



MAGYAR EGÉSZSÉGMEGŐRZÉSI ÉS  
ÉLETMÓDDORVOSTANI EGYESÜLET

# MOTE RENDKÍVÜLI WEBINÁRIUM

---

IBLM vizsga -információk

2024.03.14 18:00



# Mi az IBLM vizsga missziója?



- „Az International Board of Lifestyle Medicine (IBLM) a globális csúcs életmóddorvoslást tanúsító szervezet, amely meghatározza és fenntartja az orvosok és egészségügyi szakemberek (Doktori/Mester) értékelésének és tanúsításának szabványait az evidencián alapuló életmóddorvoslás terén világszerte. Az IBLM diplomás tanúsítása **szakértelmet jelent az életmódbeli orvoslás gyakorlatában, és megkülönbözteti az egészségügyi szakembert, mint az életmóddorvoslás terén elérhető kompetenciák birtokosát.** Elkötelezettek vagyunk a legmagasabb globális tudományos szabványok mellett, és agresszíven innoválunk annak érdekében, hogy az életmóddorvoslás valóban részévé váljon a krónikus betegségek járványának megelőzésében, megoldásában, amely túlterheli bolygónkat és az egész ellátó rendszert.”
- Forrás: <https://iblm.org/>
- 6600+ képesített életmóddorvos (dip. IBLM) 72 országból 2017 óta
- Az életmóddorvoslásról a honlapunkon nagyon sokat olvashatsz: [www.eletmodorovstan.hu](http://www.eletmodorovstan.hu)

# IBLM vizsga - Magyarország



- **MIKOR? 2024.11.23 BUDAPEST 9:00-13:00-ig**
- <https://lifestylemedicineglobal.org/sister-organizations/>
- <https://iblm.org/> - enrollments/beiratkozás
- NÁLUNK JELENTKEZTEK, **MI INTÉZZÜK A REGISZTRÁCIÓT**



Lifestyle Medicine  
GLOBAL ALLIANCE



INTERNATIONAL BOARD OF  
LIFESTYLE MEDICINE



# Vizsga bemeneti feltételek



## • 1. Kurzus elvégzése 30 óra – e- learning

- magyarul <https://lifestylepro.hu/> IBLM által akkreditált! –VARGA Balázsnál kell jelentkezni – **Neked kell regisztrálni** nekünk igazolás kell róla
- angolul <https://portal.lifestylemedicine.org/ACLM/Store/Education-Store/Store-Categories.aspx?CAT=LMBR> NON CME verzió! (499 USD) – **Neked kell regisztrálni**, nekünk az elvégzett kurzusról kell küldeni egy igazolást

## • 2. részvétel egy kongresszuson- 20 óra idéntől! Eddig 10 óra kellett! Online/személyesen is lehet

- - >tavalyi MOTE kongresszus elfogadott! –aki volt és most vizsgázik is, azt mi automatikusan tudjuk
- -> új belépőknek <https://www.lmconference.org/> 2024. október 27-30.egyedi kedvezmény Nekünk **99USD**-ért, mi leadjuk a listát és megkapjátok az egyedi reg. Lehetőséget, ezt **MI intézzük, utalni az ACLM-nek kell**

## • 3. ESETTANULMÁNY

- Erre van egy templát, nekünk kell elküldeni, október 15-ig legkésőbb (magadból is írhatod), nem kell tőle tartani

# Feltételek folyt.



- A vizsga előtt legkésőbb 30 nappal az összes igazolást küldjétek el nekünk (kurzus, konferencia részvétel – értelemszerűen az LM2024-es konferencia ezen belül van, de arról is kérjük az igazolást!
- VIZSGA magyar/angol – NYILATKOZNI KELL IDŐBEN
- **Saját laptopon**, vizsgafelügyelőt az IBLM biztosítja, helyszínt időben közzétesszük
- **Orvosoknak (physician) 150 tesztkérdés 4 h alatt**
- **PhD/Msc (professionals) 120 tesztkérdés 4 h alatt**
- Vizsga eredmények 10-20 nappal a vizsga után megvannak, a legjobb 90% megy át, eddig a magyarok közül mindenkinek sikerült!
- Utána...illetve addig megcsináljuk a MOTE logót is 😊 - képesített életmódorvos

