

INTEGMED.PL

NOWOŚCI MEDYCZNO- NUTRACEUTY CZNE

1 marca 2022



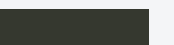
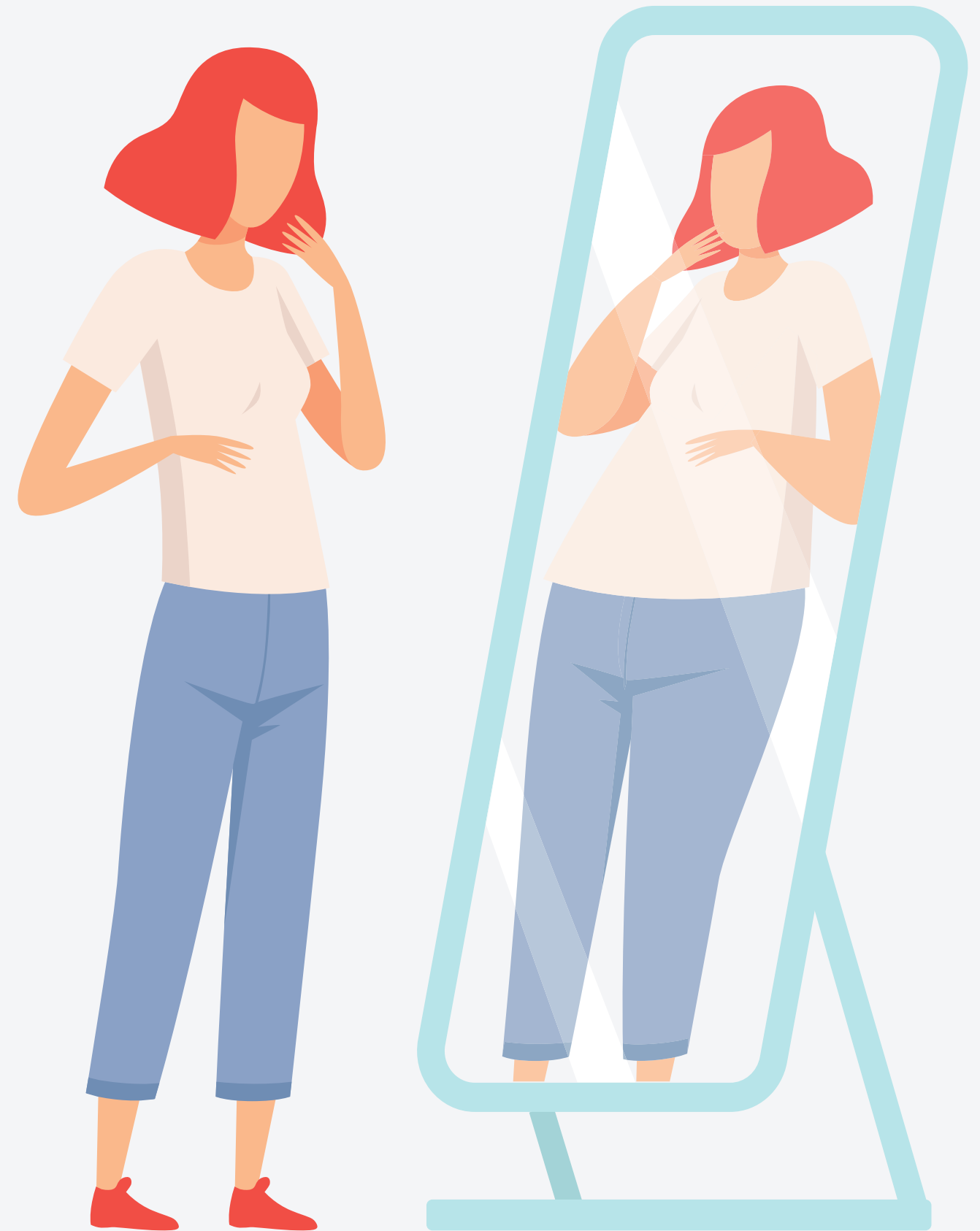
Niniejszy materiał ma wyłącznie charakter
informacyjno-edukacyjny i nie zastępuje
porady lekarskiej

14 proc.

USA | 35143297

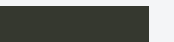
2 lata:

- reprograming adipocytów (mitochondria)
- ↓ regresji grasicy i ↑ limfocytów T → ↓ st. zapalne,
↑ spalanie tłuszczu, ↑ życia





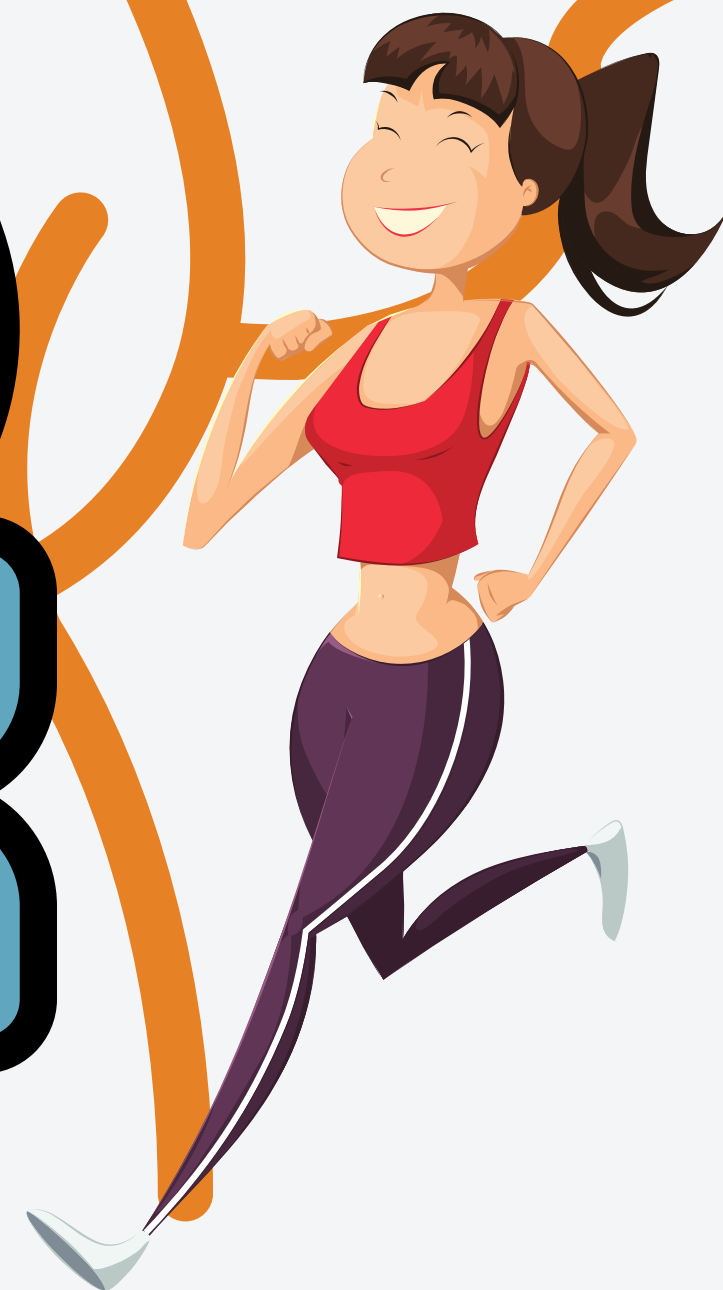
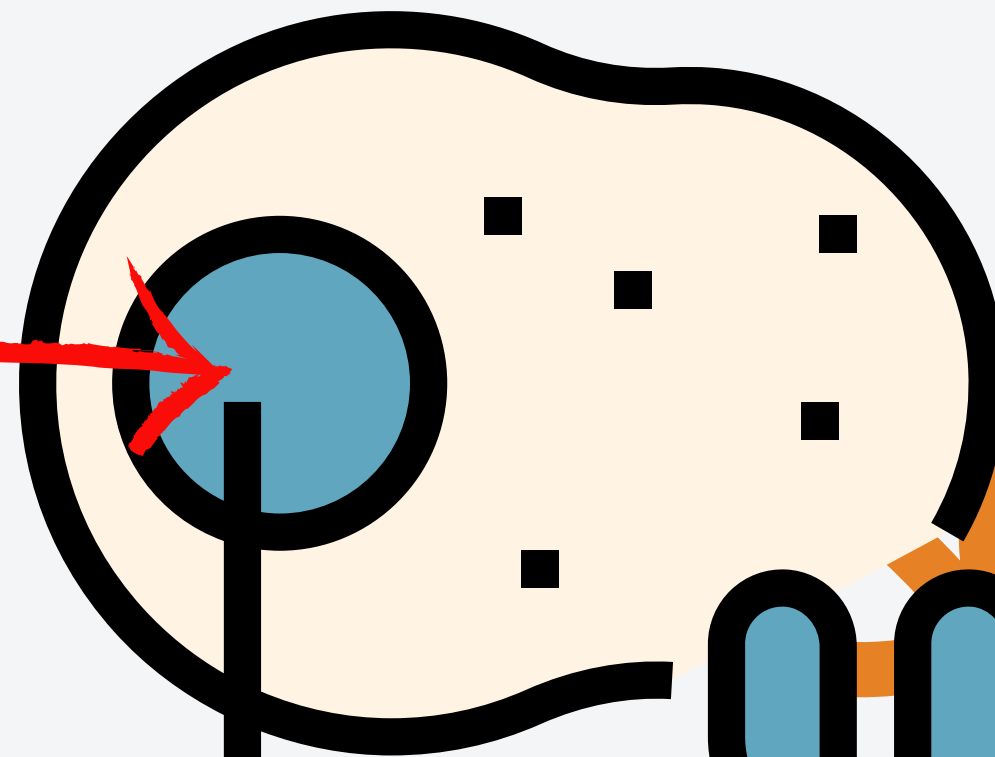
Niemcy, Dania | 35120589





