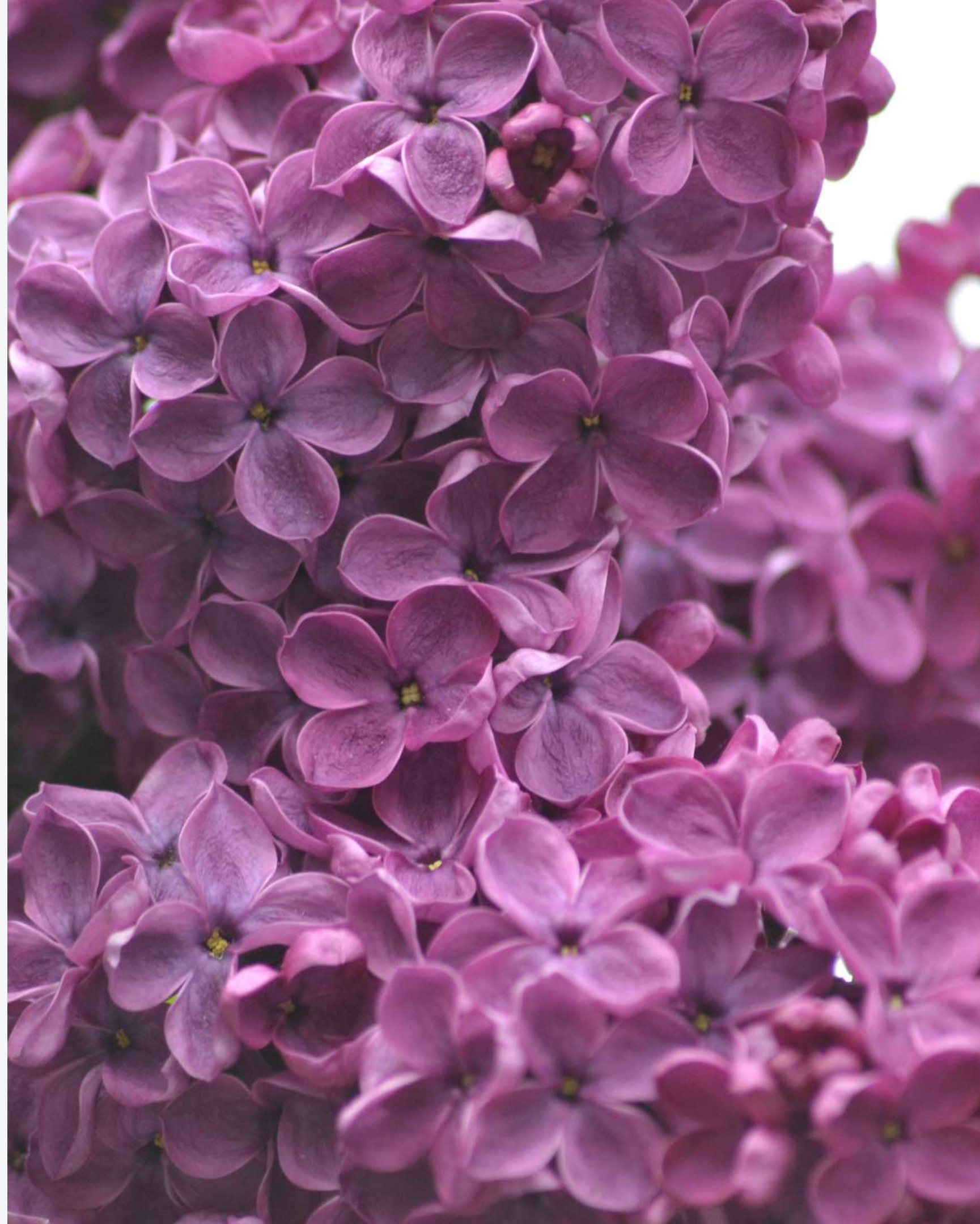


INTEGMED.PL



NOWOŚCI MEDYCZNO- NUTRACEUTY CZNE

9 maja 2023

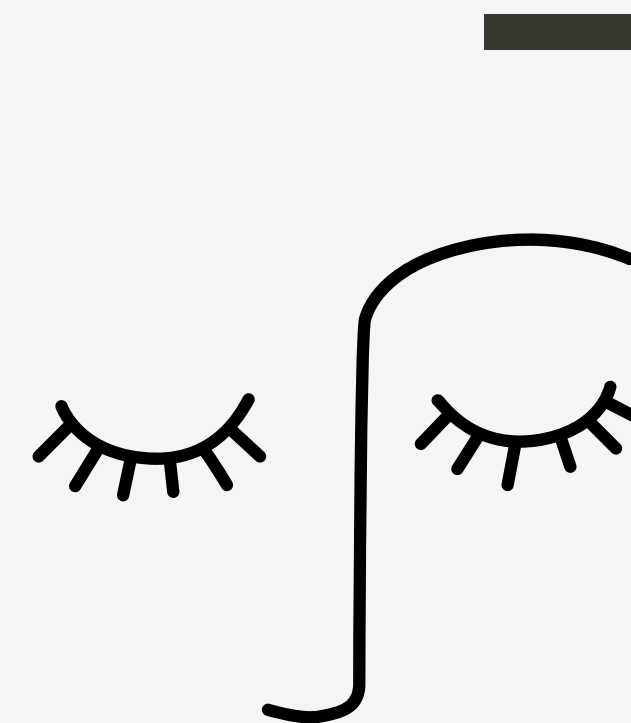


1. Niniejszy materiał ma wyłącznie charakter informacyjno-edukacyjny i nie zastępuje porady lekarskiej

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

Pyłkowica

JAPONIA | 35776034



n=66, 22-78l.

1 mies.

