Dnr: FHGLH1/20271

Faculty of Health, Science and Technology
Public Health Science

Course Reading

Living habits - physiology and health

Valid from 01/18/2027

Course Code:	FHGLH1
Course Title:	Living habits - physiology and health
Credits:	15
Degree Level:	Undergraduate level

Books

Allebeck m.fl. (2026). *Socialmedicin och folkhälsa: Individ, hälsa och samhälle* (Senaste upplagan). Lund: Studentlitteratur

Christensen, R. & Ohlsén, K. (2025). *Anatomi och fysiologi: nivå 1B* (Senaste upplagan). Stockholm: Sanoma Utbildning

Rössner, Stephan; Egger, Garry & Binns Andrew (2014). *Levnadsvanor: en klinisk handbok*. Lund: Studentlitteratur

Web resources

Folkhälsomyndigheten (2021). Riktlinjer för fysisk aktivitet och stillasittande: Kunskapsstöd för främjande av fysisk aktivitet och minskat stillasittande

Reference material

Världshälsoorganisationen (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*

Vetenskapliga artiklar, webresurser och ytterligare referenslitteratur tillkommer

---

Approved by the Faculty Board of Health, Science and Technology 10/26/2026