GR ↑

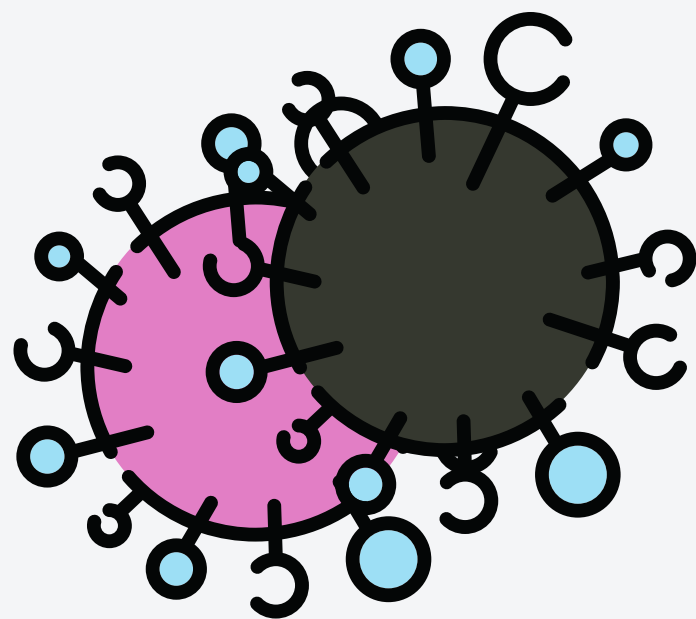
TNFalfa ↓



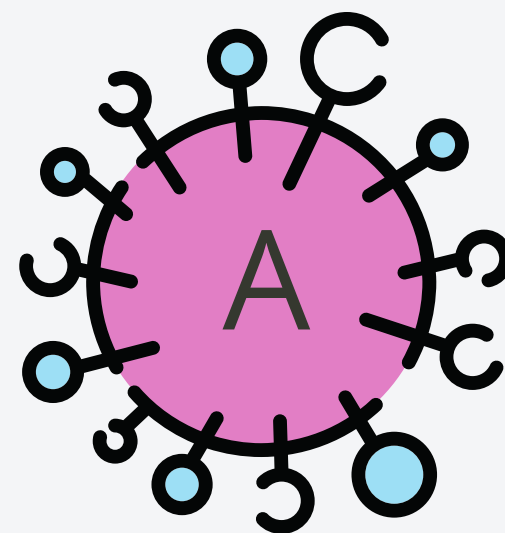
Niemcy, Dania | 35120589

Grypa

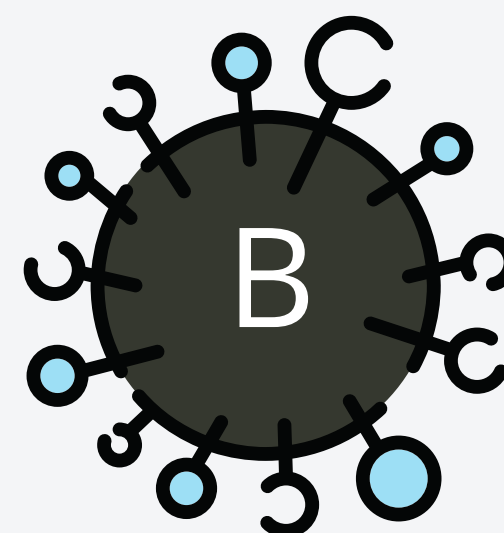
35071300 | CHINY



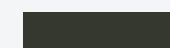
RR -20 proc.
ogółem



>>>>20 proc.



bez wpływu

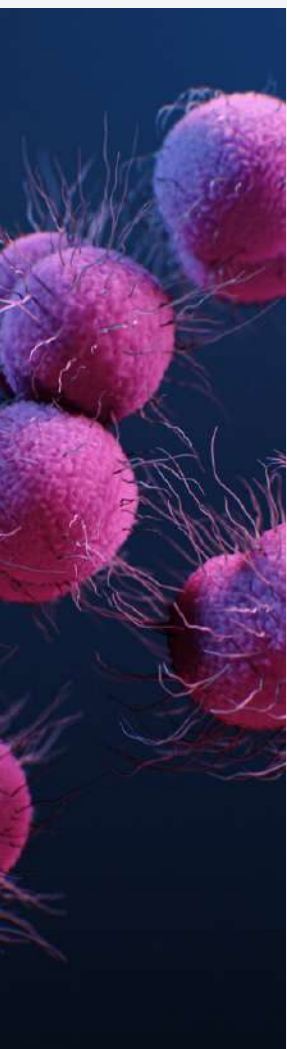


POChP

różnice składu mikroflory jelitowej
(palacze) → zaprzestanie odwraca
błonnik działa podobnie
probiotyki? brak RCT
oś jelita-płuca