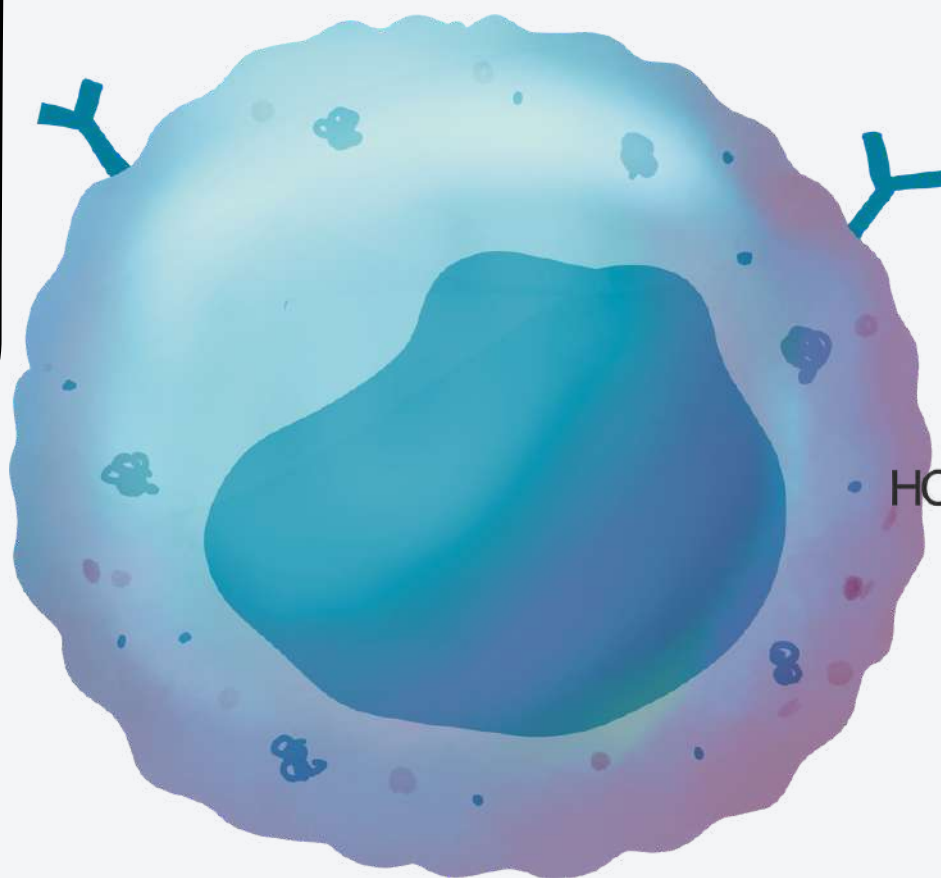
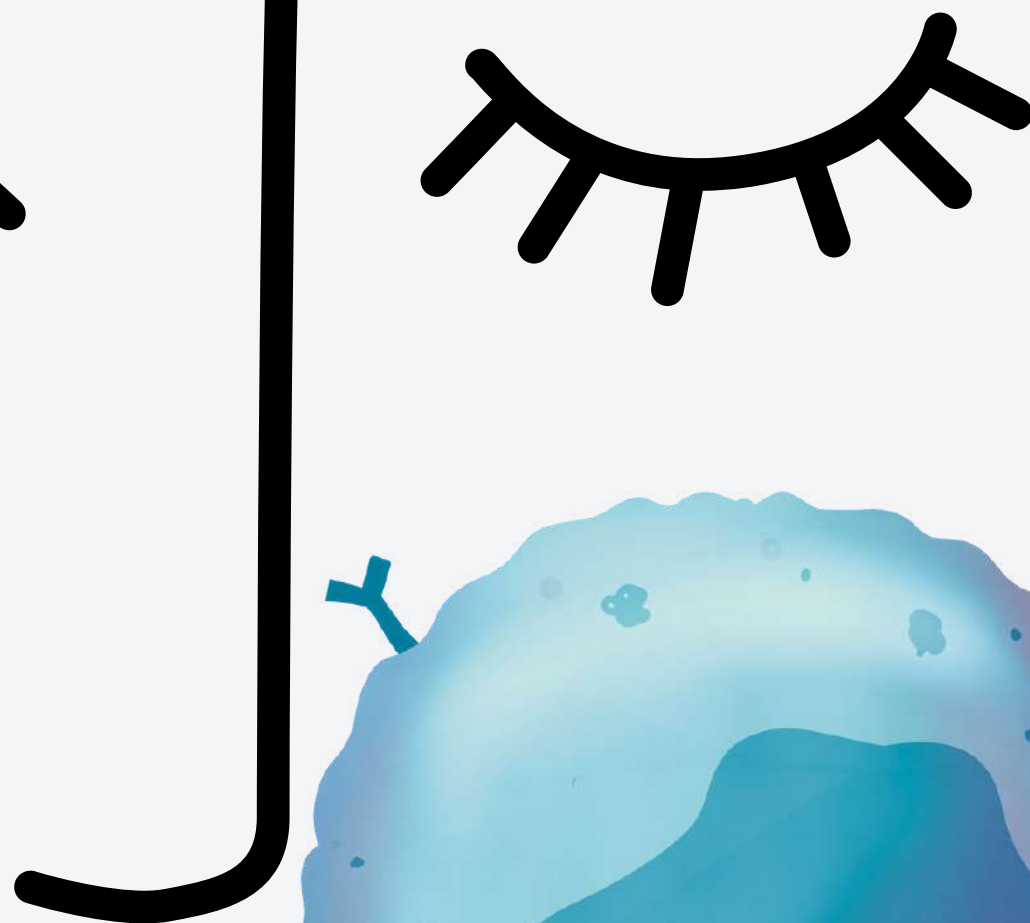
RCT kwercetyna 200 mg vs
placebo

Q:

