

INTEGMED.PL



NOWOŚCI MEDYCZNO- NUTRACEUTY CZNE

5 września 2023



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

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

Probiotyki

Konsensus ekspertów:

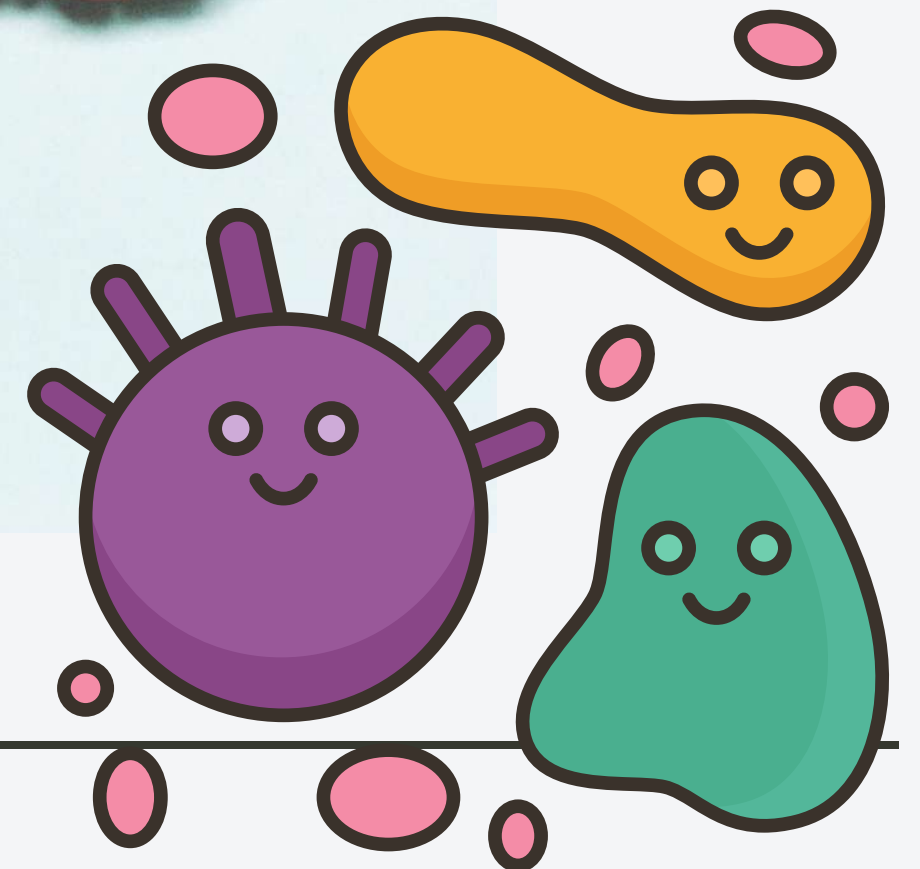
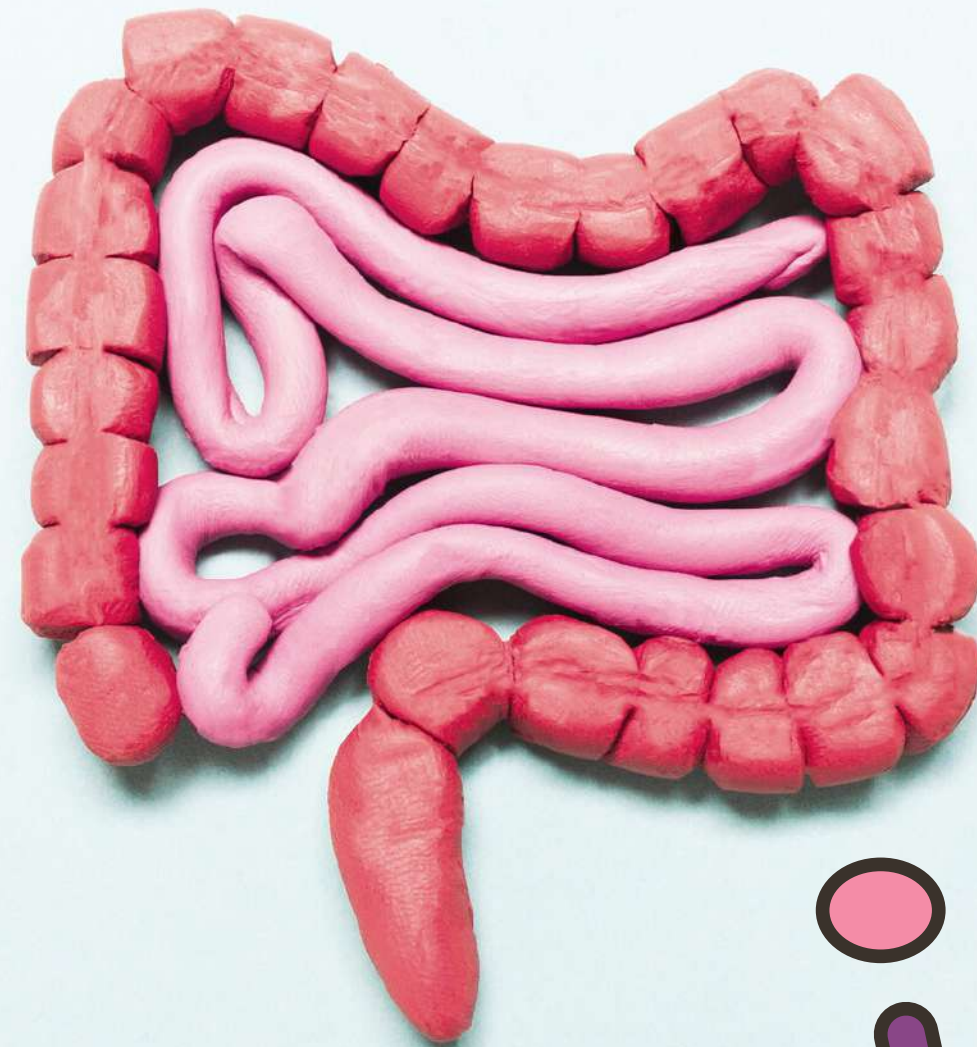
Bifidobacterium longum,
Lactobacillus acidophilus,
Enterococcus faecalis



