

**Ekologia człowieka : podstawy ochrony środowiska i zdrowia człowieka.
T. 1, Wrażliwość na czynniki środowiska i biologiczne zmiany
przystosowawcze / Napoleon Wolański. - Wyd. 1, 4 dodr. – Warszawa,
2012**

Spis treści

Przedmowa

CZĘŚĆ PIERWSZA

Przedmiot i zakres ekologii człowieka	1
1. Czym jest ekologia człowieka	3
1.1. Ekologia ogólna. Definicja ekologii człowieka	3
1.2. Właściwości organizmów żywych	10
Interakcja	10
Poziomy integracji	13
1.3. Podstawowe pojęcia ekologii człowieka	14
Przestrzeń i związki funkcjonalne (otoczenie, środowisko, nisza)	15
Kategorie ekologiczne (biocenoza, biotop, ekosystem, krajobraz)	20
Poziomy troficzne. Sukcesja	22
Specyficzne potrzeby człowieka	24
1.4. Zakres ekologii człowieka	24
Myśl ekologiczna w aspekcie historii ludzkości	24
Historia rozwoju ekologii człowieka	32
Od doktryny do nauki	35
Cztery działy ekologii człowieka	39
Przedmiot badań ekologii człowieka	42
Ekologia człowieka a inne nauki	45
Implikacje praktyczne	48
BLOK 1.1. EKOLOGIA CZŁOWIEKA A SOZOLOGIA	5
BLOK 1.2. ZAKRES EKOLOGII CZŁOWIEKA	6
BLOK 1.3. POWSTANIE SEKCJI ADAPTABILNOŚCI CZŁOWIEKA IBP	36
BLOK 1.4. POWSTANIE MIĘDZYNARODOWEJ KOMISJI EKOLOGII CZŁOWIEKA (CHE/IU AES)	38
BLOK 1.5. GŁÓWNE PROBLEMY EKOLOGII CZŁOWIEKA	43
PODSUMOWANIE	51
PYTANIA KONTROLNE	53
2. Metodologia ekologii człowieka	55
2.1. Metodologia i metodyka ekologii człowieka	56
Wspólność i rozdzielność warunków życia	57
Metodyka badań w ekologii człowieka	59
Specyfika zjawisk rozwojowych	59
2.2. Norma a przeciętność i prawidłowość	60
Norma a przeciętność w zdegradowanym środowisku	60
Norma a nisza ekologiczna	61
23. Monitorowanie	62
Środowisko	62

Organizm i populacja	63
Charakter i częstość badań	64
Populacja generalna a próba	66
PRZYKŁAD 1	67
PRZYKŁAD 2	69
Program monitorowania	70
Monitoring środowiska	70
Monitoring warunków życia	76
Monitoring stanu populacji ludzkich	77
Opracowanie zebranych materiałów	78
Liczby względne, wskaźniki	79
Miary tendencji centralnej	79
Miary rozszewu (zmienności, dyspersji)	80
PRZYKŁAD 3	80
PRZYKŁAD 4	83
Współczynnik zmienności	83
Szacowanie błędu próby	83
PRZYKŁAD 5	84
Szacowanie różnic międzygrupowych	84
2.4. Modelowanie	84
Zróznicowanie a zmienność. Współwystępowanie a współzależność	87
Główne składowe. Ukryte czynniki	89
Regresja wieloraka	98
PRZYKŁAD 6	99
2.5. Odzworowanie krzywych rozwoju	99
2.6. Inwencja w sprawach analiz	104
PRZYKŁAD 7	105
BLOK 2.1. ZWIĄZEK WYKSZTAŁCENIA, DOCHODÓW I WYSOKOŚCI CIAŁA	92
BLOK 2.2. ANALIZA CZYNNIKOWA	93
BLOK 2.3. HIPOTEZA ZEROWA	98
PODSUMOWANIE	106
PYTANIA KONTROLNE	107

CZĘŚĆ DRUGA

Biologiczne zmiany przystosowawcze	109
3. Strategie przeżycia	111
3.1. Szansa przeżycia	111
3.2. Reaktywność organizmu	116
Wrażliwość na czynniki środowiska (ekosensytywność)	119
Zdolność przystosowawcza (adaptabilność)	121
Ekspresywność genów a plastyczność cech	121
Spontaniczna aktywność fizyczna i umysłowa	124
Zróznicowanie reaktywności	124
Dymorfizm płciowy	124
Heterozygotyczność	126
Okres ontogenezy i tempo rozwoju	127
Skutki odmiennej reaktywności	129
3.3. Strategie przystosowania do środowiska	130
Strategia zasadnicza: oszczędność energii	131
Strategie biologiczne	138