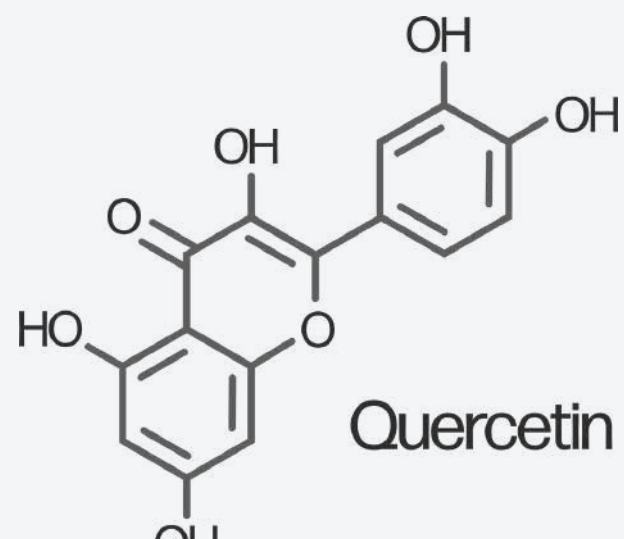
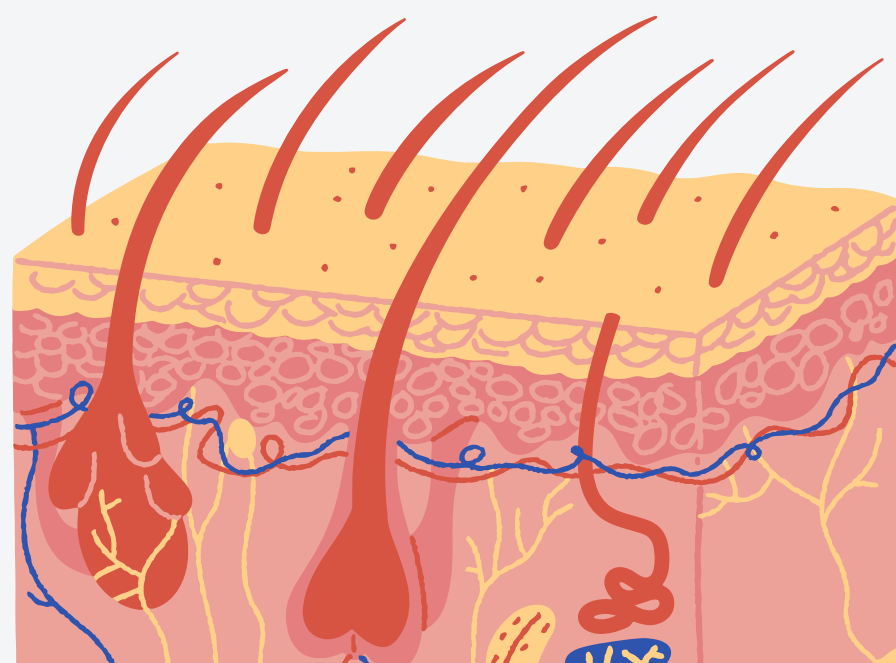
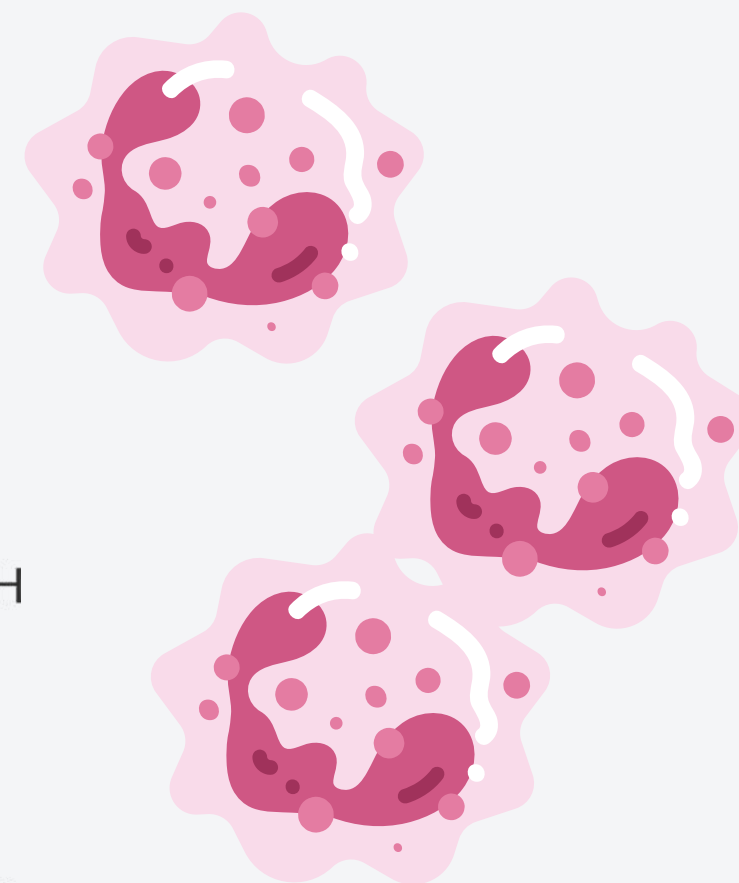
↓ świąd oczu, kichanie, katar