Probiotyki

Silne rekomendacje:

- łagodzenie dz. niep. eradykacji H. pylori
- profilaktyka biegunek: po-atb, ter. onkologiczne, po cholecystektomii
- z. jelita drażliwego (monoterapia, + inne leki)
- colitis ulcerosa (leczenie i prewencja nawrotów)
- zaparcia (+ l. przeczyszczające, +l. prokinetyczne)
- ↑ perystaltyka w D2



Probiotyki

Silne rekomendacje:

- profilaktyki śpiączki wątrobowej (marskość)
- leczenia uszkodzenia wątroby (metaboliczne, alkoholowe)
- rak wątroby



Probiotyki

Silne rekomendacje:

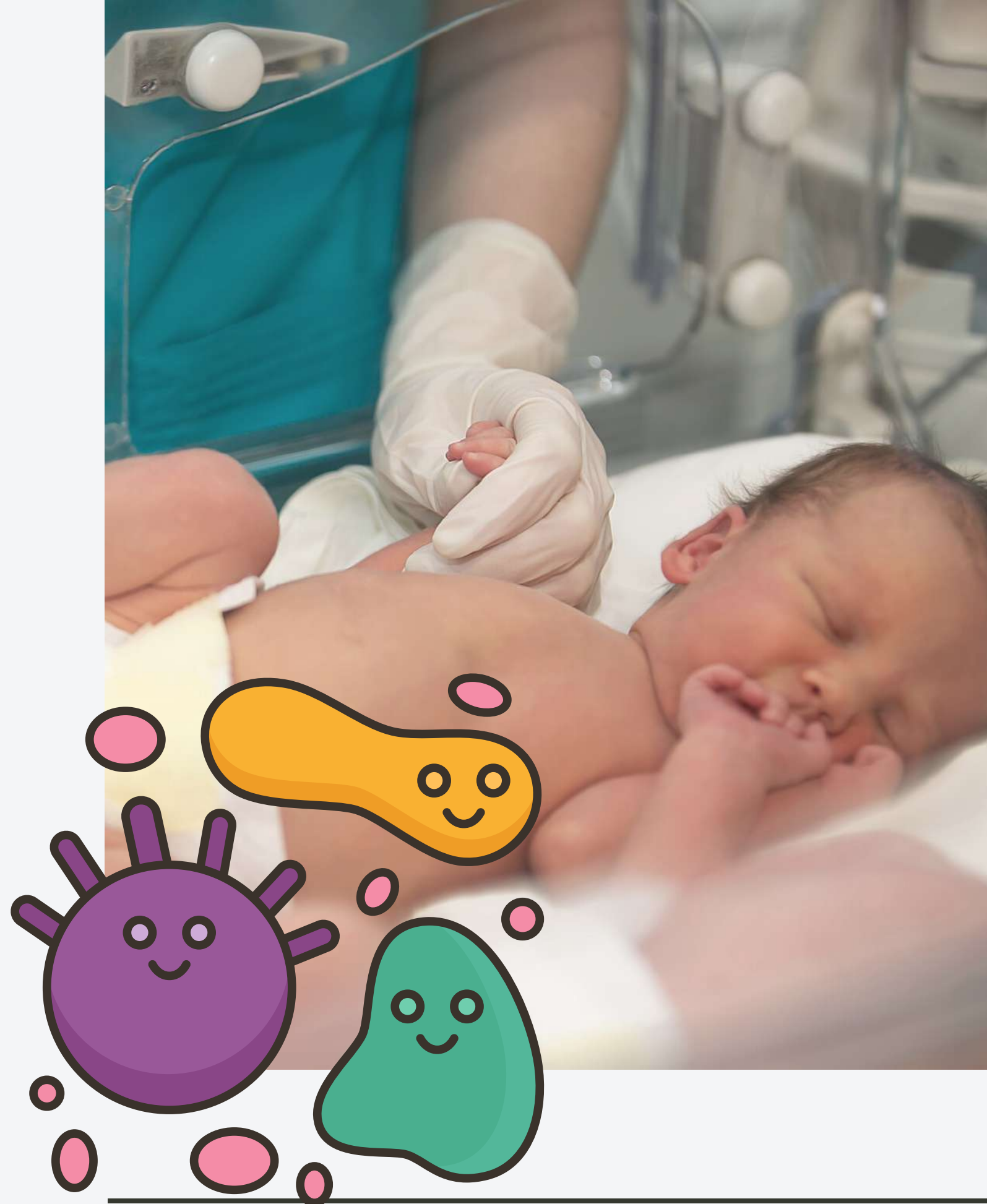
- profilaktyka i leczenie infekcji (po resekcji raka okrężnicy, dzieci: rotawirusy, atb-terapia w zakażeniach dr. odd.)