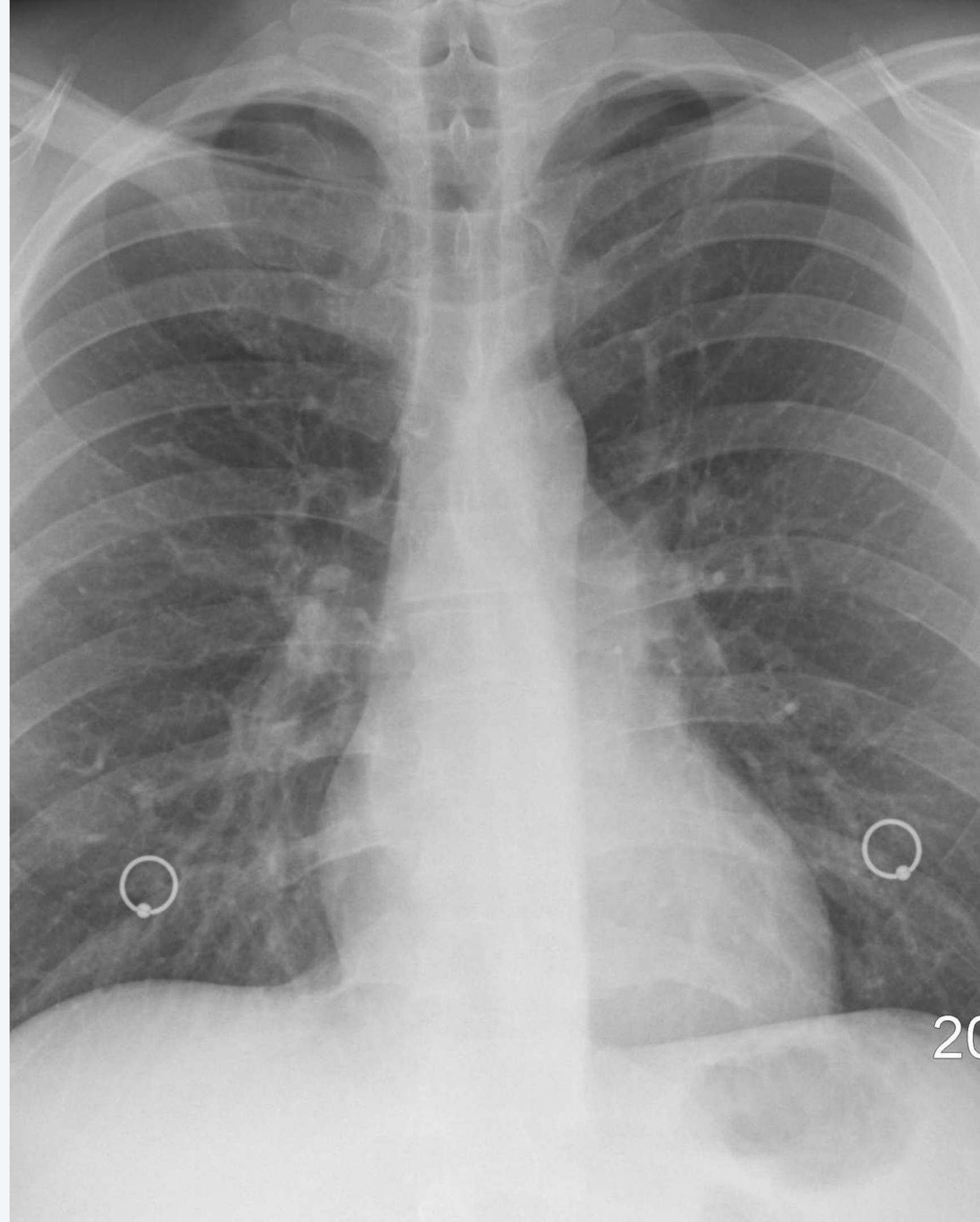


HOLANDIA | 34836408



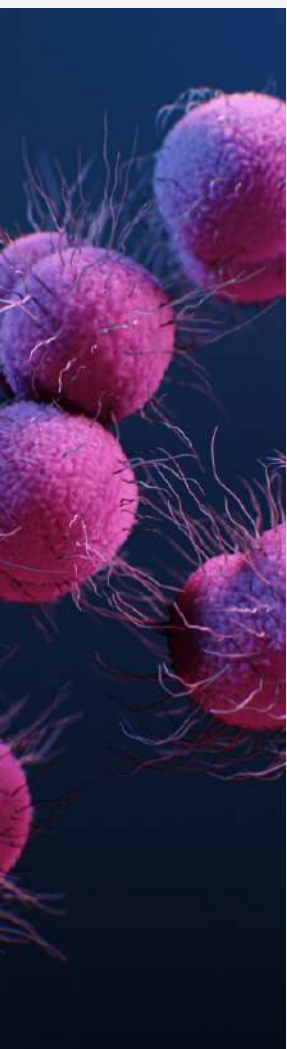
OŚ JELITA- PŁUCA

astma: stan zapalny, remodeling,
nadwrażliwość
leki: wziewne sterydy, beta-mimetyki

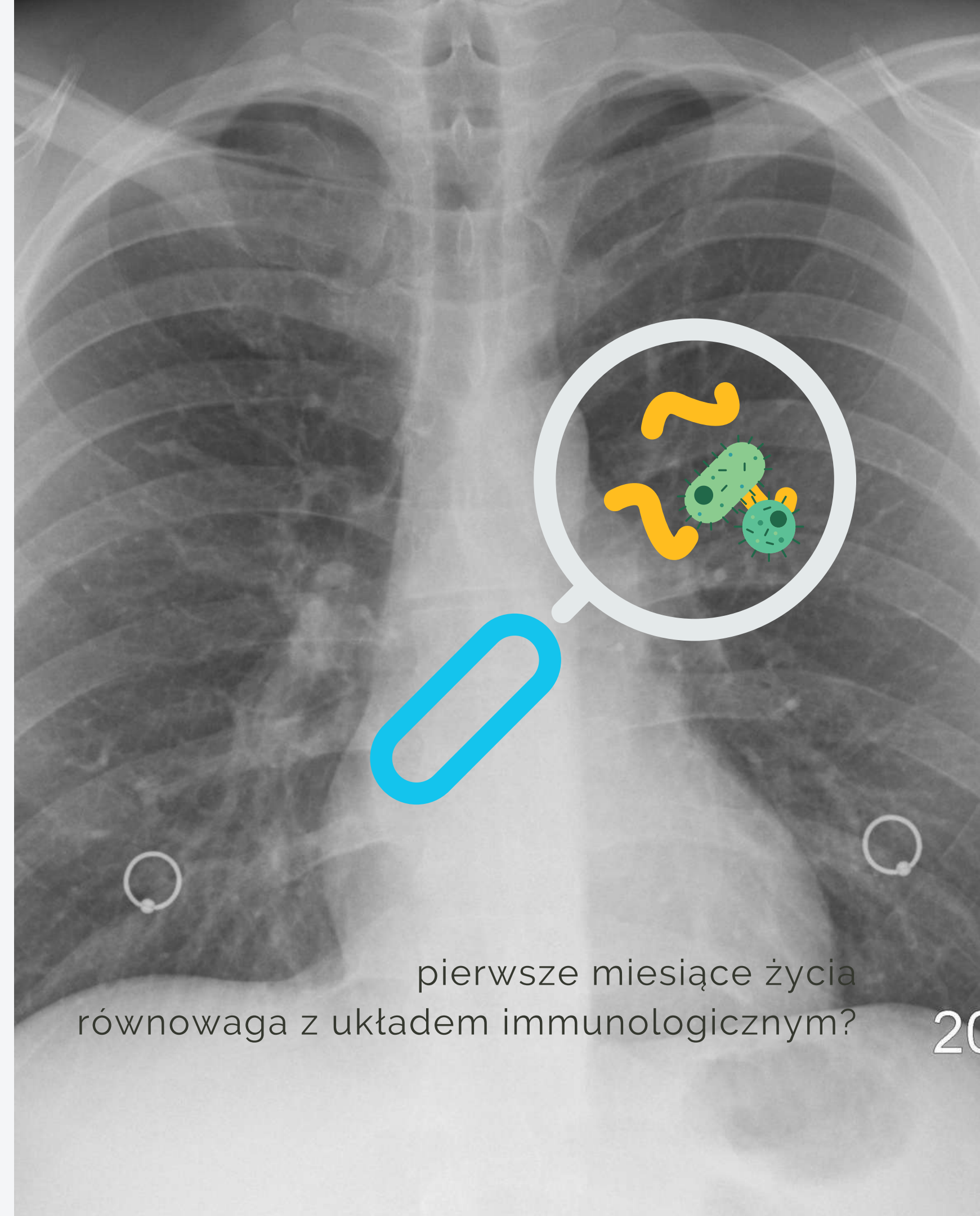


20

HOLANDIA | 34836408



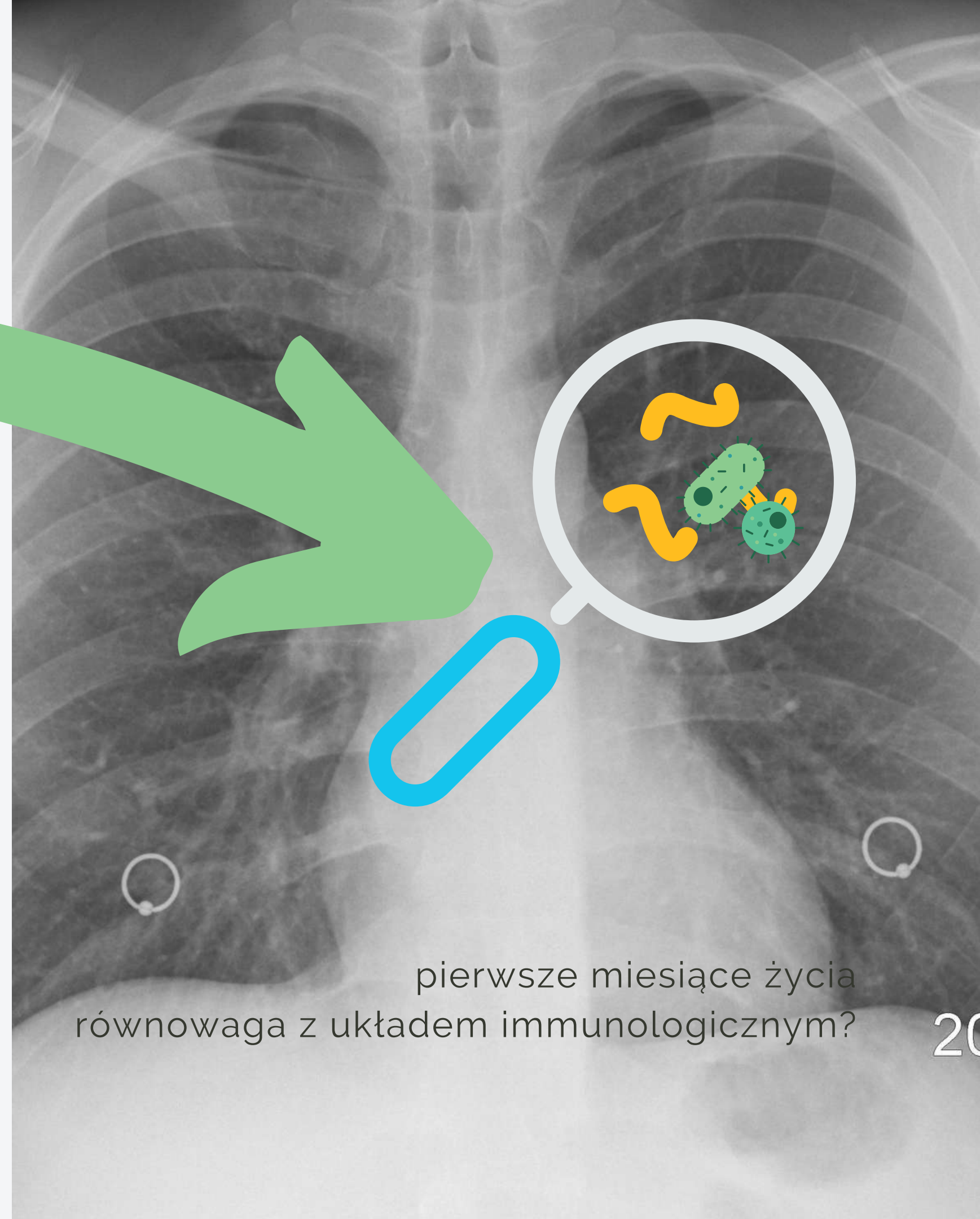
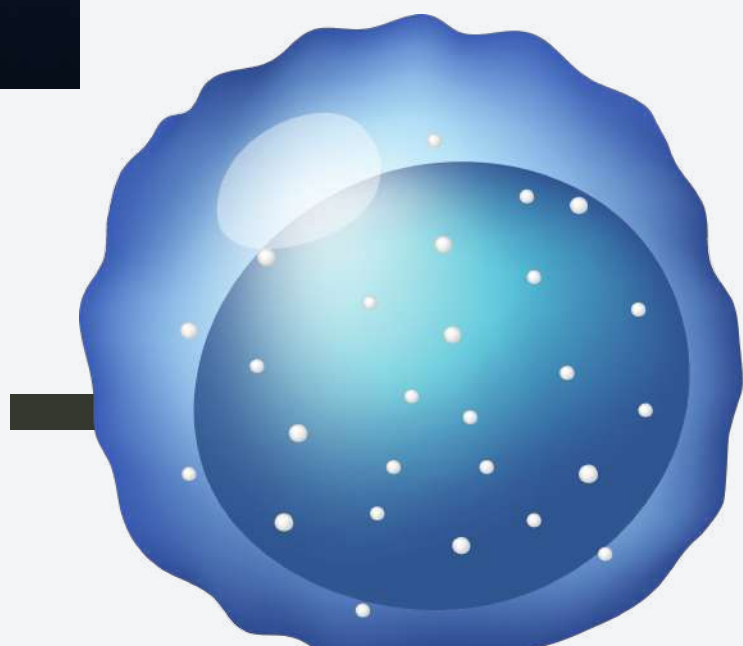
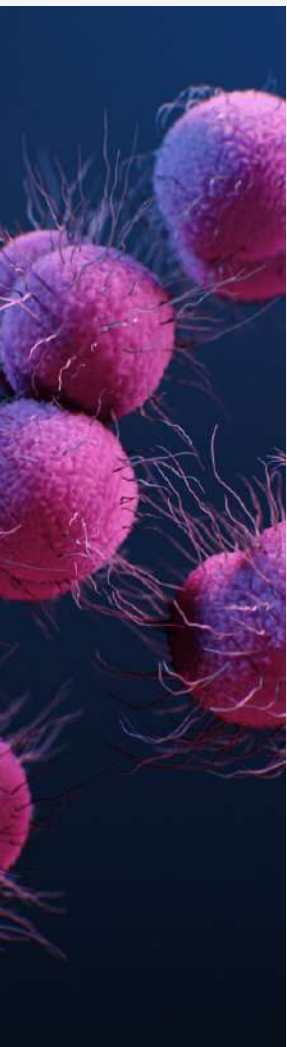
OŚ JELITA- PŁUCA