↑ QoL, sen

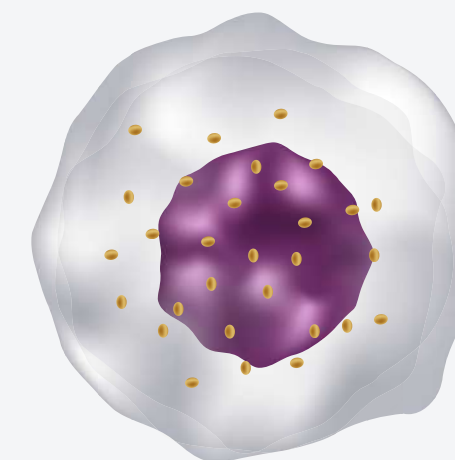
~~Pyłkowica~~

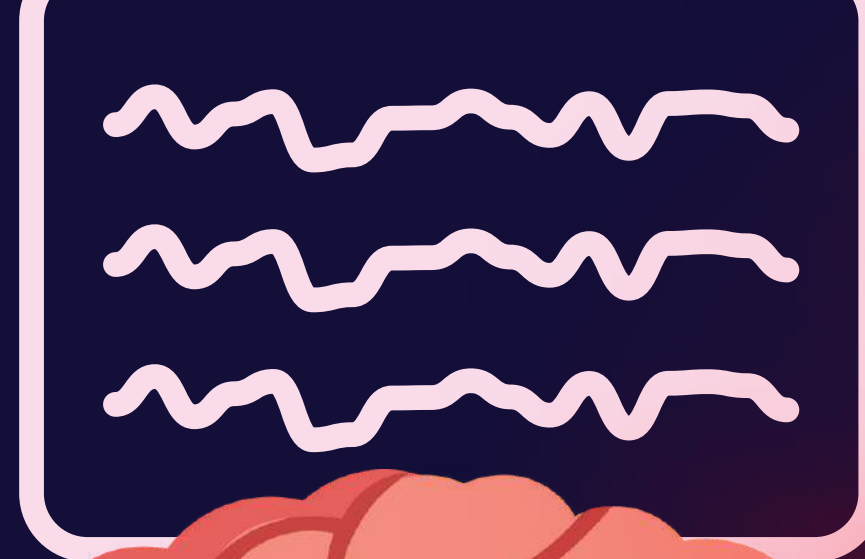


Quercetin



Quercetin





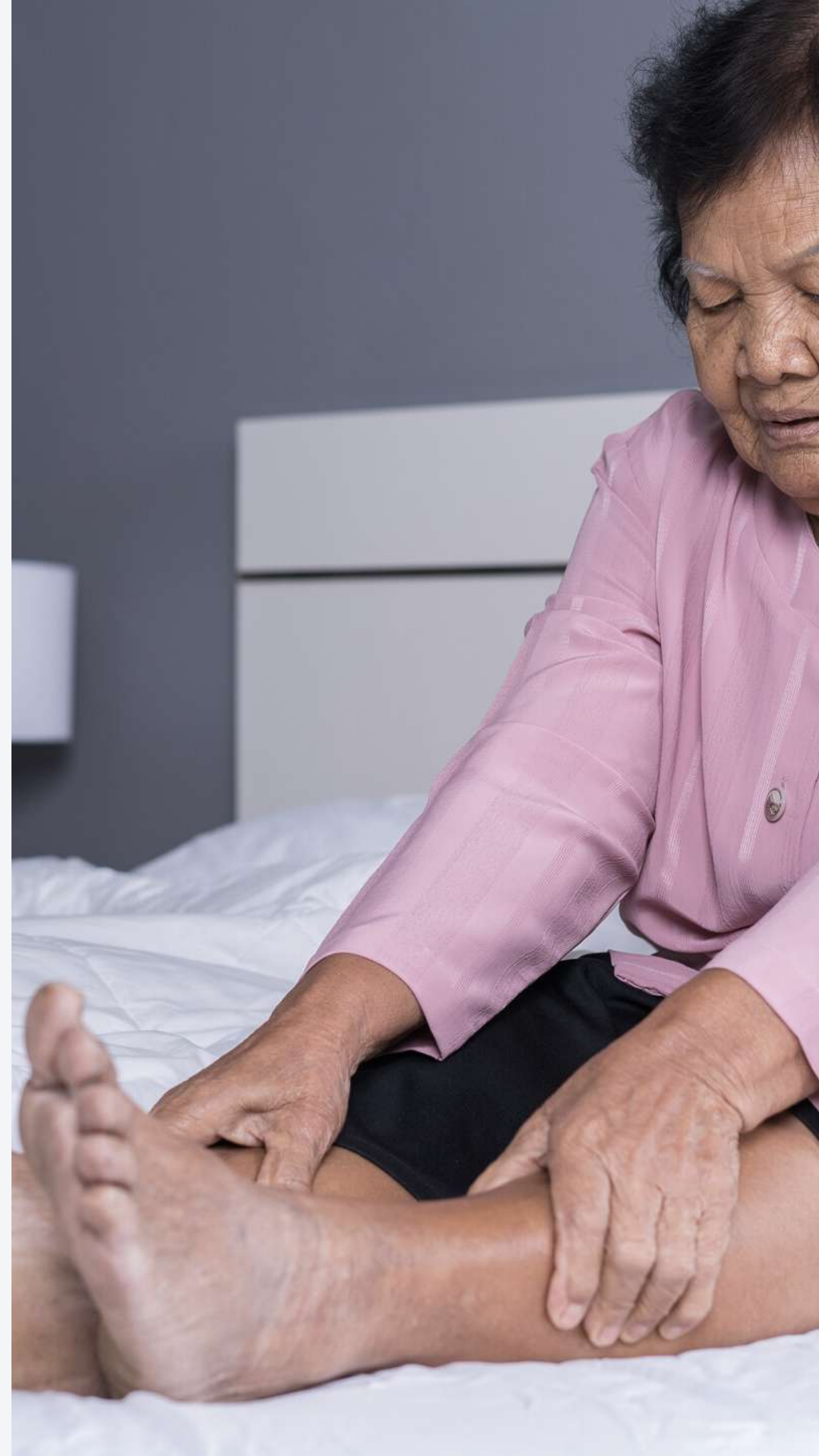
fale alfa
kora przedczołowa
uczenie się?

fale alfa
kora potyliczna
f. wzrokowa?

Q10 + PREGABA LINA

n=112 PREG 150 mg
+Q10 (100 mg co 8h) lub placebo
(8 tyg.)