Probiotyki

Silne rekomendacje:

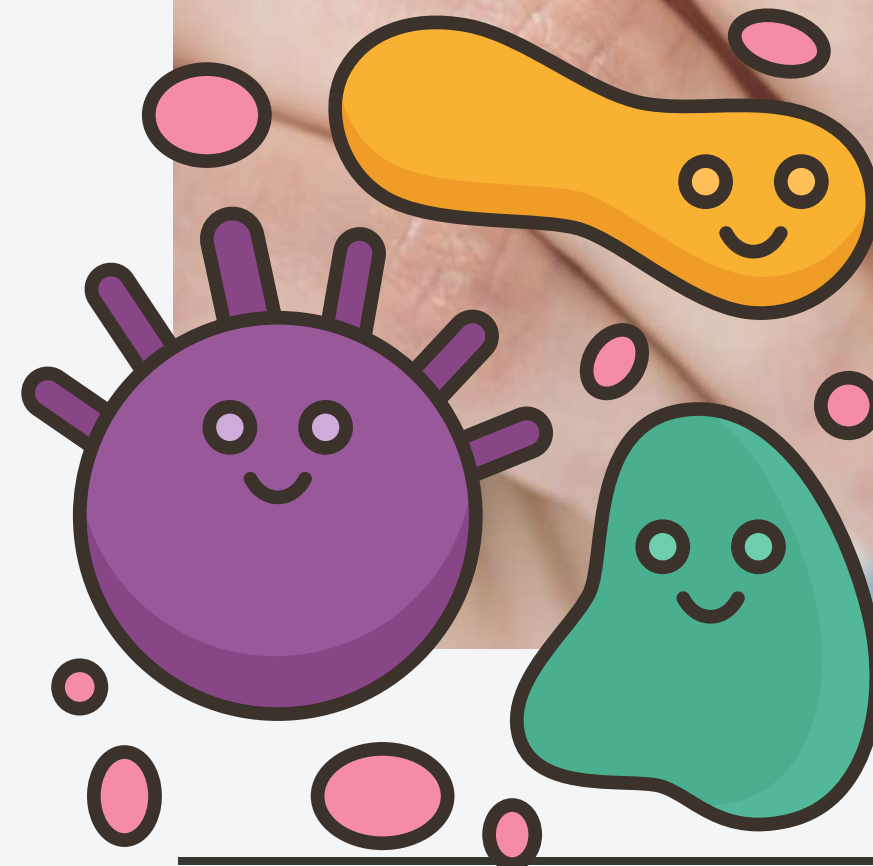
- profilaktyka cholestazy noworodków
- żółtaczka noworodków
- wsparcie żywienia wcześniaków z niską masą ur.
- dyspepsja czynnościowa u dzieci