Strategia masowego rozrodu (r) i inwestycji indywidualnej (K)	139
Tolerancja. Homeostaza	143
Sprzężenia zwrotne	145
Strategie biokulturowe	145
Strategie kulturowe	155
Emocje a aspiracje	157
3.4. Rodzaje zmian przystosowawczych	158
Zastępstwo funkcji. Kompensacja	160
Nadprzystosowanie i nieprzystosowanie	161
3.5. Samosterowanie a samoregulacja	163
BLOK 3.1. STRES	116
BLOK 3.2. DYMORFIZM PŁCIOWY I. WYSOKOŚĆ CIAŁA	126
BLOK 3.3. POWSTANIE ŻYCIA I EWOLUCJA A GOSPODARKA ENERGETYCZNA	131
BLOK 3.4. STRATEGIE K I r W POPULACJACH LUDZKICH	141
BLOK 3.5. SYSTEMY POWIĄZAŃ CZŁOWIEK-ŚRODOWISKO	149
BLOK 3.6. WSPÓŁCZESNE CZYNNIKI PŁODNOŚCI I PRZEŻYWALNOŚCI	154
BLOK 3.7. PRZEKAZ KULTUROWY A GENETYCZNY	157
BLOK 3.8. DOBÓR MAŁŻEŃSKI A PŁODNOŚĆ I PRZEŻYWALNOŚĆ	167
PODSUMOWANIE	171
PYTANIA KONTROLNE	174
4. Uwarunkowania i czynniki życia człowieka	177
4.1. Warunki życia człowieka	177
4.2. Czynniki życia człowieka	178
Determinanty genetyczne	181
Czynniki paragenetyczne	182
Czynniki egzogenne	184
Tryb życia	185
4.3. Specyfika środowiska Homo sapiens	185
4.4. Modyfikatory środowiskowe	189
Modyfikatory naturalne	190
Modyfikatory socjo-kulturowe	192
4.5. Środowisko współczesne	195
4.6. Systemowe ujęcie warunków życia człowieka	197
BLOK 4.1. CZYNNIKI ROZWOJU	180
BLOK 4.2. MODYFIKATORY ŚRODOWISKOWE	189
PODSUMOWANIE	199
PYTANIA KONTROLNE	201
5. Adiustacje I. Odwracalne dostosowania organizmu	203
5.1. Zmiany przystosowawcze	203
Przystosowania w filogenezie	204
Dostosowania w ontogenezie	205
5.2. Adiustacje regulacyjne i aklimatyzacyjne	208
Adiustacje (dostosowania) regulacyjne	209
Adiustacje (dostosowania) aklimatyzacyjne	211
BLOK 5.1. ZAOPATRZENIE TLENOWE	212
PODSUMOWANIE	220
PYTANIA KONTROLNE	221

6.	Adiustacje II. Nieodwracalne dostosowania rozwojowe	223
6.1.	Ontogeneza jako ogniwo filogenezy	223
	Ewolucyjne znaczenie ontogenezy	224
	Stadialność rozwoju	227
6.2.	Rozwój jako strategia przeżycia	228
6.3.	Prawidłowości ontogenezy	230
	Etapy rozwoju	230
	Rozwój progresywny	232
	Noworodek	232
	Niemowlęstwo (pierwszy rok po urodzeniu) i okres poniemowlęcy (do 2,5-3 roku życia)	233
	Dzieciństwo (od 2,5-3 do 6-7 roku życia)	235
	Okres młodociany - przedpokwitaniowy (od 6-7 do 10-12 roku życia)	236
	Okres młodzieńczy - dojrzewania i dorastania (od ok. 10-12 do 18-20 roku życia)	237
	Etap względnej stabilizacji i dorosłości	240
	Etap regresu i starości	243
	Rozwój psychomotoryczny	245
	Rozwój społeczny i kulturowy	246
6.4.	Środowiskowe problemy rozwoju człowieka	247
6.5.	Mechanizmy rozwoju osobniczego	254
	Nierównomierność procesów wzrastania	255
	Zjawisko doganiania (catch-up)	257
	Sprzężenia zwrotne	262
6.6.	Adiustacje rozwojowe w przebiegu ontogenezy	264
	Zmiany w kolejności zjawisk rozwojowych	264
	Tempo rozwoju jako mechanizm dostosowań rozwojowych	267
	Współczesne dostosowania do zespołu warunków życia	270
	Dostosowania znane z porównań międzypokoleniowych	270
	Różnice wielkości i proporcji ciała ludności tubylczej i dostosowania u emigrantów	272
	Dostosowania rozwojowe do warunków życia w miastach i wsiach	276
	Dostosowania rozwojowe do warunków bytowych w rodzinie	279
	Tło środowiskowe w adiustacjach rozwojowych	281
	Dostosowania oczekiwane w przyszłości	282
	BLOK 6.1. SKOK POKWITANIOWY	237
	BLOK 6.2. KOLEJNOŚĆ WYRZYNANIA SIĘ ZĘBÓW	265
	BLOK 6.3. UWARUNKOWANIE PROPORCJI CIAŁA	275
	BLOK 6.4. WYKSZTAŁCENIE A WYSOKOŚĆ CIAŁA	280
	PODSUMOWANIE	284
	PYTANIA KONTROLNE	285
7.	Przystosowania na poziomie populacji. Adaptacja genetyczna	287
7.1.	Populacja jako jednostka biologiczna	287
7.2.	Przystosowania (adaptacje) na poziomie populacji	291
	Zróżnicowana płodność i przeżywalność	292
	Mechanizmy ewolucji człowieka	295
	Mechanizmy samoregulacji	298
7.3.	Środowiskowe problemy demografii	299
	Eksplozja demograficzna	311
	Spółeczno-kulturowe problemy demografii	313