Q10: ↓ ↓ ↓ bólu po 4 tyg.
VAS11, ból~sen, percepcja
lekarza i pacjenta



IRAN | 36273066

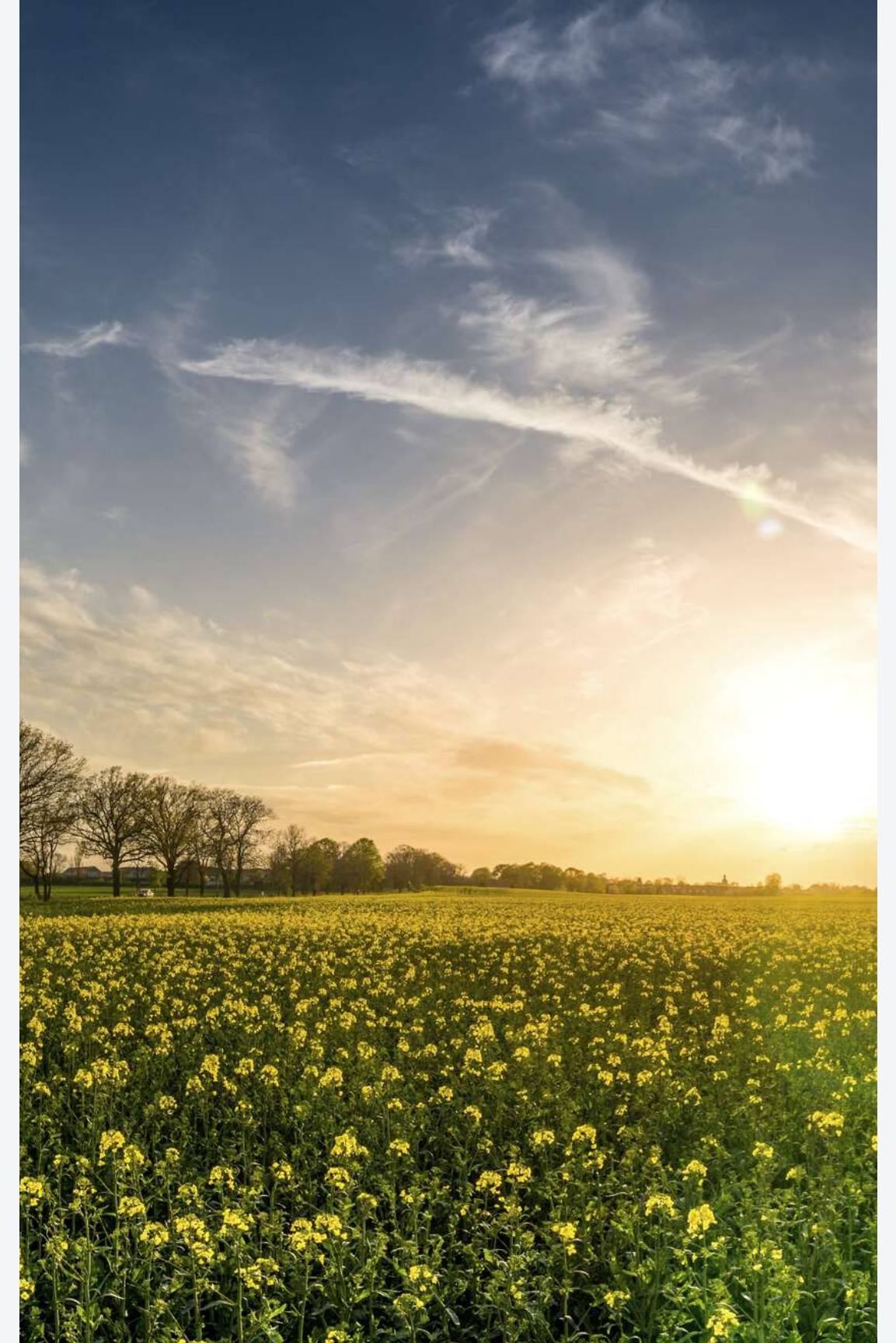
Ból i witamina D

PRZEGLĄD 14 RCT

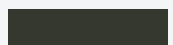
dowody HQ:

wit. D ~ uogólnione bóle mięśniowe

☞ suplementacja ~ fibromialgia, przewlekły uogólniony
ból mięśniowo-stawowy



Włochy | 35893864





koenzym Q10
magnez, cynk
probiotyki
tryptofan
witamina B6, C i E
omega-3
polifenole
świeże zioła

eliminacja: gluten, fruktoza,
MSG, aspartam, hydrolizaty,
sztuczne dodatki

NAFLD

meta 5 RCT, n=333

↓ AST, ALT

↓ TG, LDL, TC

popr. w USG



NAFLD

meta 5 RCT, n=333

↓ AST, ALT

↓ TG, LDL, TC

popr. w USG



EGIPT | 35763310

NAFLD

Polifenole

przegląd n~2000

- **CUR**
- sylimaryna
- resweratrol
- antocyjaniny
- naryngenina, hesperydyna

1



CHINY | 36159792



Chiny | 36303868

Cukrzyca t. 2

Ekstrakt

inhibitory amylaz i glukozydaz o dużej aktywności

n=90 D2, 4 mies.

1,5 g/godz przed posiłkiem vs placebo

Ekstrakt

↓ HbA1c

↑ przewodnictwo nerwowe, ↓ % neuropatii



Chiny | 36303868

Cukrzyca t. 2

Mechanizm

hamowanie amylaz i glukozydaz
mikroflora jelitowa (bifidobakterie?):
SCFA+ $\uparrow$ GLP-1, PYY (apetyt, spalanie)

Efekty

największe po 2 mies., potem $\searrow$

Potencjał?

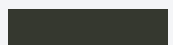
utrzymać mikroflorę jelit
+ dieta?
+ probiotyki?



Japonia | 37048706

n=143, B vs non-B (EMG) + kwestionariusz

10,4 vs 13,4 g RR 0,9



OBPS

ROS + stres oksydacyjny →
dysfunkcja śródbłonna, zapalenie,
miażdżyca, remodeling dróg odd.,
ukł. nerwowy



WŁOCHY | 36982552

OBPS

CPAP (odwraca większość) +

- NAC (↑ glutation w OBPS)
- witamina C (ROS scavenger, śródbłonek w OBPS)
- leptyna (ROS scavenger, ↓ miażdżycy)
- dronabinol
- atomoksetyna (nor-A reuptake inh) + oksybutynina (antagonista M-R: ↓ m. gładkich)
- resweratrol, astragalozyd?
- korekta witaminy D!!!





“

The only confirmed antioxidant therapy is CPAP itself, which is able to reverse many of the molecular alterations. Therefore, the utility of molecular antioxidant therapies must be viewed with caution.

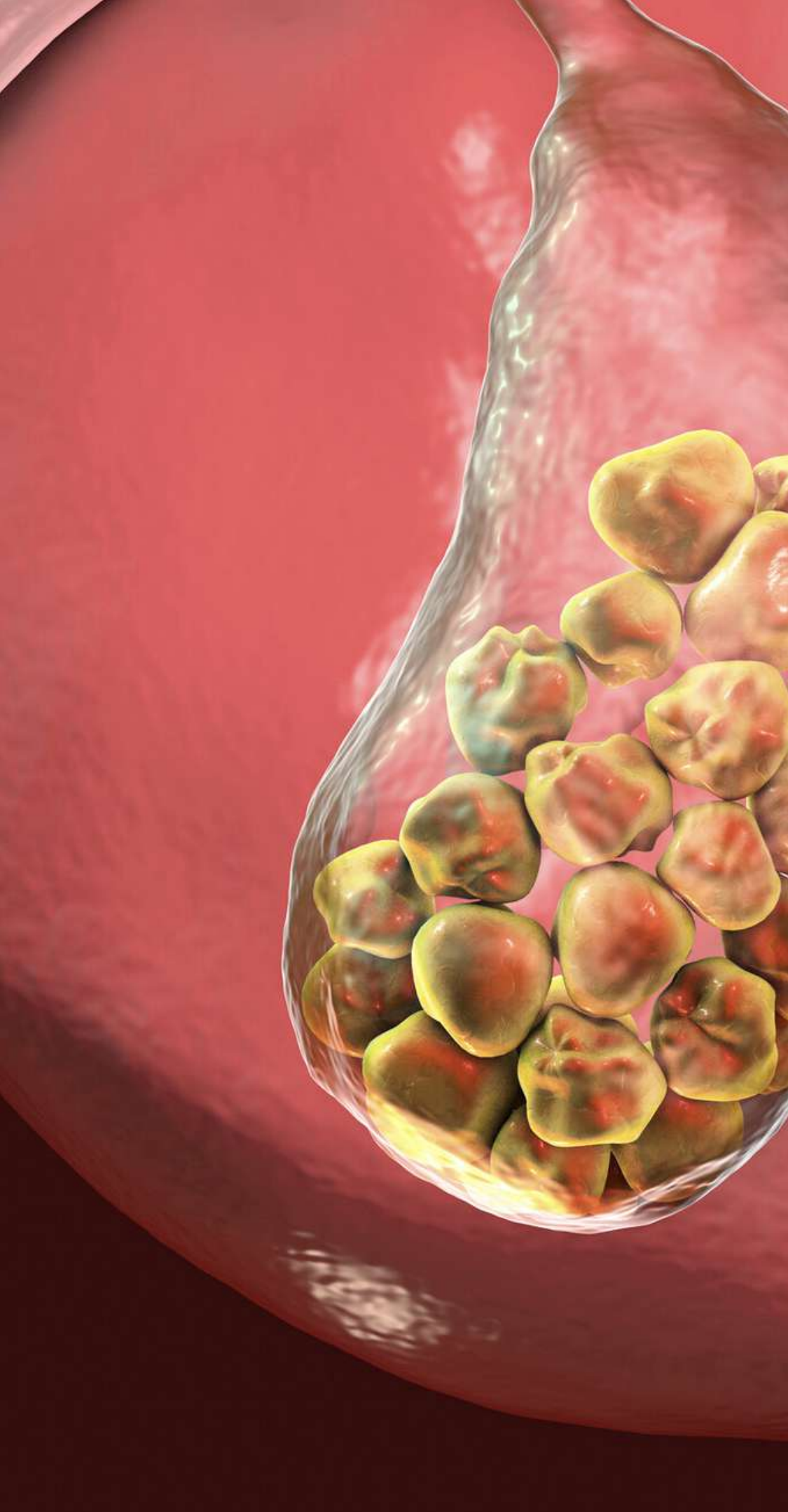
”