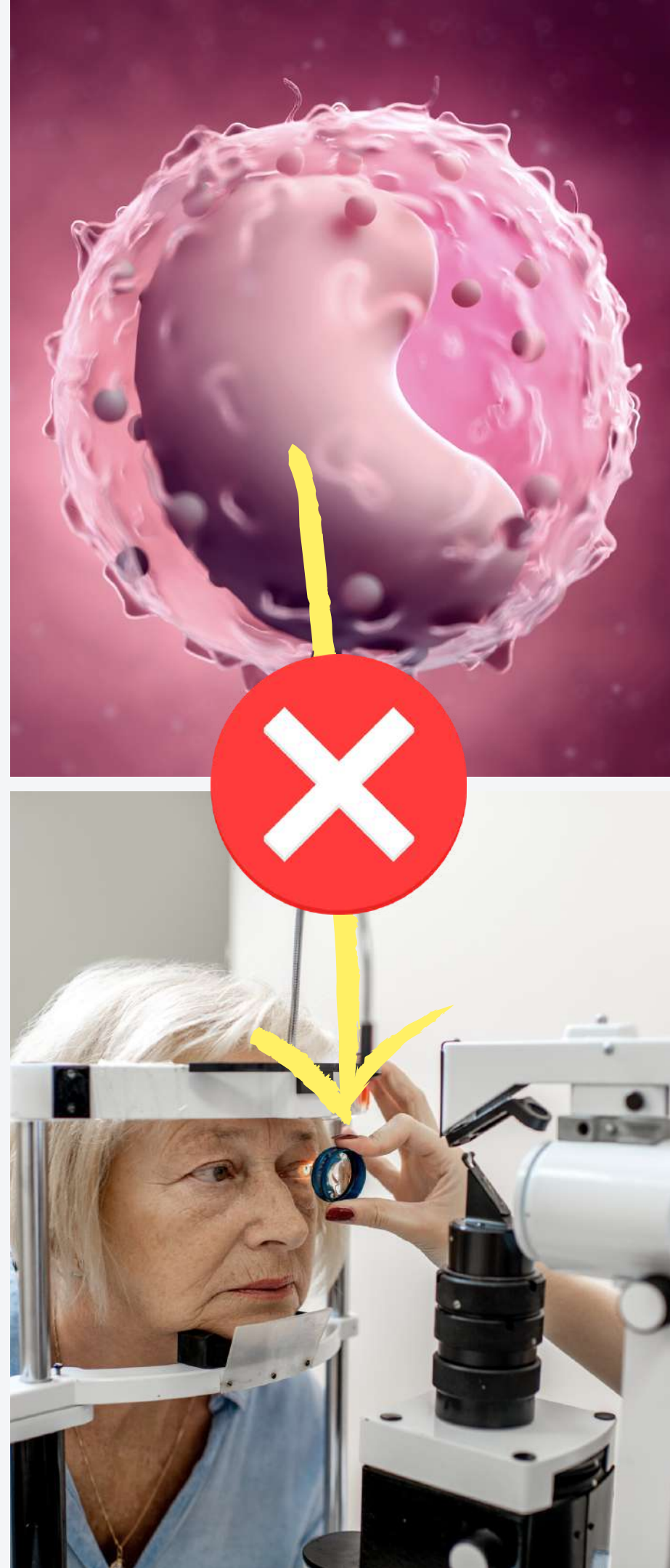
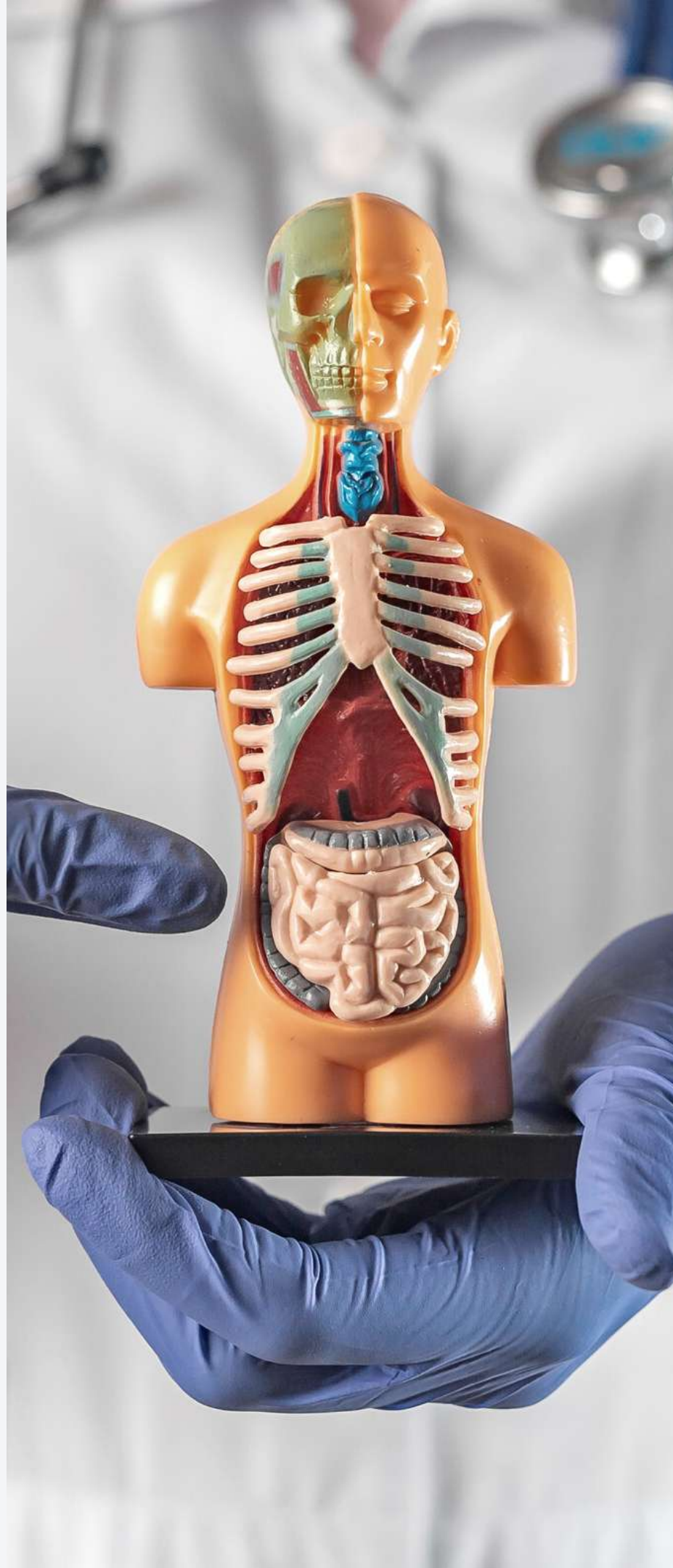


