

INTEGMED.PL

NOWOŚCI MEDYCZNO- NUTRACEUTY CZNE

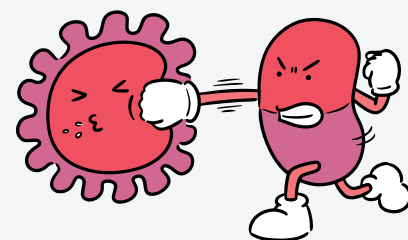
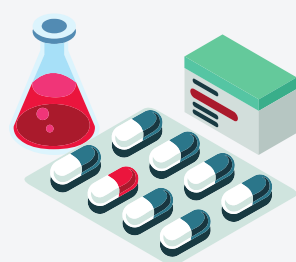
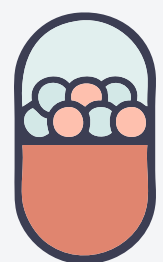
25 kwietnia 2023



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

2. Źródła: PMID, np. Arabia Saudyjska | 35442954

Microbiota transfer therapy

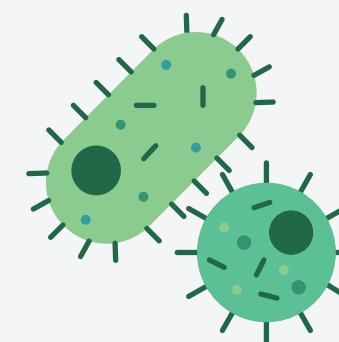


USA | 36362265



16S rRNA

↑ Prevotella, B. bifidum,
Desulfovibrio piger (metale!)
zm. akt. genów (met. Bg, S,
stres oks.~ zdrowe)
po 2 latach: zupełnie nowy
stan



tworzenie połączeń?
eliminacja toksyn?

Multi-domain Alzheimer Prevention Trial (MAPT)

n=782, 5 lat, omega-3, HCY
percepcja wzrokowa, przerzutność
uwagi ~ omega-3 w ERY ALE tylko
gdy HCY <16,8 $\mu\text{mol/l}$
inaczej ↓ ↓ ↓
→ omega-3 + wit. B? klin.?



KANADA | 35718871



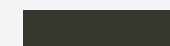
IRAN | 36354243

cardiosurg. Mg 250 mg co 12 godz. vs rutynowe post.