pierwsze miesiące życia
równowaga z układem immunologicznym?

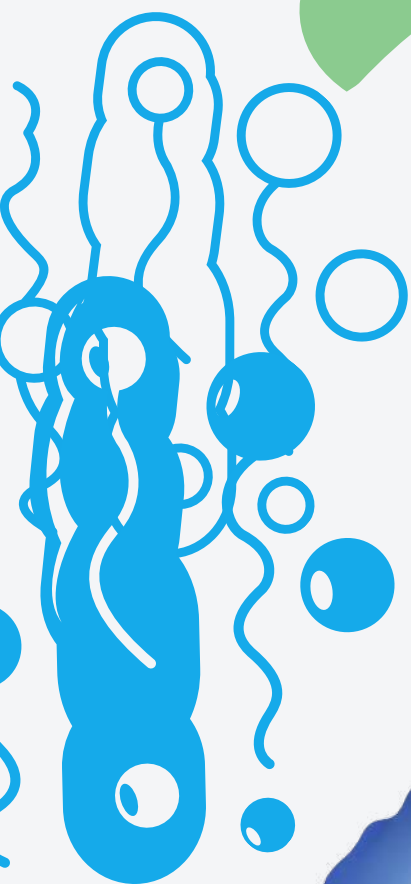
20

OŚ JELITA- PŁUCA



pierwsze miesiące życia
równowaga z układem immunologicznym?

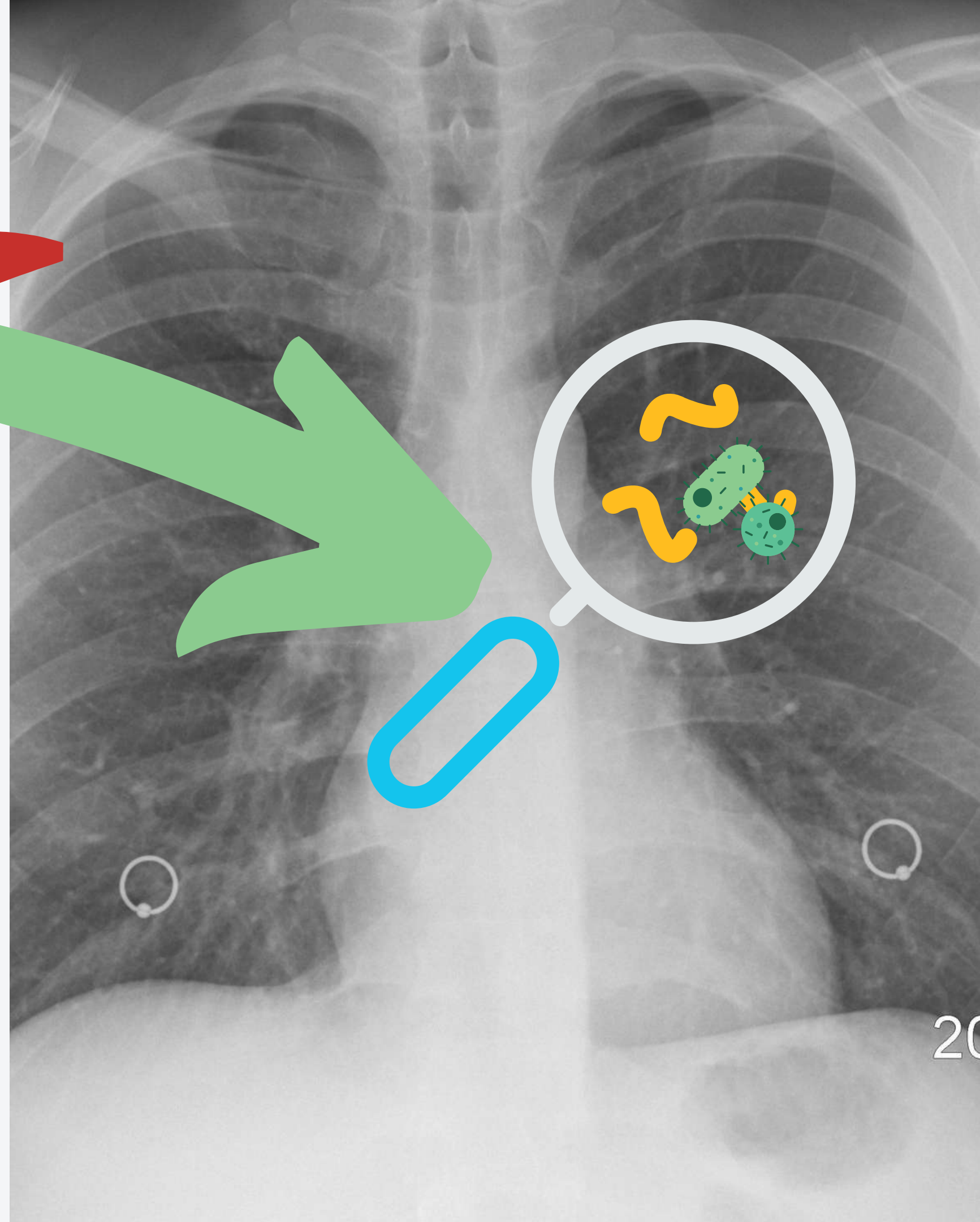
HOLANDIA | 34836408



BŁONNIK



SCFA



20

Dieta wysokobłonnikowa

- ~ ryzyko, kontrola (obs)
- ~ kontrola poj. int.
(+probiotyki)
- rodzaje? dawka?
- leki!!! + odsuwanie



2000-2020, 46 prac, n=140 tys.