Probiotyki

Praktyczne wskazówki

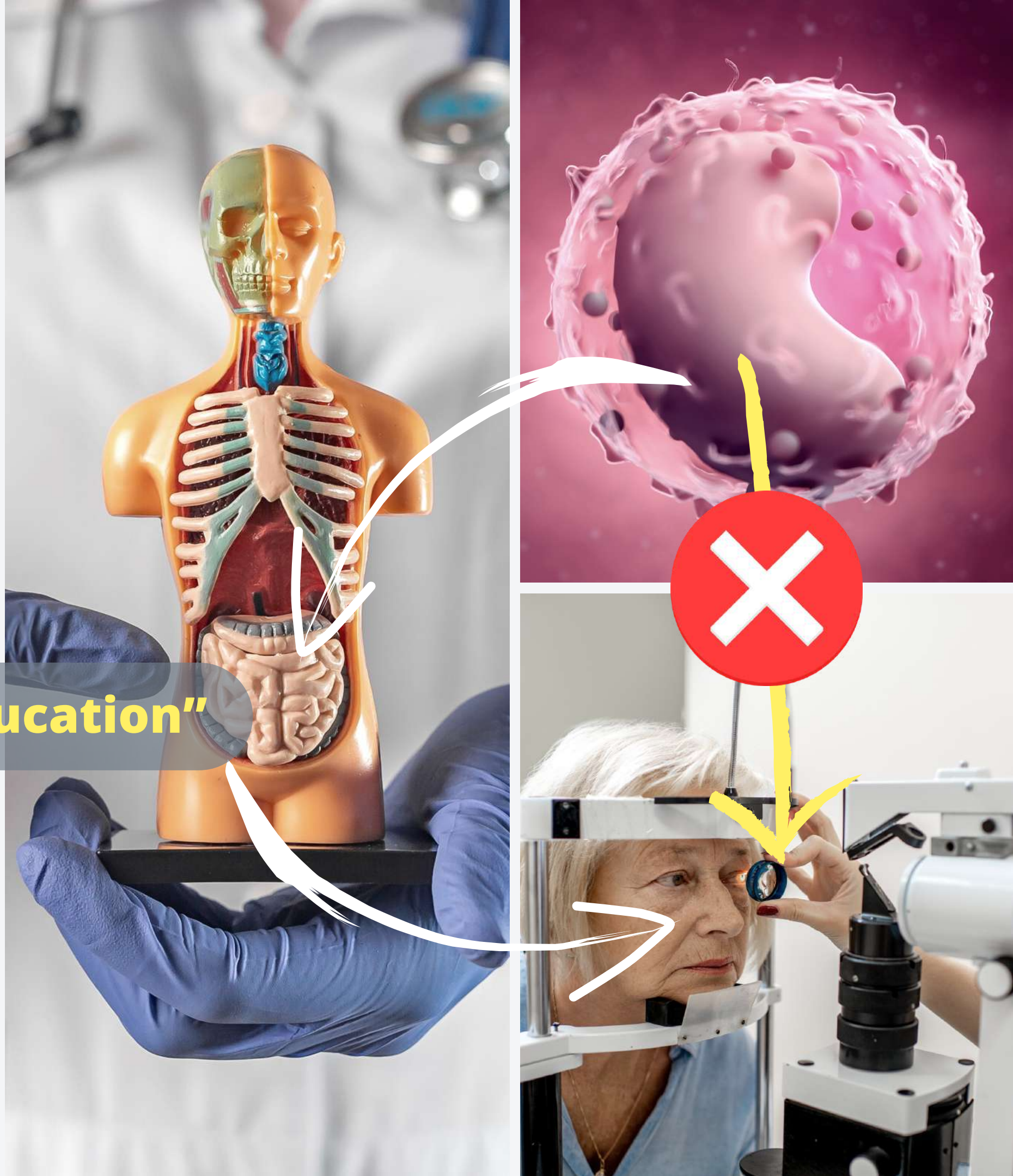
- indywidualizacja dawkowania
- odstęp 2 godz. z lekiem p-bakt.
- unikać kwasu taninowego, węgla aktywowanego