↓ lęk, ↑ nastrój, ↑ jakość snu

bezpieczna, nie uzależnia (x bdz), zwł. w łagodnych stanach

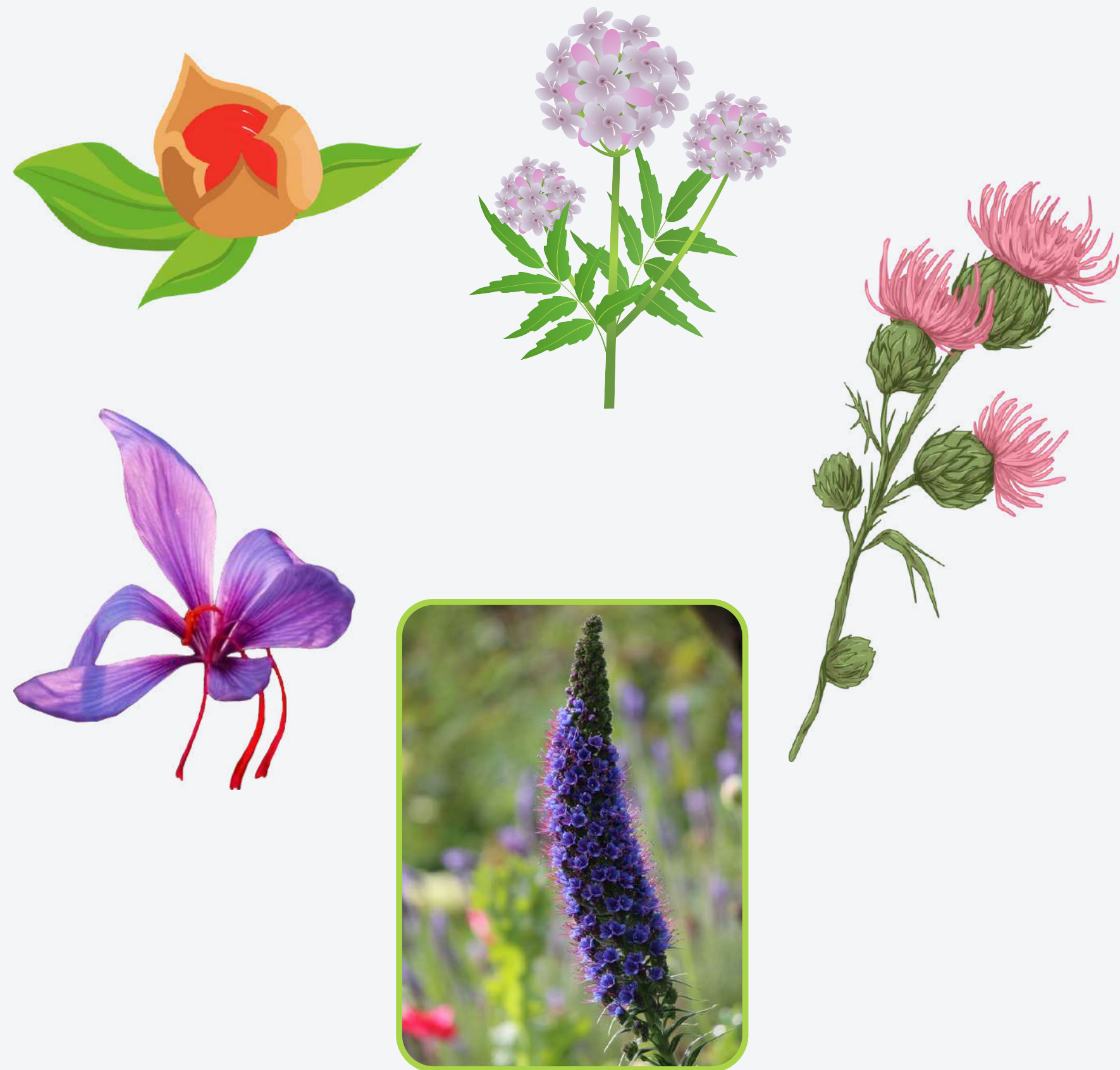
szybki efekt, ale duża dawka





IRAN | 35713134

OCD





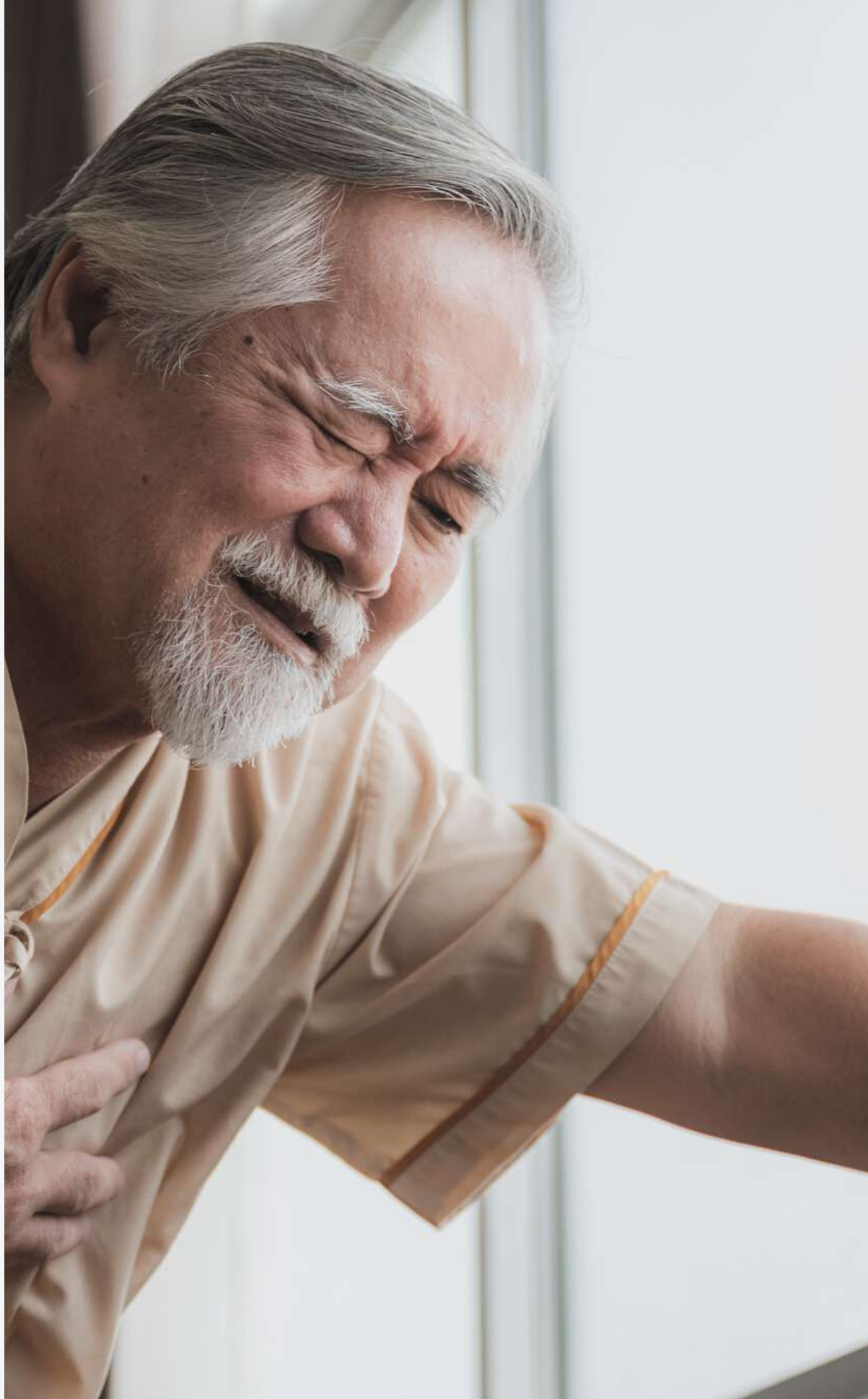
Indie | 36999703

BROMELAIN (BROMELINA)

mieszanina enz. proteolitycznych:
endopeptydazy tiolowe, celulaza,
fosfataza, inh. proteaz
przemysł spożywczy: zmiękczenie
mięsa, serowarstwo, owoce morza...

POTENCJAŁ (IN VIVO/IN VITRO)

- zap. oskrzeli, zatok, uraz
- dz. fibrynolityczne, p-płytkowe, p-zapalne, p-obrzękowe
- uwaga na alergie!



Witamina D₃

n=73, stabilna CHD, 4000

j. vs placebo

śródbłonek →
kardioprotekcja?