CC: 189 (<1 mies. diagn.) vs 342 (zdrowi)

t₃/t₁: ~ OR 0,5

wyraźniej gdy ↑ BMI

→ ↓ pasażu, ↓ kw. dezoksycholowy,
↓ litogenności żółci



**MICROBIOLOGY SOCIETY ANNUAL
CONFERENCE, 17-20.04.2023 "EXPLORING THE
NEUROMODULATORY POTENTIAL OF AN
ARSENAL OF FERMENTED FOODS"**

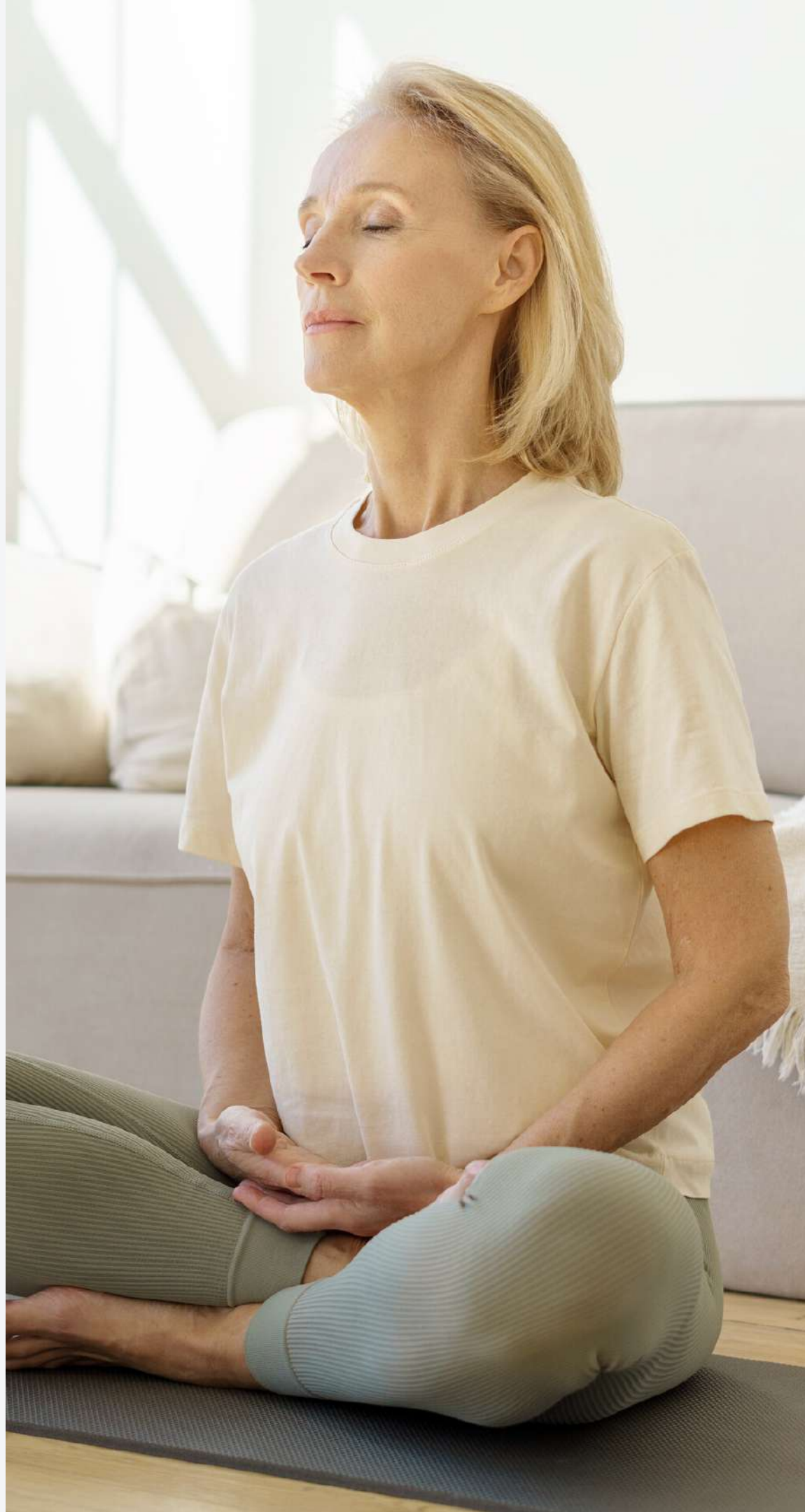


Ramya
Balasubramanian ,
University College Cork.

**MICROBIOLOGY
SOCIETY**

"jak wygrana na loterii"

200 produktów
nawet na bazie cukru!



