 7 nr 40 s. 202-204.

33. The relationship of physical activity and fitness to lipid and lipoprotein (a) levels in the elderly men and women. *Med. Sci. Sports Exerc.* 1999 nr 31 s. 1183-1189.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour.

2000

34. Czerwone wino w medycynie: panaceum, moda czy.. czynnik ryzyka. *Prz. Lek* 2000; nr 57 s. 300-304.

Współaut.: M. Kwaśniewska, Wojciech Drygas

35. Fizjo-patologiczne aspekty starzenia się - możliwość oddziaływania przez trening fizyczny na sprawność fizyczną. *Prz. Lek* 2000 nr 57 s. 474-476.

36. Leg extensor power and dehydroepiandrosterone sulfate, insulin-like growth factor-I and testosterone in healthy active elderly people. *Eur. J. Appl. Physiol.* 2000 nr 82 s. 83-90.

Współaut.: ..., Laurent M. Arsac, Marie C. Patricot, Sophie E. Berthouze,

Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

37. Long-term effects of different physical activity levels on coronary heart disease risk factors in middle-aged men. *Int J Sports Medicine* 2000; 21: 235-241.

Współaut.: ..., Wojciech Drygas, Anna Jegier, Henryk Kuński

38. Physical activity, aerobic capacity and selected markers of oxidative stress and antioxidant defence system in healthy active elderly men. *Clin Physiol* 2000; 20: 185-190.

Współaut.: ..., Jocelyn Drai, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

39. Quadriceps muscle function in relation to habitual physical activity and max in men and women aged >65 years. *J. Gerontol. Biol. Sci.* 2000; 55A: B481-B488.

Współaut.: ..., Abdelrahmane Rahmani, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

40. The symptomatology of upper respiratory tract infections and exercise in elderly people. *Med. Sci. Sports Exerc.* 2000 nr 32 s. 46-51.

Współaut.: ..., Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

2001

41. Dożywanie uczniów w szkołach podstawowych województwa wrocławskiego. *Problemy Higieny* 2001 nr 75 s. 152-159.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska, Grażyna Człapińska

42. Lack of correlation between 6-month fluctuations in habitual physical activity and testosterone concentrations in elderly subjects. *J. Sports Med. Phys. Fitness* 2001 nr 41 s. 78-82.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Marie C. Patricot, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour.

43. Ocena warunków do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego w szkołach podstawowych na przykładzie województwa wrocławskiego. *Problemy Higieny* 2001 nr 74 s. 34-41.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska, Grażyna Człapińska

44. Realizacja posiłków dla uczniów w szkołach podstawowych i gimnazjach byłego województwa wrocławskiego. *Problemy Higieny* 2001 nr 75 s. 176-181.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska, Grażyna Człapińska

45. Response of blood lipids to physical exercise in elderly subjects. *Prev Cardiol* 2001 nr 4 s. 122-125,131.

Współaut.: ..., Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

46. Rola aktywności ruchowej w promocji zdrowia u osób starszych. *Medicina Sportiva* 2001 nr 5 (Suppl. 2) s. S147-S150.

47. Simultaneous validation of ten physical activity questionnaires in older men: a doubly labeled water study. *J. Am. Geriatr. Soc.* 2001 nr 49 s. 28-35.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, S. Normand, C. Pachiaudi, Jean-René Lacour, M. Laville.

48. Starzenie się a tzw. „hormony młodości”. Potencjalny wpływ treningu fizycznego. *Prz. Lek* 2001 nr 58 s. 25-27.

2002

49. Influence of 6-month changes in habitual physical activity on dehydroepiandrosterone sulfate in elderly subjects. *Biol Sport* 2002 nr 19 s. 33-41.

Współaut.: ..., Marie C. Patricot, Sophie E. Berthouze, Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

50. Jakość życia starszych mieszkańców Łodzi. W: Kowalewski J.T., Szukalski P. (red). Proces starzenia się ludności - potrzeby i wyzwania. I Kongres Demograficzny w Polsce. Sesja problemowa Łódź, 6-7 czerwca 2002. Tom II B: 239-248.

Współaut.: ..., E. Borowiak

51. L'activité physique pour retarder les effets du vieillissement sur la mobilité. *Presse Med* 2002 nr 31 s. 1185-1192.