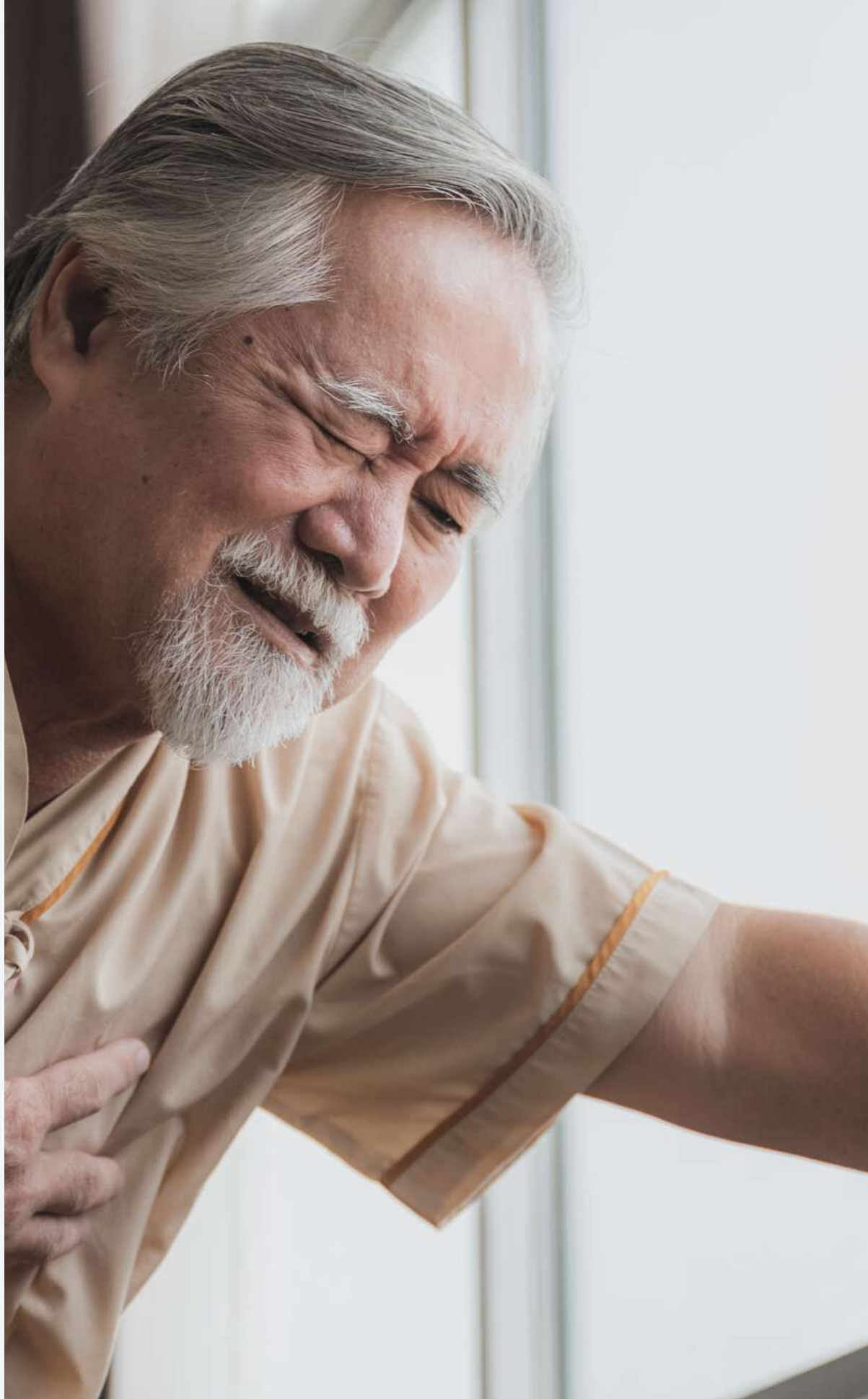
ALE

↓ ciśn. tętnicze

↑ 6-MWT

↓ LA

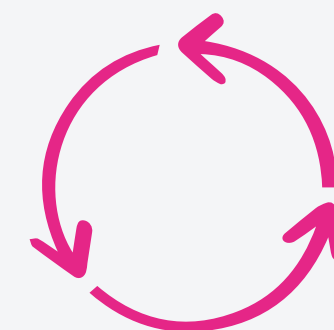
↑ EQ-5D



Witamina D₃

przebudowa

przeciążenie



wydolność fizyczna

PCOS

**N=104, 6 MIES., DIETA+STYL ŻYCIA +
SYNBIOTYK VS PLACEBO**

- Lactobacillus acidophilus UBLA-34 2 mld CFU;
- L. rhamnosus UBLR-58 2 mld CFU;
- L. reuteri UBLRu-87 2 mld CFU;
- L. plantarum UBLP-40 1 mld CFU;
- L. casei UBLC-42 1 mld CFU;
- L. fermentum UBLF-31 1 mld CFU;
- Bifidobacterium bifidum UBBS-55 1 mld CFU.