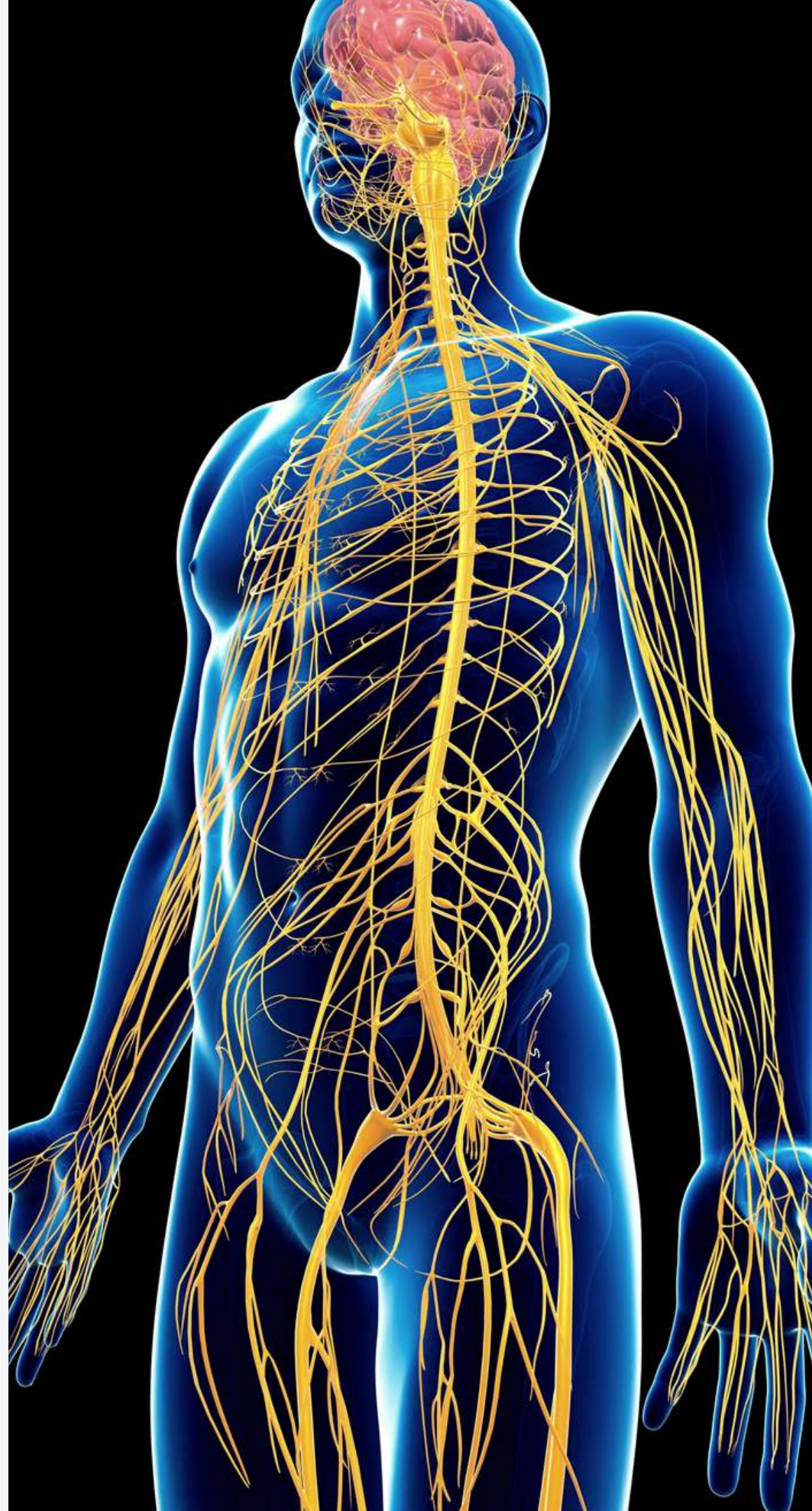
Detox



n=108, 4 tyg.
20-40 min muzyka+myśli
vs 6 odd./min

HR const. vs ↑ zmienność
oddechowa

$A\beta_{40}$, $A\beta_{42}$ ↓ vs ↑ (tau NS)



Układ autonomiczny

oddech ~ ↑ pwsp.
(clearance!)
wiek: ↓ ↓ ↓



indukcja (dekstran lub
transfer limfocytów T)

rozpuszczalny błonnik (guma
guar, psyllium, inulina,
pektyny)



Babka płesznik, inulina

↓ objawy (psyllium 2%!)