# Felkészülés



<https://iblm.org/competencies-weighting/>

- Javasolt tanulócsoportok alakítása (5 fő)
- Heti zoom meeting egy-egy téma átbeszélésre
- Közös tesztezés
- Ajánlott irodalom:  
<https://eletmodorvostan.hu/konyvajanlo/>
- Írni lehet az [eletmodorvostan@gmail.com](mailto:eletmodorvostan@gmail.com)-ra, igyekszünk időben válaszolni
- Javasolt MOTE taggá válni, ha még nem vagy az 😊

# Mi van a vizsga után?

- MOC – Maintenance of certification PROGRAM – SIKERES VIZSGA Esetén
- <https://ablm.org/maintenance-of-certification/> 80 Euro/év- évente 3 cikkreferátum + 5 év alatt 30h CME pont (konferenciák, webináriumok) – automatikusan kapsz róla infót, **TE intézed, nem kötelező, de ha nem csinálod 10 év után újra kell vizsgázni** – igyekeznünk fogunk a mi webinárijainkat is elfogadtatni 😊 - kis időt kérünk
- Magyar licensz vizsga? - itt még sok a kérdés

# Mennyibe kerül? – kevesebb, mint eddig!

- Orvosoknak, ill. nem tagoknak (physician): regisztrációs díj+vizsgadíj 99+799 Euro = **898 EURÓ**
  - MOTE tagoknak **818 EURÓ** (80 euro kedvezmény)
- PhD/MSC fokozatúaknak ill. nem tagoknak (professional): 49+599= **648 EURÓ**
  - MOTE tagoknak **578 EURÓ** (70 euro kedvezmény)
- Fizetési határidő: **legkésőbb szeptember 30-ig**, vizsgára jelentkezés után automatikusan küldünk díjbekérőt a teljes összegről. Számlát kérhettek róla.



# RESPONSE | INTRODUCING LIFESTYLE MEDICINE

## THE CENTER OF HEALTH

The six domains of lifestyle medicine draw from research and evidence in many fields of science. Lifestyle medicine is applicable to both primary and specialty care and, taken together with social determinants of health, aims to address not only physical health, but mental and social health as well.



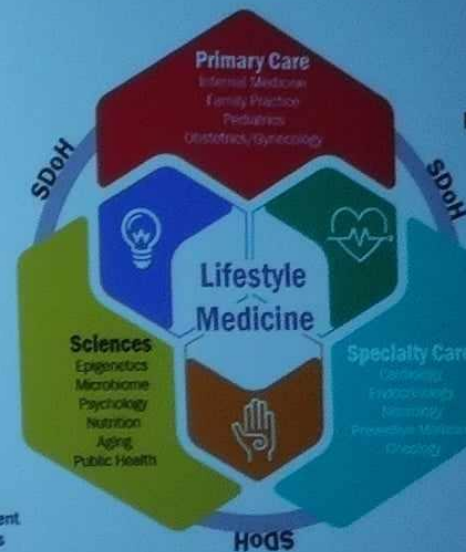
### Mental Health

Inner balance and harmony to optimally meet daily demands / tasks / relationships



### Social Determinants of Health (SDoH)

Economic Stability  
Education Attainment  
Health Care Access  
Built Environment  
Social Context



**Primary Care**  
Internal Medicine  
Family Practice  
Pediatrics  
Obstetrics/Gynecology



### Physical Health

Proper bodily function affected by lifestyle, genetics, and one's environment



### Social Health

Personal ability to interact and adapt effectively with the environment

**Sciences**  
Epigenetics  
Microbiome  
Psychology  
Nutrition  
Aging  
Public Health

**Specialty Care**  
Cardiology  
Endocrinology  
Neurology  
Preventive Medicine  
Oncology

Padmaja  
Patel MD



# Gyakran ismételt kérdések

1. Kérdés: HA tavaly részt vettem a MOTE I. kongresszusán, akkor idén vizsgázhatok?

Válasz: Igen, mivel idéntől 20 órára emeltéka kongresszusi jelenlétet, a tavalyi 10 órás események még elfogadottak.

2. Kérdés: Tavaly még nem hallottam, hogy lehet vizsgázni és a MOTE kongresszuson sem vettem részt, de így is vizsgázhatok?

Válasz: Igen, de mivel mi idén nem szervezünk konferenciát (kétévente tervezünk) így neked kell keresned egy IBLM által akkreditált eseményt. Online részvétel is elfogadott. Egyedi kedvezményt kaptunk az idei ACLM kongresszuson való virtuális részvételre. HA ezt választod, akkor írd nekünk és intézzük az egyedi kódot. Ha más konferenciára mennél, itt találod az idei IBLM/LMGA által elfogadott konferenciákat:

<https://lifestylemedicineglobal.org/events/> - nekünk az igazolást kell megküldeni a fentiek szerint



# GYIK folyt

3. Kérdés: Ha voltam tavaly a MOTE kongresszuson, de lelkes vagyok és megnézném az egyedi kedvezményes LM2024 ACLM kongresszust <https://lifestylemedicine.org/project/virtualconference/> akkor is van lehetőségem?