trigger:

bierne palenie +70% (drażnienie oskrzeli)

syntetyczna pościel +90% (mikrofibra, nylon, akryl,
alergeny zwierzęce)

gaz +40% (NO₂)

więcej w domach chorych na astmę, ↑ leki

Astma: unikać

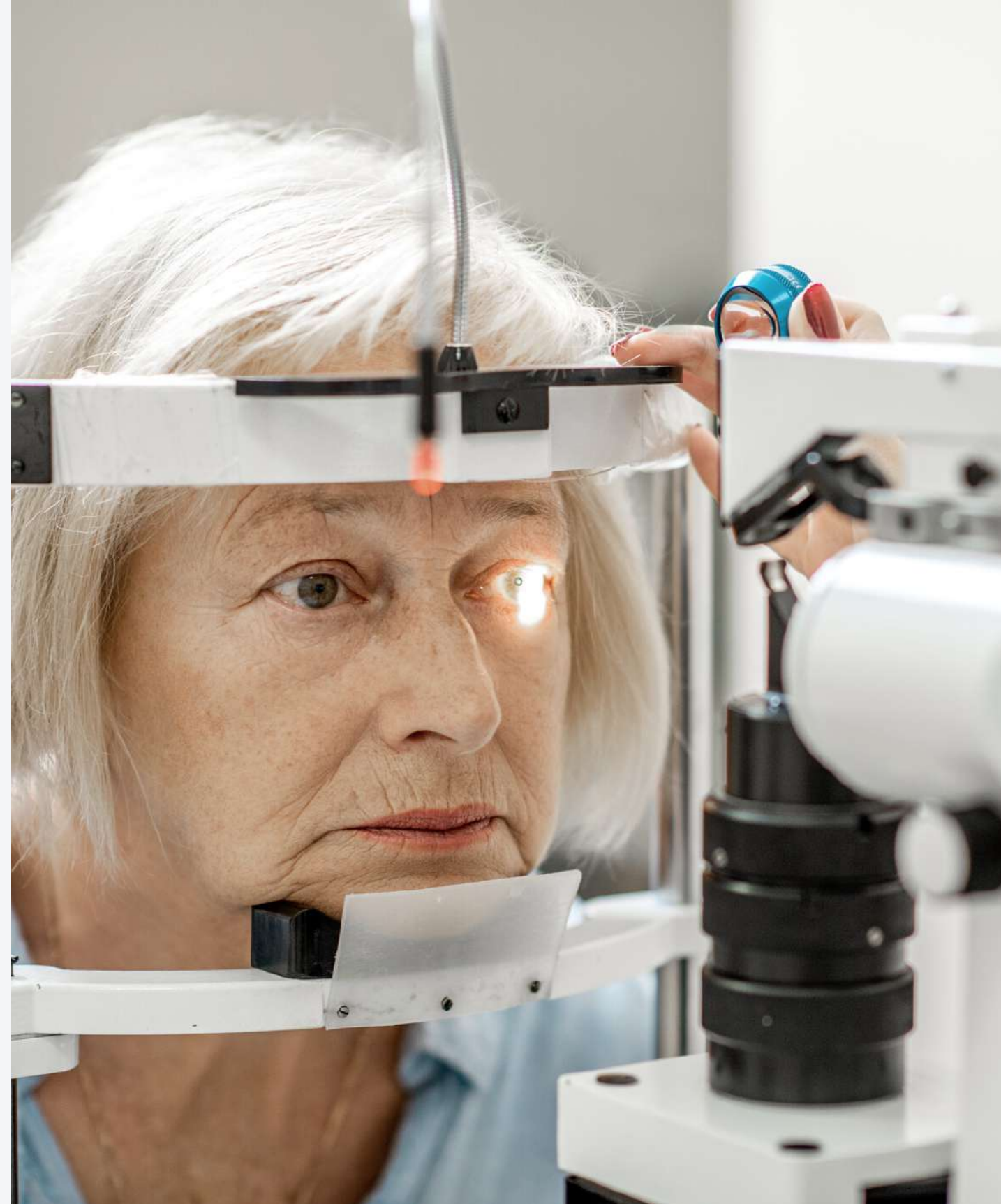


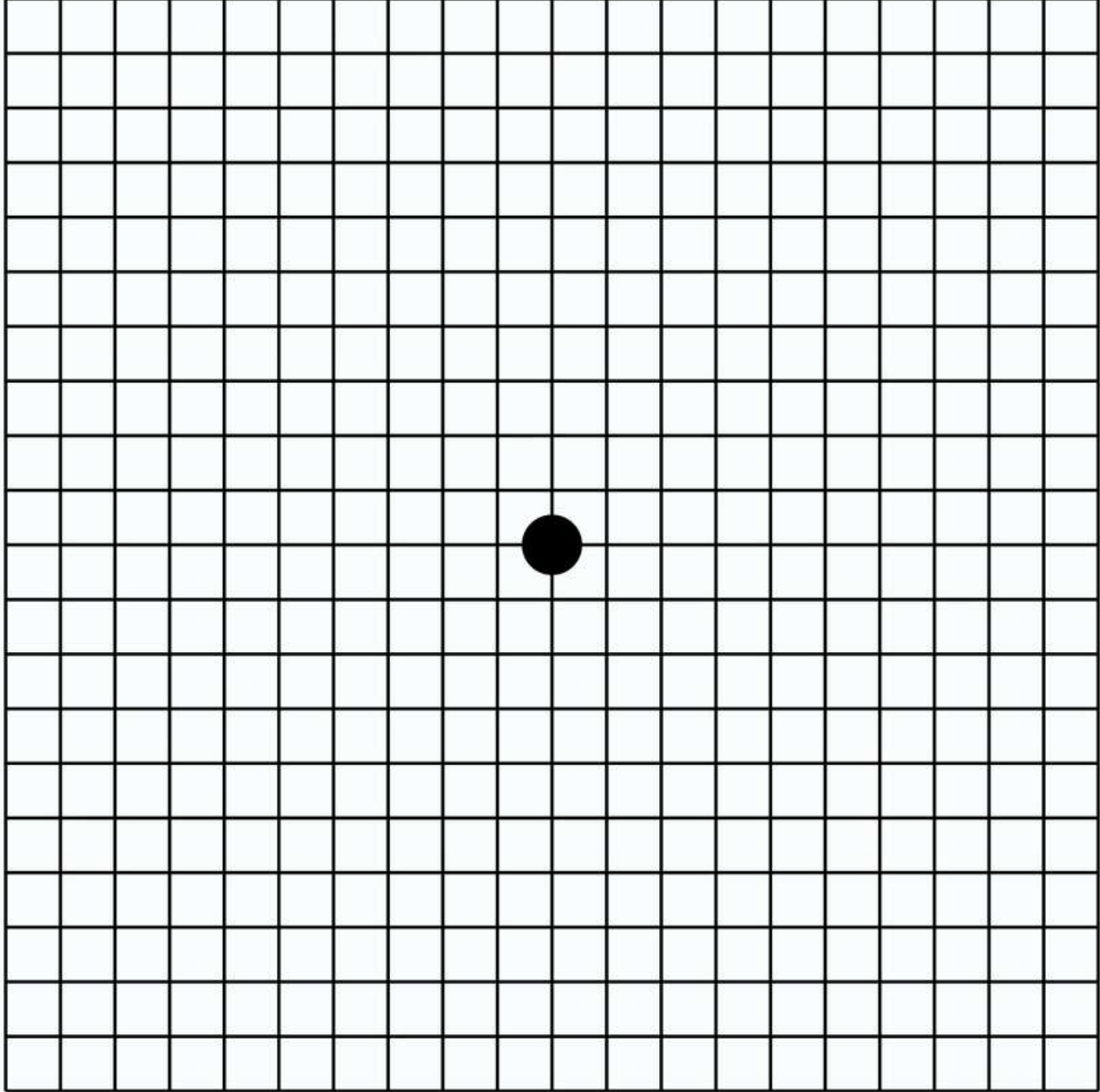


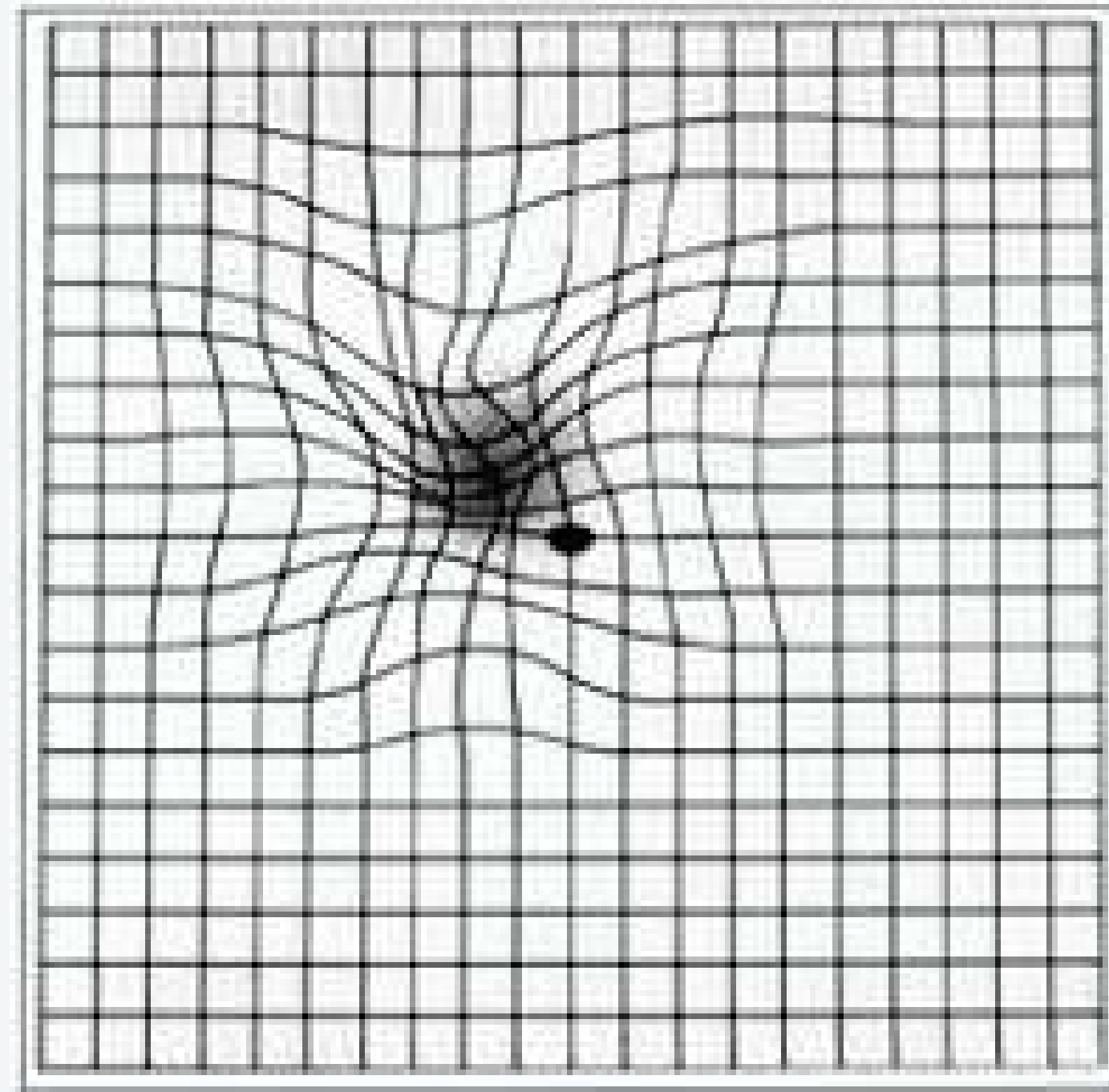
China Food Information Center; National Institute for Nutrition and Food Safety, Chinese Center for Disease Control and Prevention; Academy of National Food and Strategic Reserves Administration; Institute of Food and Nutrition Development, Ministry of Agriculture and Rural Affairs; Institute of Agricultural Products Processing, Chinese Academy of Agricultural Sciences; Branch of Food and Nutrition, China Association of Agricultural Science Society; Branch of Health Communication, Chinese Preventive Medicine Association; Branch of Food Hygiene, Chinese Preventive Medicine Association