Jaskra:
ludzie: CD4+ beta7-
integryna(+)
~ ciężkość uszkodzenia
el. nerwowych

"Gut education"



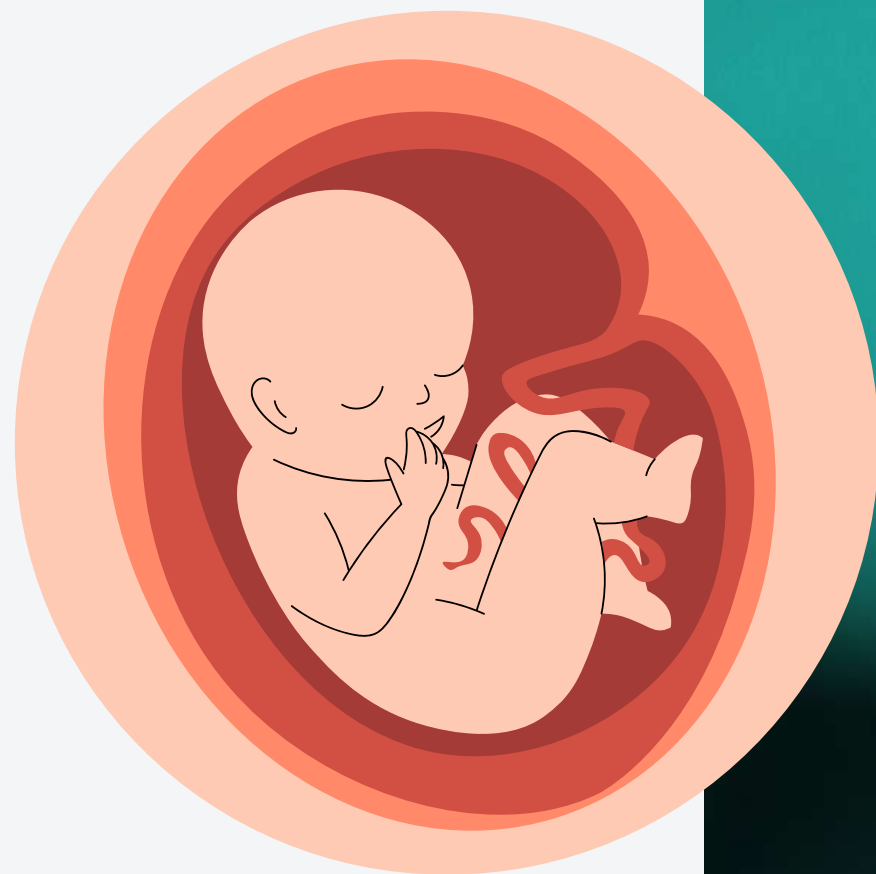
łączenie z MAdCAM-1 w
siatkówce → r. zapalna

myszy: Ig antyMAdCAM
→ ↓ uszkodzeń
siatkówki

"Blocking mucosal
addressin cell adhesion
molecule 1 prevented
retinal infiltration of $\beta 7^{+}$
CD4⁺ T cells and
ameliorated the loss of
retinal ganglion cells."