PCOS

SYNBIOTYK

- regularność cyklu
- ↓ T
- ↓ obwód w pasie
- QoL ~ miesiączkowanie



IRAN | 36864527



radioterapia (H&NC)
profilaktyka zap. j.
ustnej

n=67, 6 tyg.
placebo, CHX, płukanka
ziołowa, Zn

OMAS, VAS 7 tyg.



radioterapia (H&NC)
profilaktyka zap. j.
ustnej

n=67, 6 tyg.

placebo, CHX, płukanka
ziołowa, Zn

OMAS, VAS 7 tyg.
↓ ból, ciężkość OM
polyherbal ~ Zn vs
placebo, CHX

Glukozamina

UK Biobank, n=500 tys., bez demencji + 9 lat obs.

users vs non-users

ch. Alzheimera HR 0,83

o. naczyniopochodne HR 0,74
silniej <60 r.ż.

niezależnie od witamin,
chondroityny, ChZS, APOE4
→ duże bad. interwencyjne



CHINY | 36978077

Glukozamina



- ~ d. low-carb → energetyka neuronów (restrykcja) + dz. p-zap. + N-acetyloglukozaminacja białek → neuroprotekcja
- flora jelitowa

UK Biobank: lepsze f. poznawcze (czas reakcji)



Suplementy 2015-19

National Alzheimer's Coordinating
Center (NACC): ≥ 55 l bez zab. f.
poznawczych

78 $\searrow$ 71%

witaminy 72 $\searrow$ 65%

minerały 39 $\searrow$ 30%

glukozamina 11 $\searrow$ 6,5%



USA | 37044210

Suplementy 2015-19

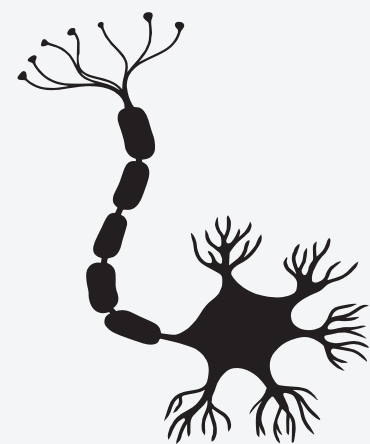
National Alzheimer's Coordinating Center (NACC): ≥ 55 l bez zab. f. poznawczych