Glukozamina

retrospektywnie: National Health
Insurance Research Database
n=1300 glukozamina, kontrola: 3x, 14
lat
↓ 30 proc. AMD sucha





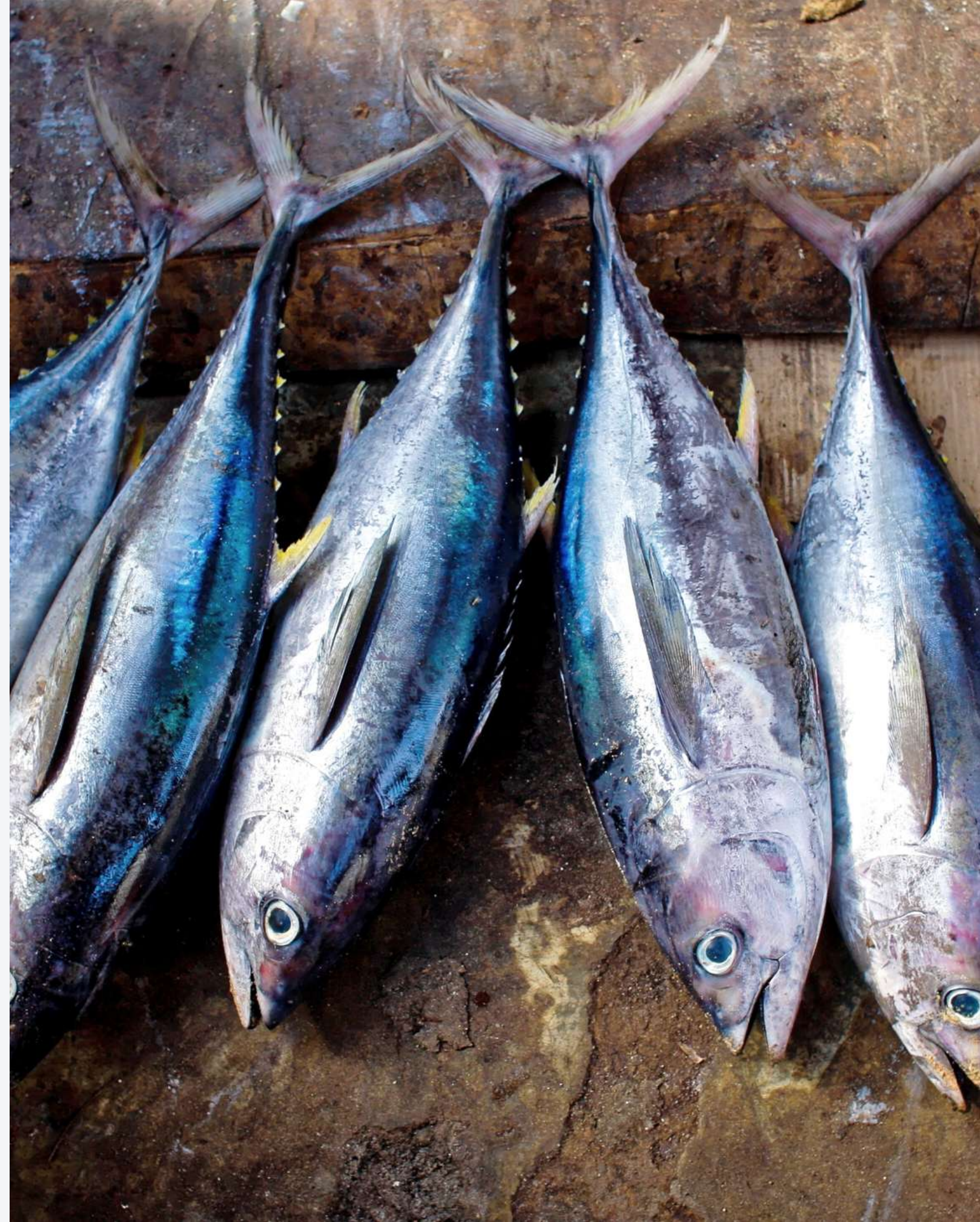


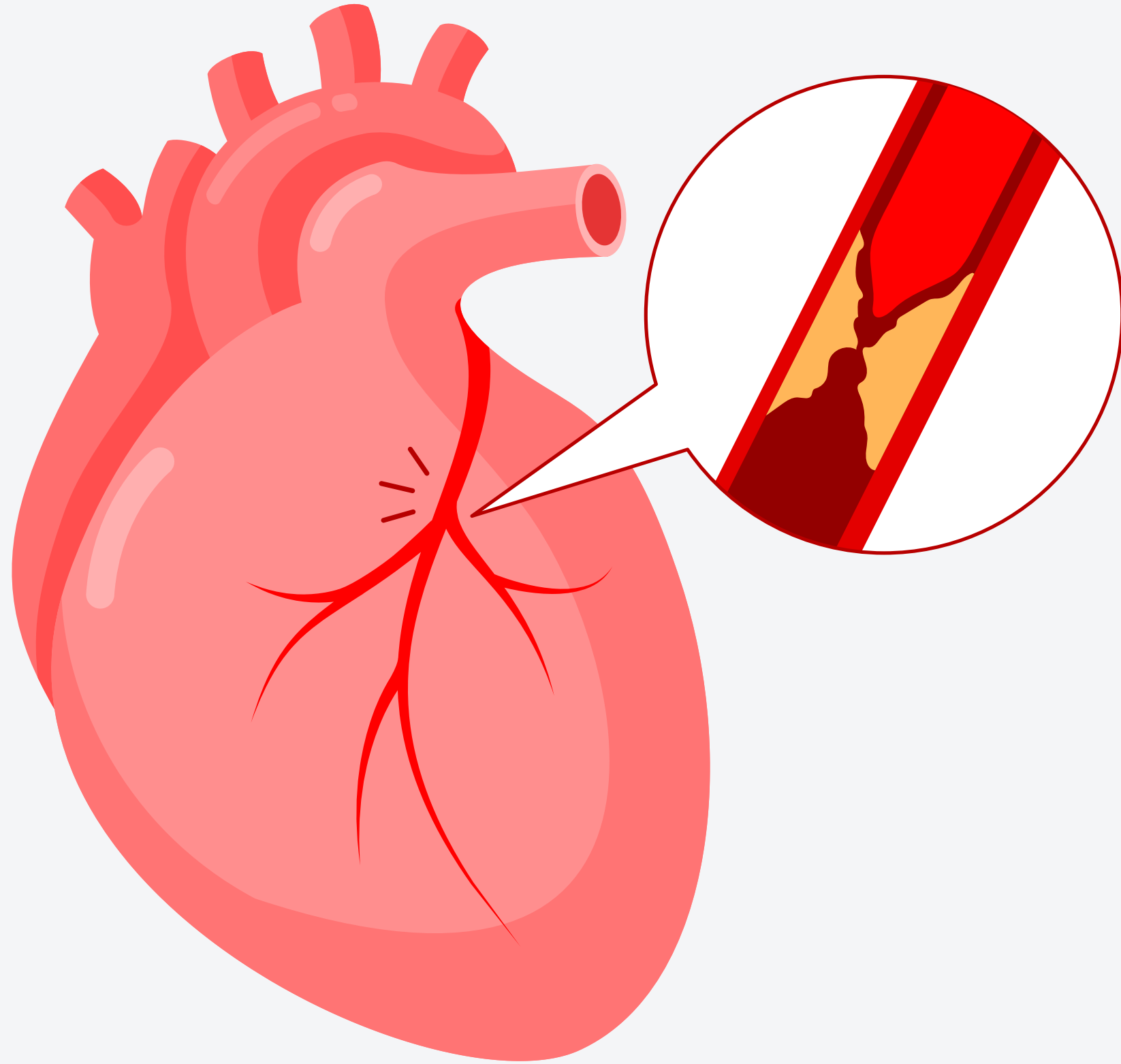
CHINY | 35068276



OMEGA-3

21 kohort.
ryby (Q4 vs 1): 12 ↓ ogółem (13%), 1 rak
jajnika (25%)
omega-3 rybnie (nie wszystkie) ogółem
-20%, rak prostaty -35%