Współaut.: ..., Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy

52. Les antioxydants pour retarder les effets du vieillissement, faits et perspectives. *Presse Med* 2002 nr 31 s. 1174-1184.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Jocelyn Drai

53. Realizacja zajęć wychowania fizycznego w klasach nauczania początkowego szkół podstawowych na przykładzie województwa łódzkiego. *Medycyna Sportowa* 2002 nr 18 s. 69-74.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska

54. Relations entre l'activité physique, la fonction musculaire et les concentrations en IGF-1, testostérone et DHEAS lors de l'avancée en âge. *La Revue de Médecine Interne* 2002 Vol. 23 s. 819-827.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, Marie C. Patricot, Jean-René Lacour, Abdelrahmane Rahmani, Sophie E. Berthouze.

55. Trening siłowy (oporowy) w promocji zdrowia i rehabilitacji. *Pol. Merk. Lek.* 2002 Vol. XIII, nr 78 s. 520-523.

56. Usefulness of calf circumference measurement in assessing the nutritional state of hospitalized elderly people. *Gerontology* 2002 nr 48 s. 162-169.

Współaut.: ..., Marc Bonnefoy, M. Jauffret, J.F. Jusot.

57. Wypadki uczniów w placówkach oświatowych na terenie byłego województwa łódzkiego w latach 1995-1998. *Zdrowie Publiczne* 2002 nr 112 s. 73-78.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska

2003

58. Aktywność ruchowa starszych mieszkańców Łodzi. *Medycyna Sportowa* 2003; 19: 139-146.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

59. Anabolic and catabolic hormonal responses to experimental two-set low-volume resistance exercise in sedentary and active elderly people. *Aging Clin Exp Res* 2003 Vol. 15 s. 123-130.

Współaut.: ..., Marie C. Patricot, Bruno Mathian, Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

60. Comprehensive geriatric assessment of random sample of older inhabitants of Lodz (Poland) - pilot study. *New Medicine* 2003 Vol. 4 s. 104-107.

Współaut.: ..., Krystyna Bogus, Ewa Borowiak, Wojciech Drygas

61. Czynniki determinujące częstość wypadków młodzieży szkolnej w szkołach podstawowych. Postępy w profilaktyce i leczeniu przewlekłych chorób niezakaźnych, WHO CINDI Łódź 2003, 273-281.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska

62. Epidemiology of school accidents during a six school-year period in one region in Poland. *Eur J Epidemiol* 2003 Vol. 18 s. 977-982.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska

63. Exercise, immune function, and infections in the elderly. *Am J Med Sports* 2003 Vol. 5 s. 142-147.

Współaut.: ..., Jean-René Lacour, Marc Bonnefoy.

64. Ocena sprawności funkcjonalnej osób starszych na podstawie badań przeprowadzonych wśród mieszkańców Łodzi. Postępy w profilaktyce i leczeniu przewlekłych chorób niezakaźnych, WHO CINDI Łódź 2003, 264-272.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

65. Ocena stanu odżywienia (Mini Nutritional Assessment - MNA) w populacji starszych mieszkańców Łodzi. *Pielęgniarstwo XXI Wieku* 2003 nr 4 s. 25-30.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

66. Programowanie aktywności ruchowej u osób starszych.

Medicina Sportiva 2003 Vol. 57 (Suppl. 1) s. S37-S44.

67. Usefulness of short (MNA-SF) and full version of Mini Nutritional Assessment (MNA) in examining the nutritional state of older persons. *New Medicine* 2003 Vol. 4 s. 125-129.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

68. Wpływ aktywności ruchowej na proces starzenia się. *Folia Medica Lodziensia* 2003 Vol. 30 s. 39-49.

69. Wypadki dzieci w wieku 0-15 lat w gospodarstwach rolnych w latach 1995-2000 na przykładzie byłego województwa łódzkiego. W: Uwarunkowania Rozwoju Dzieci i Młodzieży Wiejskiej / red. J. Zagórski, M. Skład M. Lublin 2003 s. 337-343.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska

2004

70. Aktywność ruchowa a percepcja bólu u osób starszych - badanie wstępne. *Medycyna Sportowa* 2004 nr 20 s. 191-198.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

71. Analiza świadczeń medycznych realizowanych przez pielęgniarki oraz oczekiwania starszych mieszkańców Łodzi na ten rodzaj usług. *Polska Medycyna Rodzinna* 2004 nr 6 (Supl 1) s. 147-154.