oś jelita-oczy

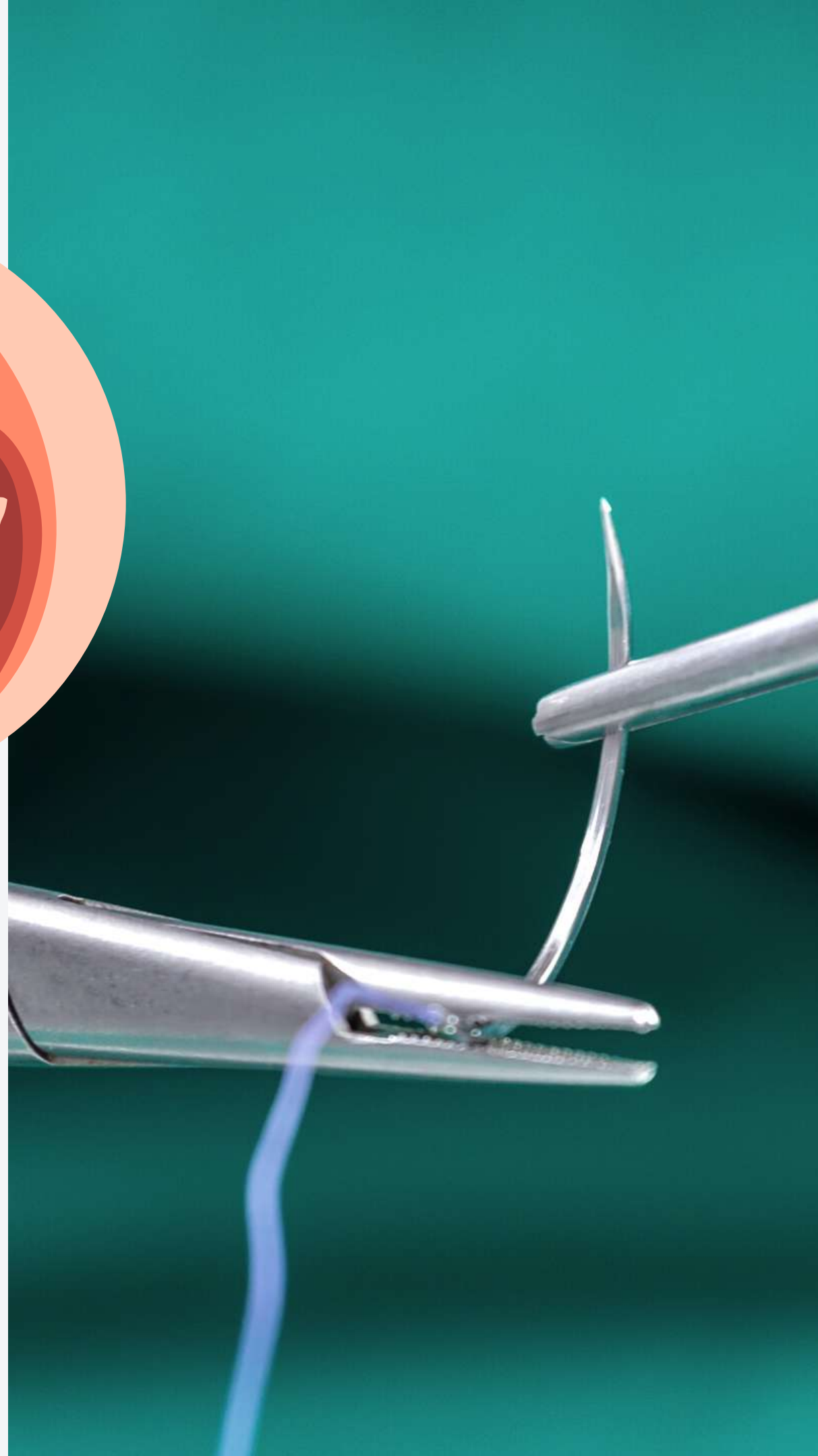
74



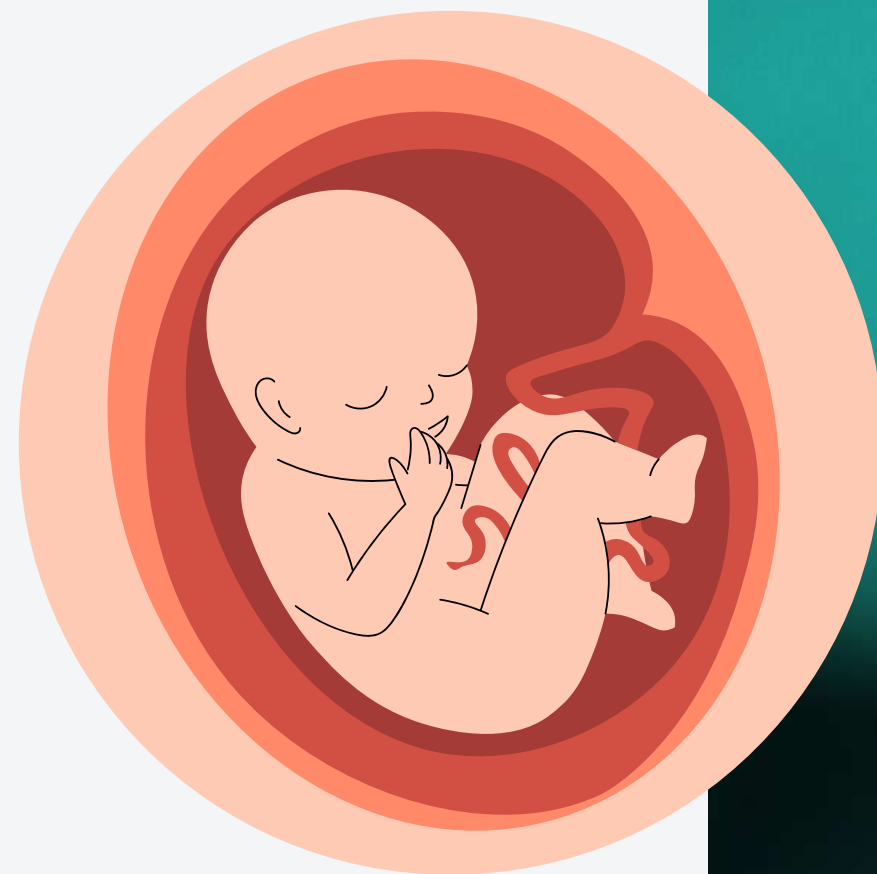
pierworódki

Lactobacillus casei 1,5 mld
CFU, 2 tyg. od dnia porodu (vs
placebo)

p-zapalnie + gojenie się ran?