Chiny | 34049675

stabilizacja

regresja

Połączenie

wzmacnianie wygaszania stanu zapalnego
(mech. plejotropowy)

8 RCT z IVUSG, CCT

↓ powiększania, ↑ włóknika, ↓ hs-CRP,

↑ czapeczki

→REDUCE-IT

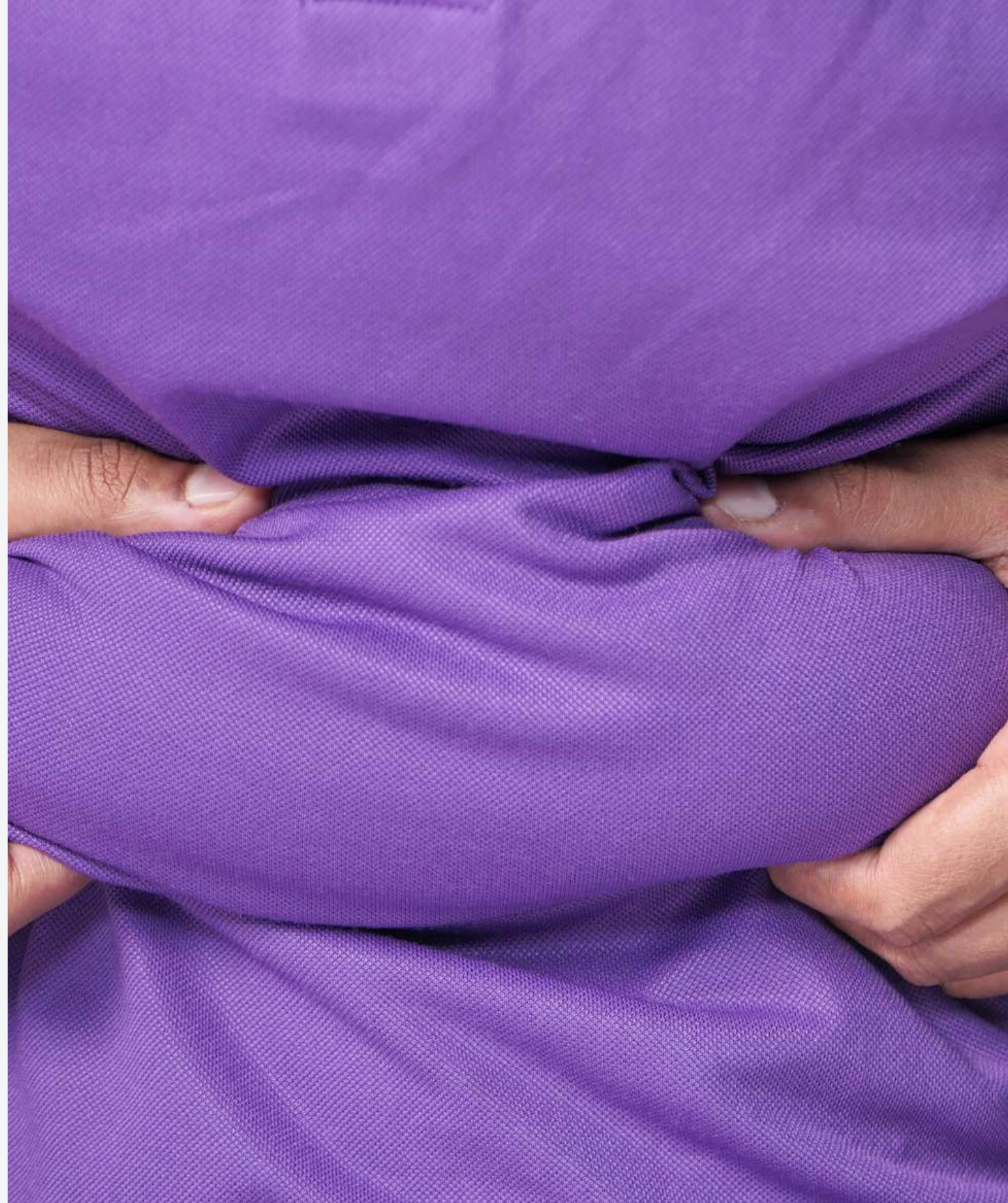
Statyny + omega-3

Cynk w stanie przedcukrzycowym

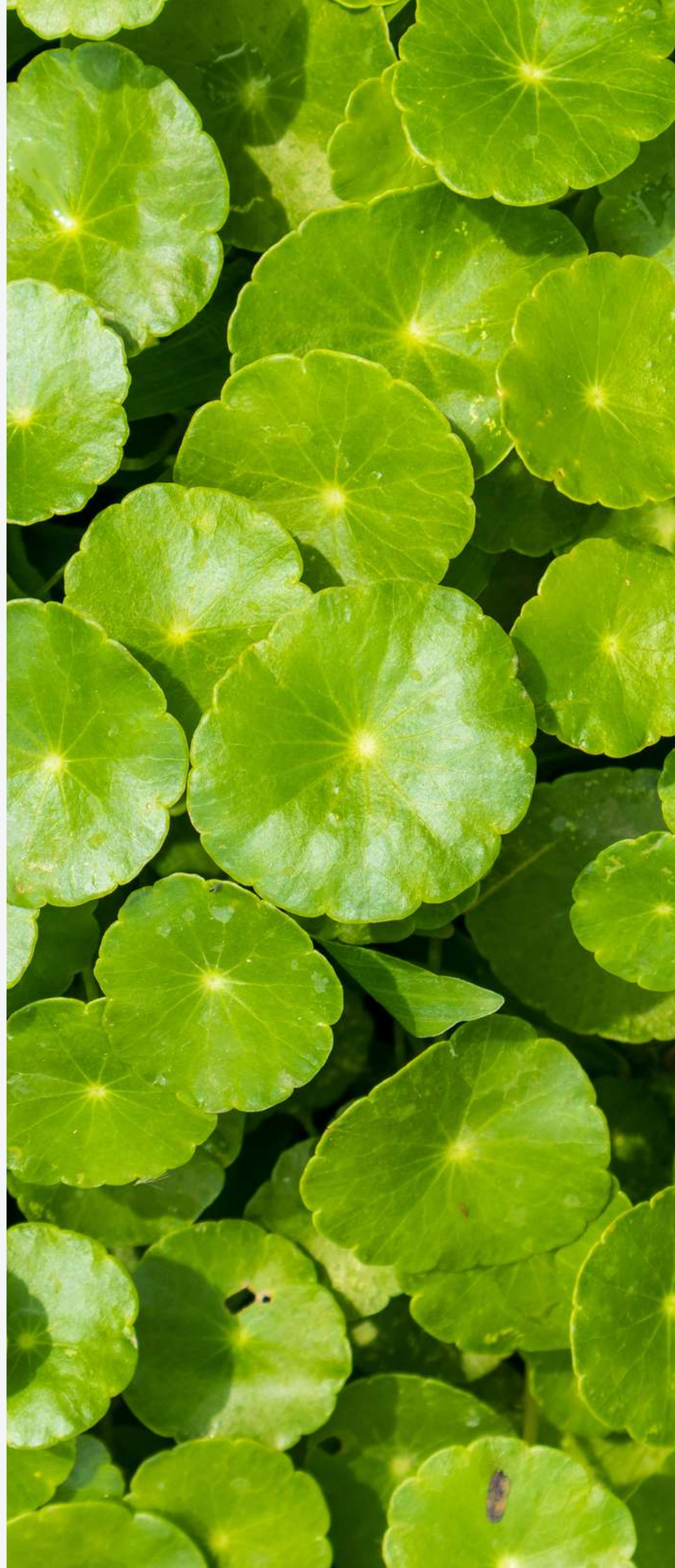
3 RCT, 20-30 mg: ↓ glikemii na czczo, poprawa OGTT, CRP, HBA1c, profil lipidowy niezależnie od innych minerałów
ALE

pół roku-rok, n=165

nie zastępuje zmian stylu życia!