Współaut.: ..., Krystyna Bogus, Ewa Borowiak

72. Predictors of quality of life in older people living at home and in institution. *Aging Clin Exp Res* 2004 Vol. 16 s. 212-220.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

73. Suplementacja diety 2-deoxy-D-glukozą (2DG) jako prototyp mimetyki restrykcji kalorycznej. *Medycyna Metabolizna* 2004 Vol. VIII s. 43-46.

74. Trening aerobowy i anaerobowy a czynniki ryzyka choroby niedokrwiennej serca. *Medicina Sportiva* 2004 nr 8 (Suppl. 2) s. S5-S16.

Współaut.: ..., Dorota Zaniewicz

2005

75. Aktywność antytrombiny III w osoczu osób starszych - związek z czynnikami ryzyka chorób sercowo-naczyniowych. *Przeg Lek* 2005 Vol. 62 (Suppl 3) nr 35-38.

Współaut.: ..., Jadwiga Para, Wojciech Drygas

76. Aktywność ruchowa a starzenie się organizmu. W: Medycyna Sportowa / red. Anna Jegier, Krystyna Nazar, Artur Dziak. Warszawa 2005 s. 457-464.

77. Aktywność ruchowa a występowanie infekcji górnych dróg oddechowych u osób w starszym wieku. *Gerontol Pol* 2005 nr 13 s. 195-199.

Współaut.: ..., Katarzyna Prączko

78. Całkowita zdolność antyoksydacyjna surowicy krwi u osób zdrowych i z chorobą niedokrwinną serca. *Prz. Lek* 2005 Vol. 62 Suppl 3 s. 31-34.

Współaut.: ..., Anna Gawron, Jacek Chrzczanowicz, Dariusz Nowak, Monika Nonas, Wojciech Drygas, Anna Jegier

79. Charakterystyka porównawcza oczekiwań osób starszych ze środowiska miejskiego i wiejskiego na świadczenia opiekuńczo-pielęgnacyjne - badanie wstępne. *Pielęgniarstwo XXI Wieku* 2005 nr 12 s. 31-37.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak, Halina Żarnačka

80. Czynniki determinujące jakość życia osób starszych hospitalizowanych z przyczyn kardiologicznych - badanie wstępne. *Pielęgniarstwo XXI Wieku* 2005 nr 10/11 s. 77-81.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak, Małgorzata Kusiak

81. Ocena konsekwencji zdrowotnych zmian masy ciała u mężczyzn w wieku średnim - badanie prospektywne. *Prz. Lek* 2005 Vol. 62 Suppl 3 s. 18-22.

Współaut.: ..., Dorota Kaleta, Magdalena Kwaśniewska, Anna Bednarek-Gejo, Elżbieta Dziankowska-Zaborszczyk, Anna Jegier, Wojciech Drygas

82. Poziom aktywności fizycznej jak czynnik warunkujący występowanie otyłości i zespołu metabolicznego u mężczyzn w wieku średnim. Wyniki wieloletnich badań prospektywnych. *Prz. Lek* 2005 Vol. 62 Suppl 3 s. 8-13.

Współaut.: ..., Wojciech Drygas, Anna Jegier, Anna Bednarek-Gejo, Magdalena Kwaśniewska, Elżbieta Dziankowska-Zaborszczyk

83. Quadriceps maximal power and optimal shortening velocity in 335 men aged 23-88 years. *Eur J Appl Physiol* 2005 Vol. 95 s. 140-145.

84. Regularna aktywność ruchowa u osób starszych związana jest z niższym poziomem fibrynogenu. *Medycyna Sportowa* 2005 nr 21 s. 327-332.

Współaut.: ..., Jadwiga Para, Barbara Kostka, Marta Michalska, Katarzyna Prączko, Anna Jegier, Wojciech Drygas,

85. Wpływ wieku na zdolność do wykonywania wysiłków krótkotrwałych i długotrwałych. *Medycyna Sportowa* 2005 nr 21 s. 247-253.

Współaut.: ..., Dorota Zaniewicz, Anna Jegier, Wojciech Drygas

2006

86. Aktywność ruchowa a całkowita zdolność antyoksydacyjna surowicy krwi ludzkiej. *Medycyna Sportowa* 2006 nr 22 s. 90-96.