↓ Firmicutes, Proteobacteria

↑ Clostridiaceae

niezależnie od IL22

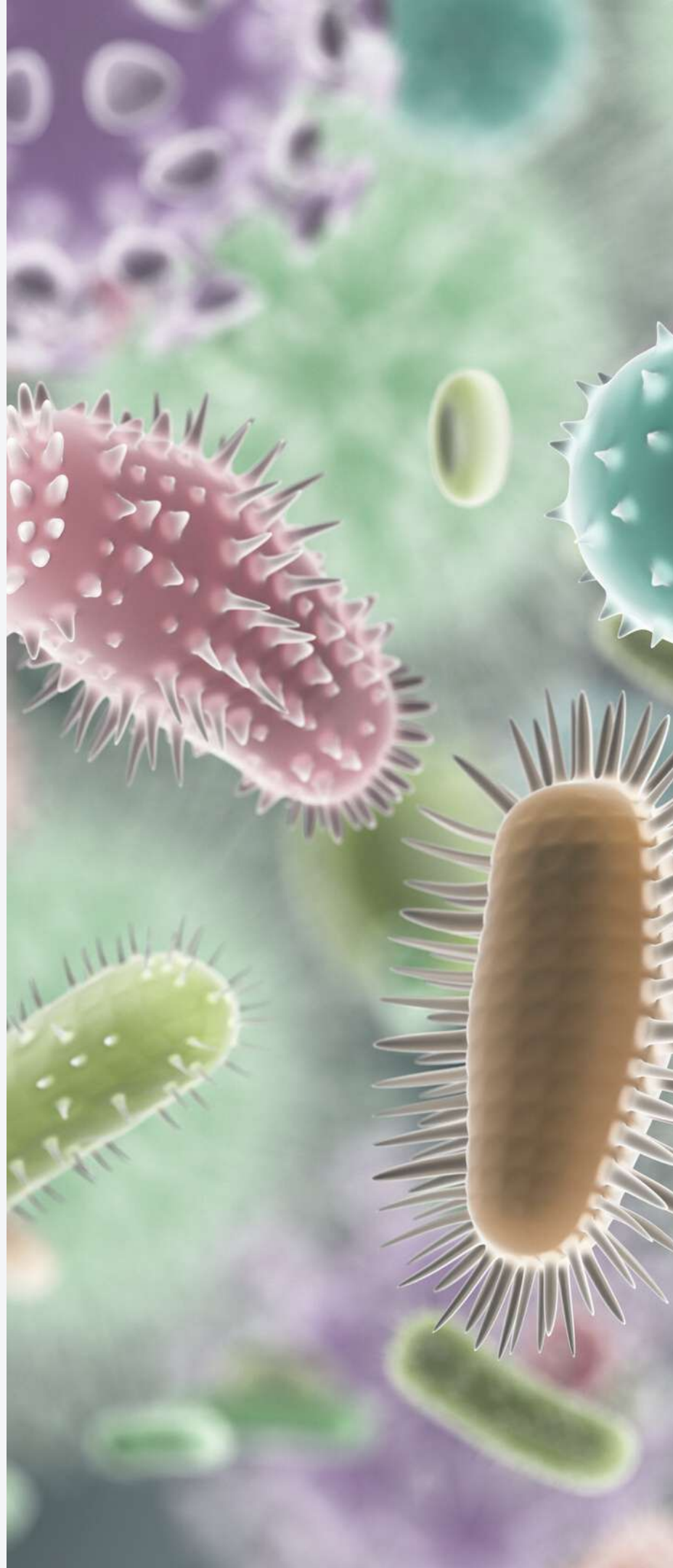


Geny metabolizmu kw.
żółciowych

↑ kw. żółciowych we krwi +
aktywacja FXR → ↓ objawy

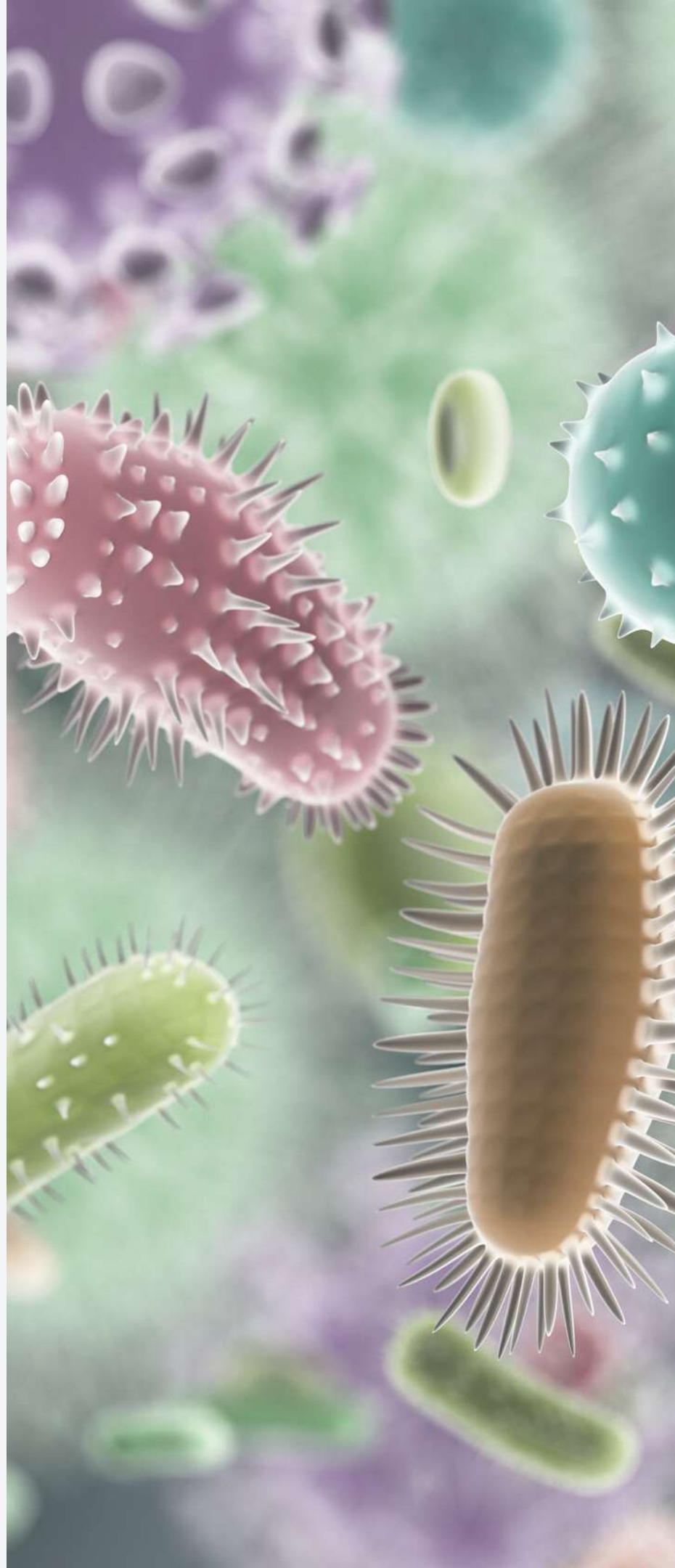
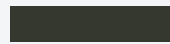
Żapalenie jelit

Francja | 36924798



Staphylococcus aureus,
Escherichia coli,
Candida albicans,
Bifidobacterium,
Enterococcus faecalis,
Lactobacillus rhamnosus

fluwoksamina,
fluoksetyna,
escitalopram,
duloksetyna,
wenlafaksyna,
mirtazapina

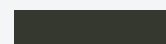


All antidepressants had
an inhibitory effect on
the growth of all studied
microorganisms.



KOBIETA L. 25

nudności, wysypka, ból, ruchy
mimowolne rąk





KOBIETA L. 25

nudności, wysypka, ból, ruchy
mimowolne rąk

OSTRA PORFIRIA PRZERYWANA

KOBIETA L. 25

nudności, wysypka, ból, ruchy
mimowolne rąk

OSTRA PORFIRIA PRZERYWANA

hemina, glukoza i.v.
l. przeciwbólowe



USA | 37099345

KOBIETA L. 25

nudności, wysypka, ból, ruchy
mimowolne rąk

OSTRA PORFIRIA PRZERYWANA

hemina, glukoza i.v.
l. przeciwbólowe

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

Dziękuję za uwagę!

— Kolejny webinar 23 maja