Válasz: Igen, jelezd felénk a szándékodat.

4. Kérdés: Az ELMO kongresszus tavalyról elfogadott?

Válasz: Nem.

5. Kérdés: Mennék az idei ÉMOT konferenciára, ezt elfogadjátok?

Válasz: Nem.

Kérdés: Miért nem?

Válasz: Mert semmilyen kapcsolatban nem állnak a nemzetközi szervezettel, mint ahogy a honlapjukon tévesen állítják, így a konferenciájukat sem tudjuk elfogadni. Ők az ELMO testvérszervezete, az ő „vizsgájukról” az ELMO honlapján tájékozódj, az IBLM vizsga világszinten elfogadott.

# GYIK folytatás

6. Kérdés: Most végzem a Lifestylepro Academy kurzusát, az elfogadott?

Válasz: Igen, az IBLM akkreditálta.

7. Kérdés: Még nem kezdtem el semmilyen képzést, időben vagyok, hogy felkészüljek a vizsgára?

Válasz: Igen. Ha a Lifestylepro Academy-t szeretnéd végezni, akkor fontos infó, hogy a júliusi következő jelentkezéstől ne maradj le, akkor még pont benne vagy a határidőkben, meghirdetés várhatóan áprilisban lesz! Ha angol nyelvű képzést választasz, az is online tanulás, még bőven van időd felkészülni. 3 hónap elég szokott lenni, de nagyon sok olvasnivaló van, jó ha időben elkezded a felkészülést. Segítünk.

8. Kérdés: Egyénileg is felkészülhetek a vizsgára vagy muszáj tanulócsoporthoz jelentkezni?

Válasz: Természetesen egyénileg is lehet, a tanulócsoporthoz egy lehetőség, hogy könnyebbem menjen a felkészülés és megtudjátok beszélni a felmerülő kérdéseket.

# GYIK folytatás

9. Kérdés: Az esettanulmány milyen hosszú kell legyen?

Válasz: kiküldjük a mintát, hogy hány karakter kell legyen. Nem kell tőle félni, saját magadból is írhatod. Lényeg, hogy szerepeljen benn egy vagy több életmód intervenció a tanultakat bizonyítva és legyen egy kimenetele. Jóindulatúak vagyunk.

10. Kérdés: Euróban kell utalni vagy forintban is lehet?

Válasz: euróban.

11. Kérdés: Lehet vizsgázni magyarul is?

Válasz: IGEN.

12. Kérdés: Ha nem tudok angolul jól, elég ha a LifestylePro tanusítványt szerzem meg?

Válasz: Természetesen, az IBLM vizsga akkor hasznos, ha szeretnéd lemérni a tudásod és nemzetközi szinten is kvalifikálni magad.

# MIÉRT JÓ MOTE tagnak lenni?

- Igyekszünk hitelesek maradni, non profit szervezet vagyunk, IDÉNTŐL 1%-ot is fogadunk
- Mindannyian teljes értékű munka mellett végezzük ezt a tevékenységet
- Célunk az életmódorvoslás közös nyelvének megtanítása és tagjainknak folyamatos fejlődési segítése, lásd korábbi webináriumok, konferencia, workshopok, részvétel kerekasztal beszélgetésekben, további célok: <https://eletmodorvostan.hu/celok/>
- Következő konkrét program: Orvosi kommunikációs tanfolyam a MOTE szervezésében Dr. Purebl György vezetésével – hamarosan meghirdetésre kerül
- Kiemelten foglalkozunk a mentális jóllét fejlesztésével (coach, pszichológus tagjaink)
- Munkacsoportok alakulása, inkluzív, befogadó hangulat, tagi tartalmak
- Séta az orvossal program ÉRD-en, érdi Kardiotanösvény, együttműködés az önkormányzattal, szakmai program kidolgozása
  - VÁRUNK TAGJAINK KÖZÉ!
  - <https://eletmodorvostan.hu/kategoriak/>

# KÉRDÉSEDEIT FELTEHETED AZ [ELETMODORVOSTAN@GMAIL.COM](mailto:ELETMODORVOSTAN@GMAIL.COM)-ON