Współaut.: ..., Anna Gawron, Jacek Chrzczanowicz, Dariusz Nowak, Wojciech Drygas, Anna Jegier

87. Influence of chronic cardiovascular disease and hospitalisation due to this disease on quality of life of community-dwelling elderly. *Qual Life Res* 2006 Vol. 15 s. 1281-1289.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

88. Infekcje u osób starszych. Część I. Etiologia i patogenez. *Wiad Lek* 2006 Vol. 59 s. 538-541.

Współaut.: ..., Katarzyna Prączko

89. Infekcje u osób starszych. Część II. Zapobieganie i leczenie. *Wiad Lek* 2006 Vol. 59 s. 692-696.

Współaut.: ..., Katarzyna Prączko

90. Następstwa hipokinezy. *Fizjoterapia* 2006 Vol. 14 s. 53-59.

Współaut.: ..., Joanna Kostka, J. Krukowa, J. Czernicki

91. Rehabilitacja osób starszych. W: *Geriatrya z elementami gerontologii ogólnej* / red. T. Grodzicki, J. Kocemba, A. Skalska. Gdańsk 2006 s. 85-89.

2007

92. Aktywność ruchowa osób starszych poddanych całkowitej protezoplastyce stawu biodrowego. *Ortop Traumatol Rehabil* 2007 nr 9 s. 286-26.

Współaut.: ..., Z. Cukras, Katarzyna Prączko, Anna Jegier

93. Całościowa ocena geriatryczna. *Lekarz Rodzinny* 2007 R. 12 Dodatek s. 9-16.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak, M. Kolomecka

94. Correlates of plasma fibrinogen (FG) levels in a random sample of community-dwelling elderly. *Arch Gerontol Geriatr* 2008 Vol. 46 s. 211-220.

Współaut.: ..., Jadwiga Para, Barbara Kostka

95. Czynniki determinujące sprawność funkcjonalną i jakość życia osób starszych. W: *Sprawna starość* / red. A. Dąbrowski, R. Rowiński. Warszawa 2007 s. 11-17.

96. Incidence and nature of farm-related injuries among children aged 6-15 during a 10-year period in one region of Poland. *Cent Eur J Public Health* 2007 Vol. 15 s. 3-37.

Współaut.: ..., Stefania Sosnowska

97. Independent contribution of overweight/obesity and physical inactivity to lower health-related quality of life in

community-dwelling older subjects. *Z Gerontol Geriatr* 2007 Vol. 40 s. 43-51.

Współaut.: ..., Krystyna Bogus

98. Rehabilitacja i aktywność ruchowa osób w starszym wieku. W: *Geriatrya. Wybrane zagadnienia* / red. K. Galus. Wrocław 2007 s. 277-288.

99. Sprawność funkcjonalna i wybrane aspekty rehabilitacji osób starszych. *Lekarz Rodzinny* 2007 R. 12 Dodatek s. 26-31.

Współaut.: ..., Joanna Kostka

100. The interrelationship between physical activity, symptomatology of upper respiratory tract infections and depression in elderly people. *Gerontology* 2007 nr 53 s. 187-193.

Współaut.: ..., Katarzyna Prączko

2008

101. Analiza sprawności funkcjonalnej osoby w starszym wieku. Rola pielęgniarki w zespole geriatrycznym. W: *Geriatrya i pielęgniarstwo geriatryczne* / red. K. Wieczorkowska-Tobis, D. Talarska. Warszawa 2008 s. 81-94.

Współaut.: ..., Ewa Borowiak

102. Ocena funkcji umysłowych u osób starszych. W: *Wybrane problemy pielęgniarstwa i fizjoterapii* / red. A. Saracen, W. Hagner. Radom 2008 s. 109-118.

103. Otyłość i niska aktywność ruchowa jako ważne czynniki determinujące jakość życia osób starszych. *Geriatrya* 2008 nr 2 s. 116-120.

Współaut.: ..., Krystyna Bogus, Ewa Borowiak

104. Patofizjologiczne zmiany w organizmie determinujące zdolność do pracy ludzi starszych. Aktywność zawodowa pracowników starszych w aspekcie starzejącego się społeczeństwa. Warszawa 2008 s. 27-32.