- biotyna 3,1 ↗ 5,8%
- melatonina 3,1 ↗ 5,8%
- kurkuma 1,2 ↗ 4,7%

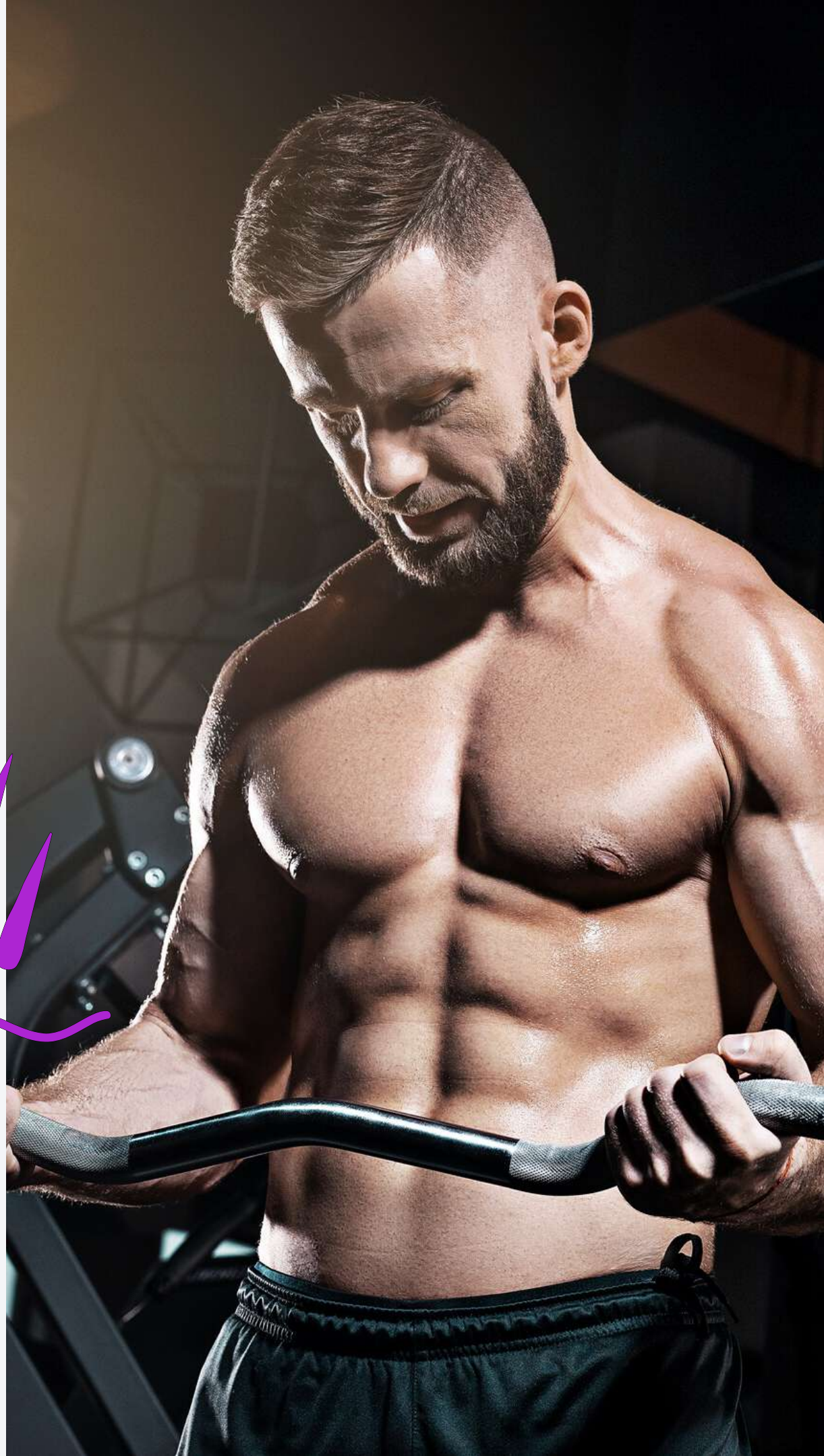


USA | 37044210

HIPOKAMP



astrocyty



USA | 36736611



ZUM

COCHRANE COL. |
37068952



" These data **support the use of cranberry products to reduce the risk of symptomatic, culture-verified UTIs in women with recurrent UTIs, in children, and in people susceptible to UTIs following interventions.**

The evidence currently available does not support its use in the elderly, patients with bladder emptying problems, or pregnant women."

częściej u:

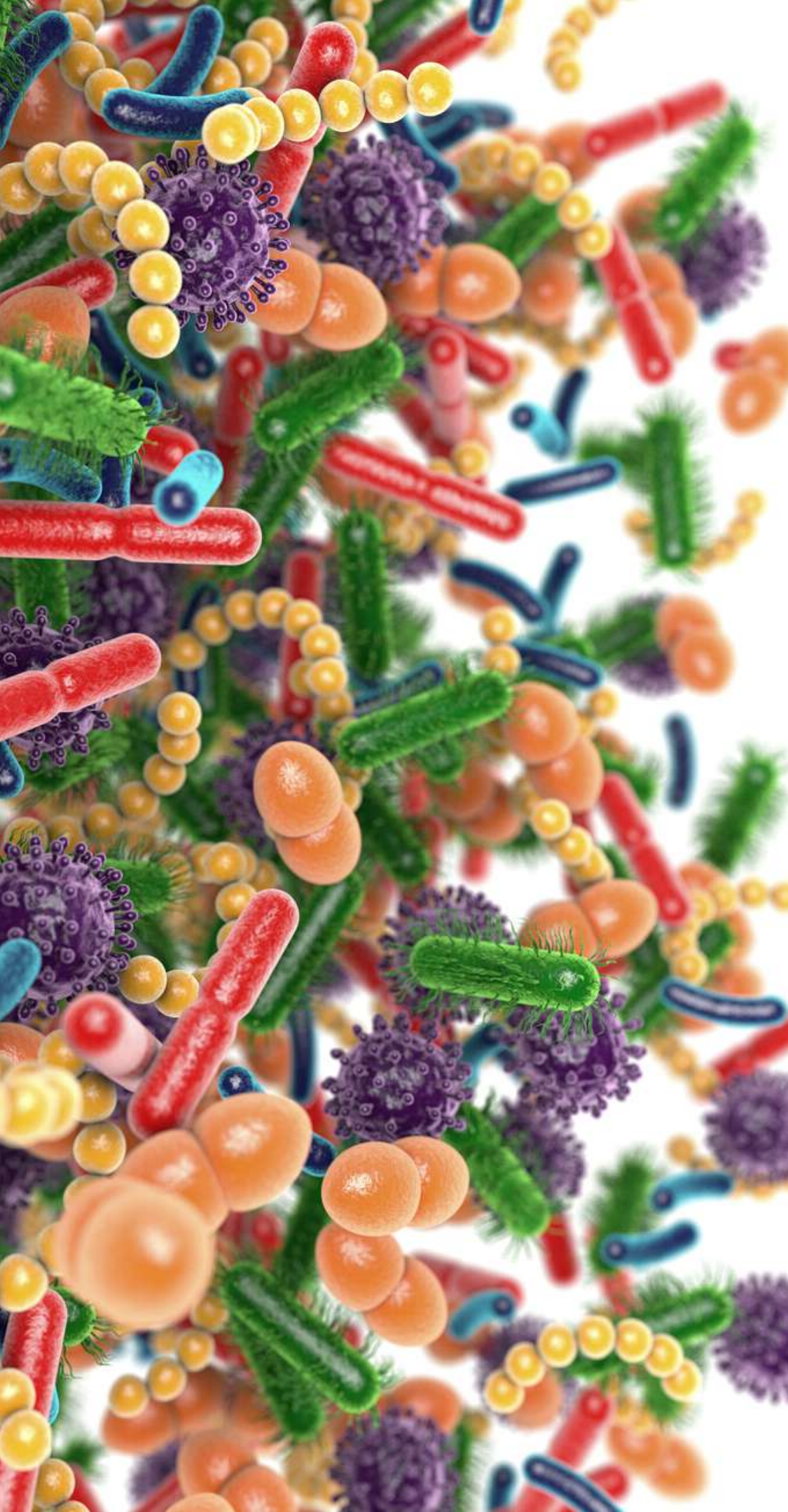
- osoby otyłe
- NAFLD

rozplem mikroflory (norma: 100-10 tys./ml)

← zab. perystaltyki, ↓ HCl, żółci

←← (chirurgia: bariatria), zwężenia, enteropatia D,
po infekcjach, IBS, PPI?

SIBO



→

- ↓ wchłaniania (B12, cholina, białko)
- dekoniugacja kw. żółciowych (krążenie, FXR)
- ↑ metabolity: objawy kliniczne
- rozszczelnienie nabłonka