Spółeczno-ekonomiczne problemy demografii	314
Zmiany sytuacji demograficznej świata	318
Sytuacja demograficzna Polski	326
Położenie geograficzne a demograficzne	329
BLOK 7.1. MIERNIKI RUCHÓW NATURALNYCH LUDNOŚCI	290
BLOK 7.2. PODSTAWOWE DANE DEMOGRAFICZNE	309
BLOK 7.3. STRUKTURA WIEKU I PŁCI A PRZEMIANY SPOŁECZNE	321
PODSUMOWANIE	332
PYTANIA KONTROLNE	333

CZĘŚĆ TRZECIA

Zróźnicowanie i geograficzne rozmieszczenie człowieka 335

8. Stan biologiczny osobnika i populacji ludzkich	337
8.1. Przeciętność, normalność i prawidłowość	337
8.2. Potencja organizmu i populacji a wartość środowiska	338
8.3. Możliwości oceny stanu osobnika i populacji	339
8.4. Stan zdrowia	343
Względem czego mierzyć zdrowie	344
Negatywne mierniki zdrowia	345
Pozytywne mierniki zdrowia	347
8.5. Stan odżywienia	348
8.6. Sprawność reprodukcyjna	350
8.7. Pomiar - norma - ocena	351
BLOK 8.1. WARTOŚĆ OCEN NA PODSTAWIE ODCZUĆ SUBIEKTYWNYCH	342
BLOK 8.2. METODY OCENY ROZWOJU FIZYCZNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY	357
PODSUMOWANIE	362
PYTANIA KONTROLNE	363

9. Antropogeografia i fizjologia środowiskowa	365
9.1. Środowisko geoklimatyczne	365
Poglądy na rolę środowiska geograficznego	369
9.2. Warunki geograficzne i klimatyczne	370
Wartość środowiska	372
9.3. Przekształcenia krajobrazu	376
9.4. Fizjologia środowiskowa i bioklimatologia	378
Budowa organizmu i fizjologiczne mechanizmy dostosowywania	380
Dostosowania do różnych warunków termicznych	387
9.5. Ewolucyjne przystosowania biologiczne	395
Ekologiczne reguły przystosowania	397
Rozmieszczenie cech morfologicznych i fizjologicznych na kuli ziemskiej	406
9.6. Przystosowania biokulturowe do warunków geoklimatycznych	410
Obszary arktyczne	411
Wysokie góry	414
Tereny suche	417
Ekosystemy trawiaste	420
Wilgotne lasy równikowe	421
9.7. Biorytmy	423
Biorytmy jako forma przystosowania	425
Rytmy okołodobowe, sezonowe i długookresowe	425
Zaburzenia biorytmów	441

BLOK 9.1. CZYM JEST KLIMAT	371
BLOK 9.2. ZMIANY KLIMATU	376
BLOK 9.3. WPŁYW ZACHMURZENIA NA WŁAŚCIWOŚCI ORGANIZMU	379
BLOK 9.4. PRZEMIANA MATERII I ENERGII. HOMEOSTAZA	381
BLOK 9.5. NARZĄDY ZMYŚLÓW. ANALIZATORY	383
BLOK 9.6. WPŁYW KLIMATU NA ORGANIZM	388
BLOK 9.7. WPŁYW KLIMATU NA TEMPO I PORĘ ROKU DOJRZEWANIA	391
BLOK 9.8. PRZYSTOSOWANIA ODDECHOWO-KRĄŻENIOWE DO WIĘKSZYCH WYSOKOŚCI	414
BLOK 9.9. RYTMY SEZONOWE CZY DOSTOSOWANIA?	428
BLOK 9.10. BADANIA NA JUKATANIE	433
PODSUMOWANIE	442
PYTANIA KONTROLNE	444
Słownik	445
Słownik angielsko-polski wybranych terminów	484
Wykaz skrótów	486
Nazwy regionów stosowane do obszarów formowania się ludzkości	488
Literatura	489
Zalecana literatura	489
Podstawowe metody badań i opracowania materiałów	491
Słowniki i bibliografie	492
Indeks rzeczowy	493

oprac. BPK