105. Physical activity and upper respiratory tract infections. *Int J Sports Med* 2008 Vol. 29 s. 158-162.

Współaut.: ..., Wojciech Drygas, Anna Jegier, Katarzyna Prączko

106. Simple method for determining human serum 2,2-diphenyl-1-picryl-hydrazyl (DPPH) radical scavenging activity – possible application in clinical studies on dietary antioxidants. *Clin Chem Lab Med* 2008 Vol. 46 s. 342-349.

Współaut.: ..., Anna Gawron, Jacek Chrzczanowicz, A. Zwolińska, J. de Graft-Johnson, M. Krajewski, M. Król, J. Markowski, Dariusz Nowak

107. Wizja rozwoju Wydziału Nauk o Zdrowiu. *Biul. Inf. UM* 2008 Vol. 1 nr 3 s. 4-6

108. Wysiłek fizyczny a ryzyko infekcji. W: *Wybrane problemy pielęgniarstwa i fizjoterapii* / red. A. Saracen, W. Hagner. Radom 2008 s. 23-37.

109. Zasady usprawniania starszych pacjentów. W: *Geriatrya i pielęgniarstwo geriatryczne* / red. K. Wieczorkowska-Tobis, D. Talarska. Warszawa 2008 s. 335-342.

110. Znaczenie aktywności ruchowej w podeszłym wieku. W: *Aspekty medyczne starzenia się człowieka* / red. Michał Karasek. Łódź 2008 s. 263-283.

2009

111. Aerobic and anaerobic power in relation to age and physical activity in men. *Int J Sports Med* 2009 Vol. 30 s. 225-230.

Współaut.: ..., Wojciech Drygas, Anna Jegier, Dorota Zaniewicz.

112. Aerobic and anaerobic power in relation to age and physical activity. *Folia Cardiologica Excerpta* 2009 T. 4 Suppl. B s. 1.

Współaut.: ..., Wojciech Drygas, Anna Jegier, Dorota Zaniewicz

113 Aktywność ruchowa a sprawność funkcjonalna i lo-

komocyjna osób starszych. *Medycyna Sportowa* 2009 Vol 25 nr 4 s. 256-264.

Współaut.: ..., V. Jachimowicz

114. Analiza porównawcza wpływu cukrzycy i przebytego zawału mięśnia sercowego na jakość życia pacjentów. *Problemy Pielęgniarstwa* 2009 Vol. 17 nr 2 s. 86-91.

Współaut.: Ewa Borowiak, K. Rosiak, ...

115. Cardiovascular diseases (CVD) risk factors, physical activity (PA) and plasma plasminogen (Plg) in a random sample of community-dwelling elderly. *Arch Gerontol Geriatr* 2009 Vol. 48 s. 300-305.

Współaut.: ..., Jadwiga Para, Barbara Kostka

116. Choroby wieku podeszłego. Warszawa 2009.

Współaut.: ..., M. Koziarska-Rościszewska

117. Ocena poczucia własnej skuteczności u pensjonariuszy Domu Pomocy Społecznej. *Gerontologia Polska* 2009 Vol. 17 s. 23-31.

Współaut.: ..., V. Jachimowicz

118. Ocena sprawności fizycznej osób starszych z chorobami układu krążenia przebywających w Instytucjach Opiekuńczo-Lecznicznych – pierwsze doświadczenia programu POLKARD-Senior. *Folia Cardiologica Excerpta* 2009 T. 4 Suppl. B.

Współaut.: Ewa Jach, Monika Smolarek, Izabela Kośla, Marta Retlikowska-Lipińska, Jacek Chrzczanowicz, ...

119. Porównanie sytuacji zdrowotnej osób w podeszłym wieku, mieszkających w środowisku domowym miejskim, wiejskim oraz instytucjonalnym na terenie województwa łódzkiego, na podstawie programu Polkard Senior 2008. *Gerontologia Polska* 2009 Vol. 17 nr 4 s. 175-176.

Współaut.: Monika Smolarek, Marta Retlikowska-Lipińska, Joanna Czarnecka, Izabela Kośla, ...

120. Quality of life of chronic hemodialysis and peritoneal dialysis patients. *Clin Exp Med Lett* 2009 Vol. 50 nr 1 s. 37-42.

Współaut.: Ewa Borowiak, Elżbieta Braksator, Michał Nowicki, ...

121. Samoocena zdrowia przez starsze kobiety – słuchaczki Uniwersytetu Trzeciego Wieku. *Ginekologia Praktyczna* 2009 Vol. 1 s. 26-30.