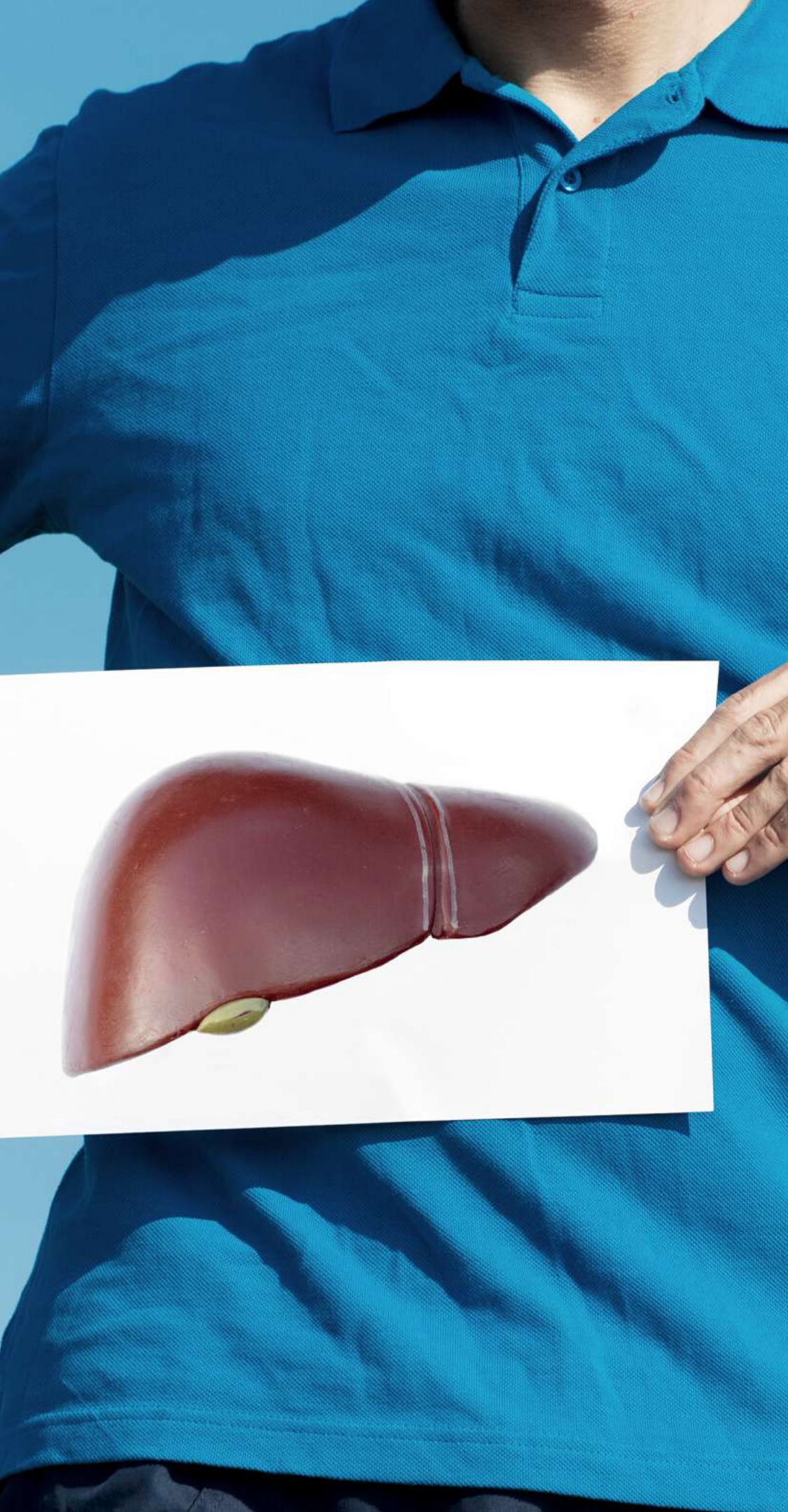
SIBO



→

- toksyny (LPS, TMA, etanol, in.)
- translokacja bakterii
- zapalenie
- IR+NAFLD (x met.)
- włóknienie

SIBO

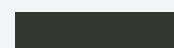




Diagnostyka (laktuloza/GLU):

- wodór / metan (bóle, wzdęcia, gazy, zaparcia/luźne stolce, chudnięcie)
- sole kw. siarkowego (halitoza, zmęczenie, bóle głowy)

SIBO

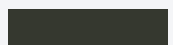




Leczenie:

- atb
- l. prokinetyczne
- probiotyki: Bifidobacterium breve, B. longum, Streptococcus salivarius subsp. thermophilus, Lactobacillus acidophilus, L. casei, L. delbrueckii
- dieta

SIBO





Dieta:

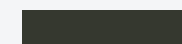
- indywidualna reakcja!
- low FODMAP
- MEDIT
- MEDIT+FODMAP
- MEDIT KETO
- IF+MEDIT

SIBO



N=99, SZCZUPLI I OTYLI

↓ B. longum, B. bifidum ~ ilość białej
tk. tł., stłuszczenie W, TG
brakujące ogniwo: enzymy
(nukleozydy, cukry)



EKSPERYMENT

B. longum MG723 x ↑ m.c. (dieta ↑ kcal)

B. bifidum MG731 ↓ m.c.

👉 met. steroli → ↓ wchłanianie, x obieg (kw.
żółciowe) → sygnał tk. tłuszczowej

+ ↓ stłuszczenie W, ↓ GLU → ↓ zapalenie, m.c.

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

Dziękuję za uwagę!

— Kolejny webinar 9 maja