33759442 | AUSTRALIA, SRI
LANKA

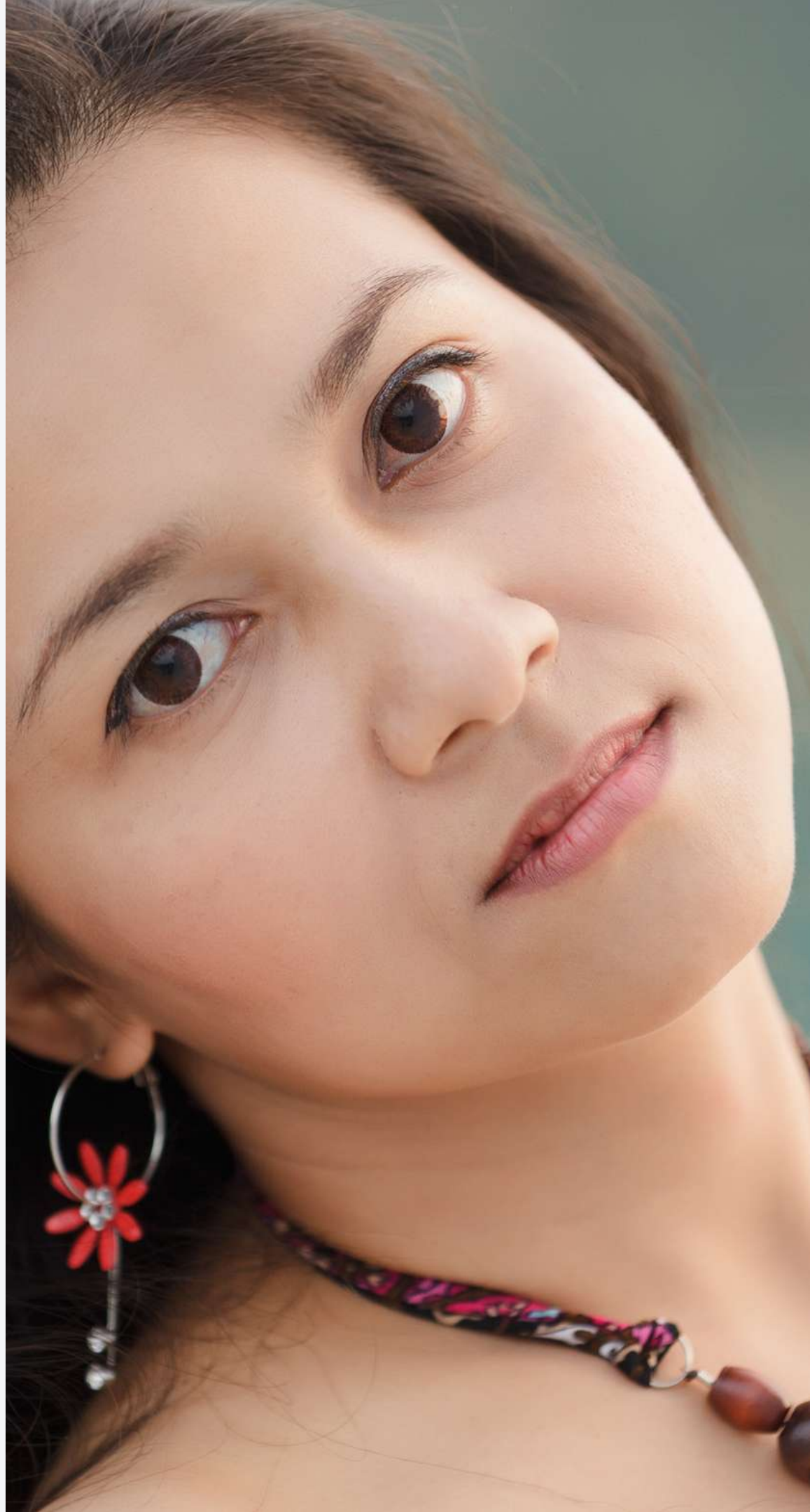
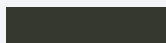


pro-aesthetic
anti-aging

ilość (chromatografia) i
aktywność

- anty-kolagenazowa
- anty-elastazowa
- antyoksydacyjna

TAJLANDIA | 33425700



Kosmetologia

jędrność
sprężystość

Rokitnik

33017636 | INDIE



>200: flawonoidy, karotenoidy,
omega-3, -6, -7

Tradycja: NT, obrzęki, stany
zapalne, rany i oparzenia

Rokitnik

33017636 | INDIE



Kosmetologia: wygładzanie
skóry, zmarszczki, włosy

Dermatologia? p-bakteryjne,
p-grzybicze, p-zapalne,
fotoprotekcja, regeneracja



DYSFUNKCJA STAWU SKRONIOWO-ŻUCHWOWEGO

i aparatu mięśniowo-powięziowego
ból, ruchomość

← stany zapalne (RZS, toczeń)

← urazy, genetyka

← nawyki (guma, bruksim)

WITAMINA D

6 badań obs.: niedobór > pop. ogólna
wyrównać niedobór! (receptory w
stawach i aparacie m-p)

PLASTIK

24 godz., woda z kranu, przed i po, z myciem i bez.

Chromatografia:

400 związków z plastiku (poch. polikaprolaktonu)

3500 z tabletek



DANIA | 35091188

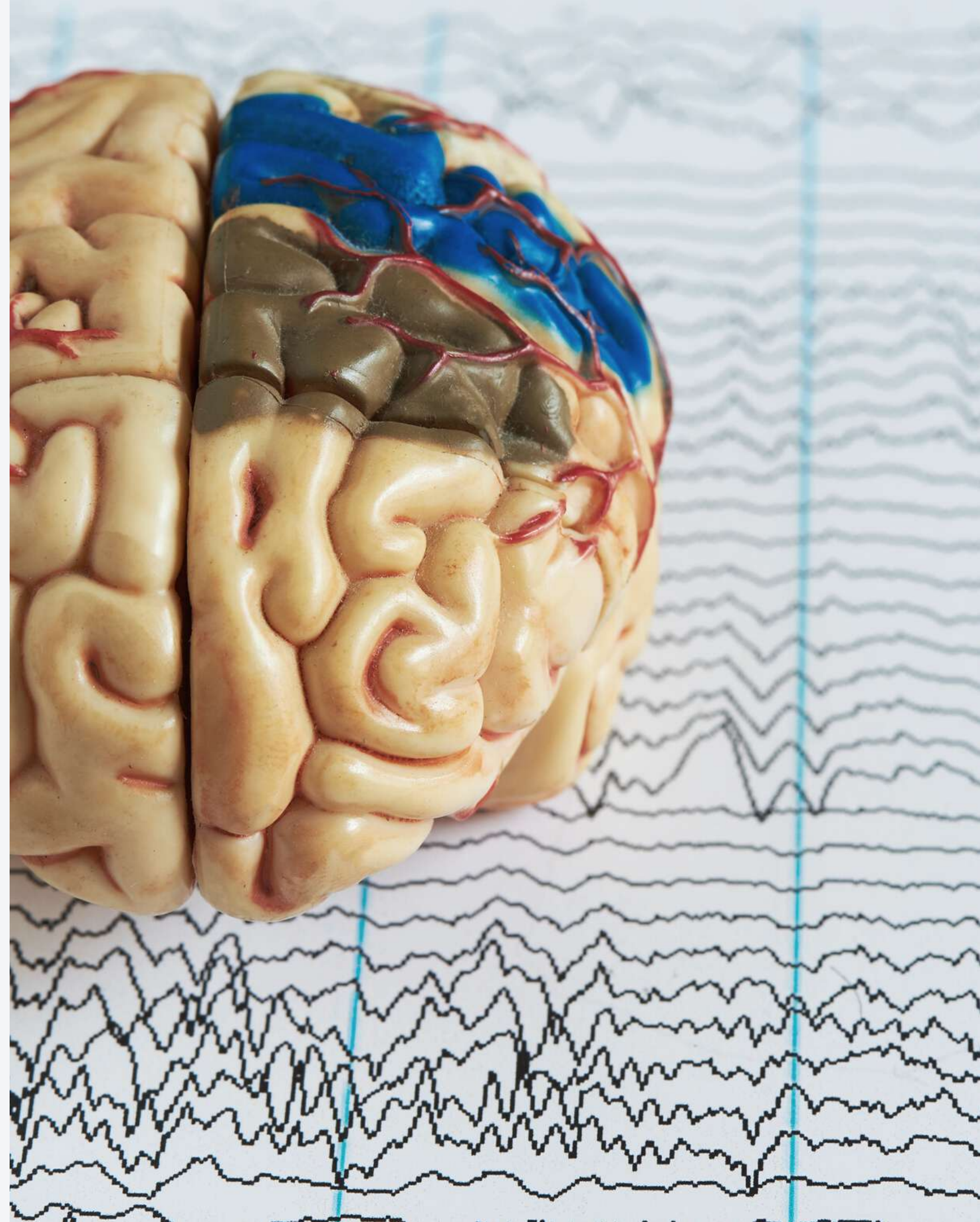




USA

87 L., UPADEK I...

<https://doi.org/10.3389/fnagi.2022.813531>



Prezentacja dostępna na
https://integmed.pl/webinary_

Dziękuję za uwagę!

■ Kolejny webinar 15 marca

