

FİZİKSEL AKTİVİTE VE RUH SAĞLIĞI

İÇİNDEKİLER CONTENTS

Sayı Editöründen
Metin ERGÜN

- 1 **Fiziksel Aktivite ve Mental Sağlık İlişkisi: Fiziksel Aktivitenin Psikolojik Etkileri-Biyokimyasal, Fizyolojik ve Psikososyal Mekanizmalar**
The Relation Between Physical Activity and Mental Health: Psychological Effects of Exercise-Biochemical, Physiological and Psychosocial Mechanisms
Seçkin ŞENİŞİK
- 8 **Fiziksel Aktivite ve Bilişsel Fonksiyon**
Physical Activity and Cognitive Function
Fatma Ebru KOKU, Metin ERGÜN
- 14 **Psikososyal Stres ve Fiziksel Aktivite: Fiziksel Aktivite, Stres Reaksiyonu ve Patofizyolojisi -Fiziksel Aktivitenin Sirkadiyen Ritme Etkisi-Fiziksel Aktivite, Stres ve İmmün Fonksiyon**
Psychosocial Stress and Physical Activity: Physical Activity, Stress Reaction and Pathophysiology-Effects of Physical Activity on Stress-Physical Activity, Stress and Immune Function
Oğuz YÜKSEL

- 20 **Ruhsal Bozukluklar ve Fiziksel Aktivite: Depresyon, Anksiyete Bozuklukları, Affektif Bozukluklar, Yeme Bozuklukları, Madde Kullanım Bozuklukları ve Şizofreni, Korunma ve Tedavide Fiziksel Aktivitenin Rolü**
Psychiatric Disorders and Physical Activity: Depression, Anxiety Disorders, Mood Disorders, Eating Disorders, Substance Using Disorders and Schizophrenia, the Role of Physical Activity in Prevention and Treatment
Vesile ŞENTÜRK CANKORUR
- 27 **Fiziksel Aktivitenin Çocuklarda Ruhsal Gelişim ile İlişkisi; Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu ve Yıkıcı Davranım Bozukluklarında Fiziksel Aktivite**
The Relationship Between Physical Activity and Mental Development in Children; Physical Activity in Attention Deficit -Hyperactivity Disorder and Disruptive Behavior Disorders
M. Oytun HASTÜRK, S. Çağdaş ŞENİŞİK
- 32 **Kronik Hastalıklarda Fiziksel Aktivitenin Psikolojik Etkileri ve Yaşam Kalitesi**
Effects of Physical Activity on Psychology and Quality of Life in Chronic Diseases
Güfat ARSLAN, Ufuk ŞEKİR
- 39 **Sportif Performansta Psikolojik Faktörler**
Psychological Factors in Athletic Performance
M. Şefik TİRYAKİ
- 51 **Spor Yaralanmalarının Önlenmesi ve Tedavisinde Psikolojik Faktörler**
Psychological Factors in Preventing and Treatment in Sport Injuries
Remzi Feridun DORAK
- 59 **Spor Hekimliğinin Ruh Sağlığını Koruma ve İyileştirmedeki Rolü: Multidisipliner Yaklaşım-Fiziksel Değerlendirme-Egzersiz Reçeteleri**
The Role of Sports Medicine in Protection and Improvement of Mental Health: Multidisciplinary Approach-Physical Evaluation -Exercise Prescriptions
Mehmet Mesut ÇELEBİ