Współaut.: ..., Violetta Jachimowicz

122. Satysfakcja z życia starszych kobiet. *Ginekologia Praktyczna* 2009 nr 3 s. 27-32.

Współaut.: ..., Violetta Jachimowicz

123. Sprawność funkcjonalna seniorów jako wyzwanie dla zdrowia publicznego. W: Jakość życia i opieka zdrowotna weteranów służby w Wojsku Polskim / red. Mieczysław Galszka, Tomasz Kostka. Łódź 2009 s. 68-78.

Współaut.: ..., Joanna Kostka

124. Stan funkcjonalny i zdrowotny osób palących tytoń w starszym wieku. *Przegląd Lekarski* 2009 nr 66 s. 584-588.

Współaut.: ..., Violetta Jachimowicz

125. Stan odżywienia osób w podeszłym wieku zamieszkających w środowisku domowym miejskim, wiejskim oraz instytucjonalnym. *Gerontologia Polska* 2009 Vol. 17 nr 4 s. 176.

Współaut.: Monika Smolarek, Marta Retlikowska-Lipińska, ...

126. Wpływ cyklu ćwiczeń ogólnousprawniających na sprawność fizyczną osób starszych oznaczaną testem Fullerton. *Medycyna Sportowa* 2009 T. 25 Suppl. 2 s. 47-49.

Współaut.: Ewa Jach, Jacek Chrzczanowicz, ...

127. Wydział Nauk o Zdrowiu. *Kronikarz* 2008/2009 R. 7 nr 13 s. 123-125, portr.

128. Założenia, cele oraz przebieg realizacji „Pilotażowego programu oceniającego możliwość i efektywność kompleksowej prewencji chorób układu krążenia u osób starszych”. *Medycyna Sportowa* 2009 T. 25 Suppl. 2 s. 68.

Współaut.: Monika Smolarek, Izabela Kośla, Marta Retlikowska-Lipińska, ...

129. Zmiany wydolności anaerobowej w przebiegu życia osobniczego człowieka – doniesienia wstępne. *Gerontologia Polska* 2009 Vol. 17 nr 4 s. 175.

Współaut.: Marta Retlikowska-Lipińska, Monika Smolarek, Izabela Kośla, ...

Skład osobowy i spis wykładów Akademii Medycznej w Łodzi na rok akademicki 1976-2001; Informator Nauki Polskiej 2000-2009; Informator Nauki Łódzkiej 2000; Jadwiga Piotrowska, Ryszard Żmuda: Bibliografia publikacji pracowników Akademii Medycznej w Łodzi za lata 1971-1990. Łódź 2000; T o ż (1991-2000) / oprac. R. Żmuda. Łódź 2002; Bibliografia publikacji pracowników Uniwersytetu Medycznego w Łodzi za rok 2002, 2003, 2004 / pod red. R. Żmudy. Łódź 2003-; Roman Maciej Bombicki: Kto jest kim w Polsce nowego millenium (2000-2002): encyklopedia actus purus [Poznań 2002] s. 269; Złota księga polskiej medycyny 2002/ red. nacz. Krzysztof Pikoń. Gliwice 2002 s. 153; Andrzej Kurnatowski: Kolejni profesorowie i doktorzy habilitowani Akademii Medycznej w Łodzi 1995-2002. Łódź 2004 s. 76, 77, portr.; Ryszard Żmuda: Prof. dr hab. Tomasz Jan Kostka, kierownik Kliniki Geriatrii, prodziekan ds. dydaktyki Wydziału Nauk o Zdrowiu. *Kronikarz* R. 2 2003/2004 nr 2 s. 276-277, il., portr.; [Sześćdziesięciopięć] 65-lecie wydziałów medycznych 1945-2010 / zainic. i oprac. [red. pracy zbiorowej] Teresa Pajszczyk-Kieszkiewicz. Łódź 2010 s. 11, 22, 967, 974, portr.; Piotr Machlański, Jerzy Supady: 65 lat wyższego szkolnictwa medycznego w Łodzi (1945-2010). Łódź 2010 s. 98; // <http://www.umed.lodz.pl>; <http://nauka-polska.pl>; <http://bazy.opi.org.pl>; Materiały i informacje przekazane przez prof. dr hab. Tomasza Kostkę redaktorowi „Kronikarza”.

Ryszard Żmuda