74

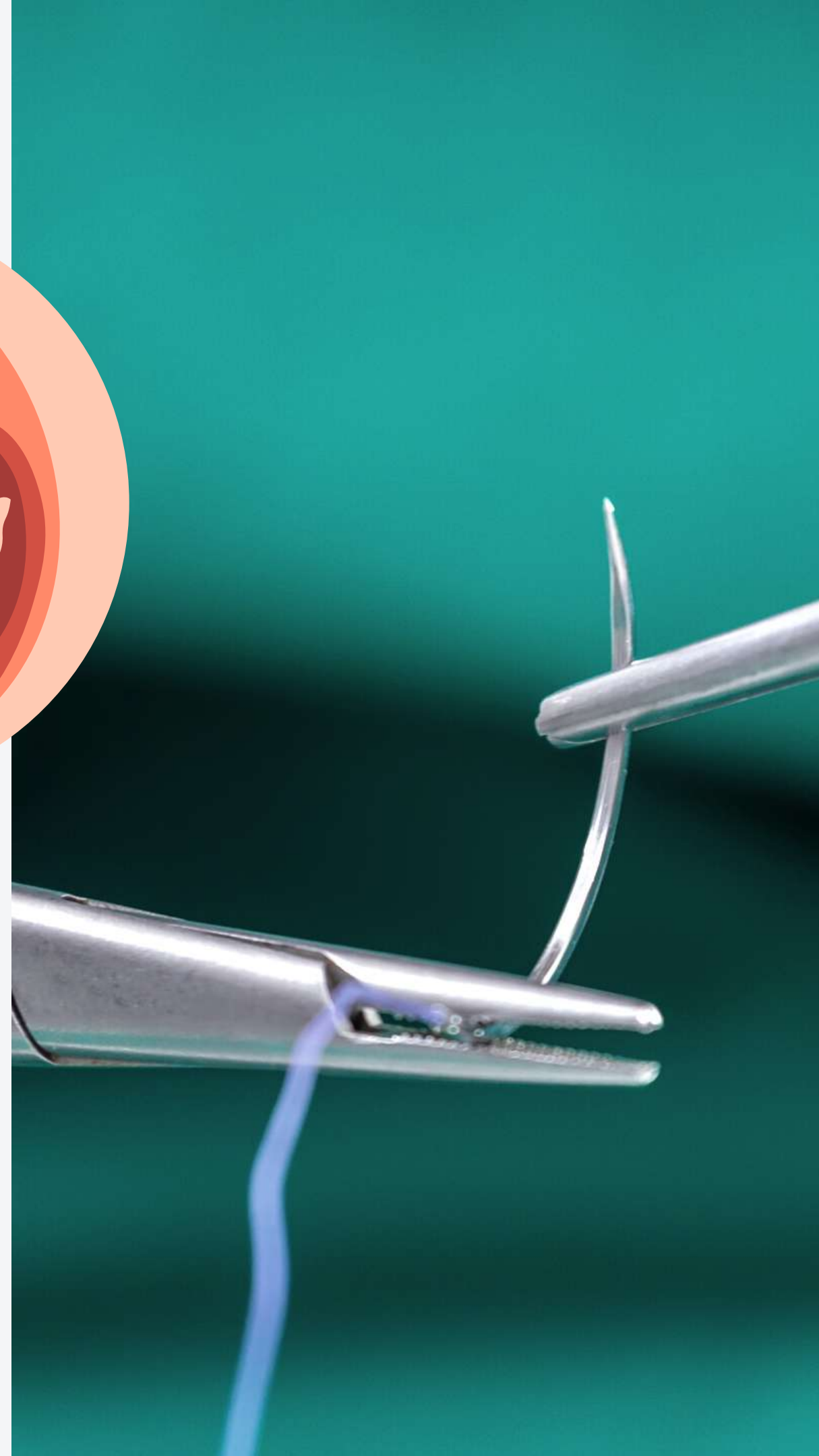


pierworódki

Lactobacillus casei 1,5 mld
CFU, 2 tyg. od dnia porodu (vs
placebo)

p-zapalnie + gojenie się ran?

5 i 15 dni: obrzęk, rumień, ilość
wydzieliny, odległość brzegów
rany, ból



PMS+ dysmenorrhea

Objawy PMS (← ukł. hormonalny?)

napięcie (piersi)

obrzęki

bóle głowy

zmęczenie

problemy ze snem

wahania nastroju, drażliwość, lęk, depresja

problemy z koncentracją

zmiany apetytu



PMS+ dysmenorrhea

n=124, oba problemy, vs placebo
kurkumina (500 mg kurkuminoidów) 7 dni
przed + 3 dni po, 3 cykle

Suplementacja

- ↑ pamięć
- ↑ koncentracja
- ↑ kontrola zachowania



Teoria zapalna → subst. p-zapalne
przegląd RCT:

- prednizolon
- celekoksyb
- minocyklina (p-bakt., p-zap.,
neuroprotekcyjna)
- NAC (donor S → glutation, neuroprotekcyjna)
- sulforafan
- kwasy omega-3

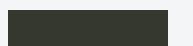
Autyzm: immunomodulacja



Efekty:

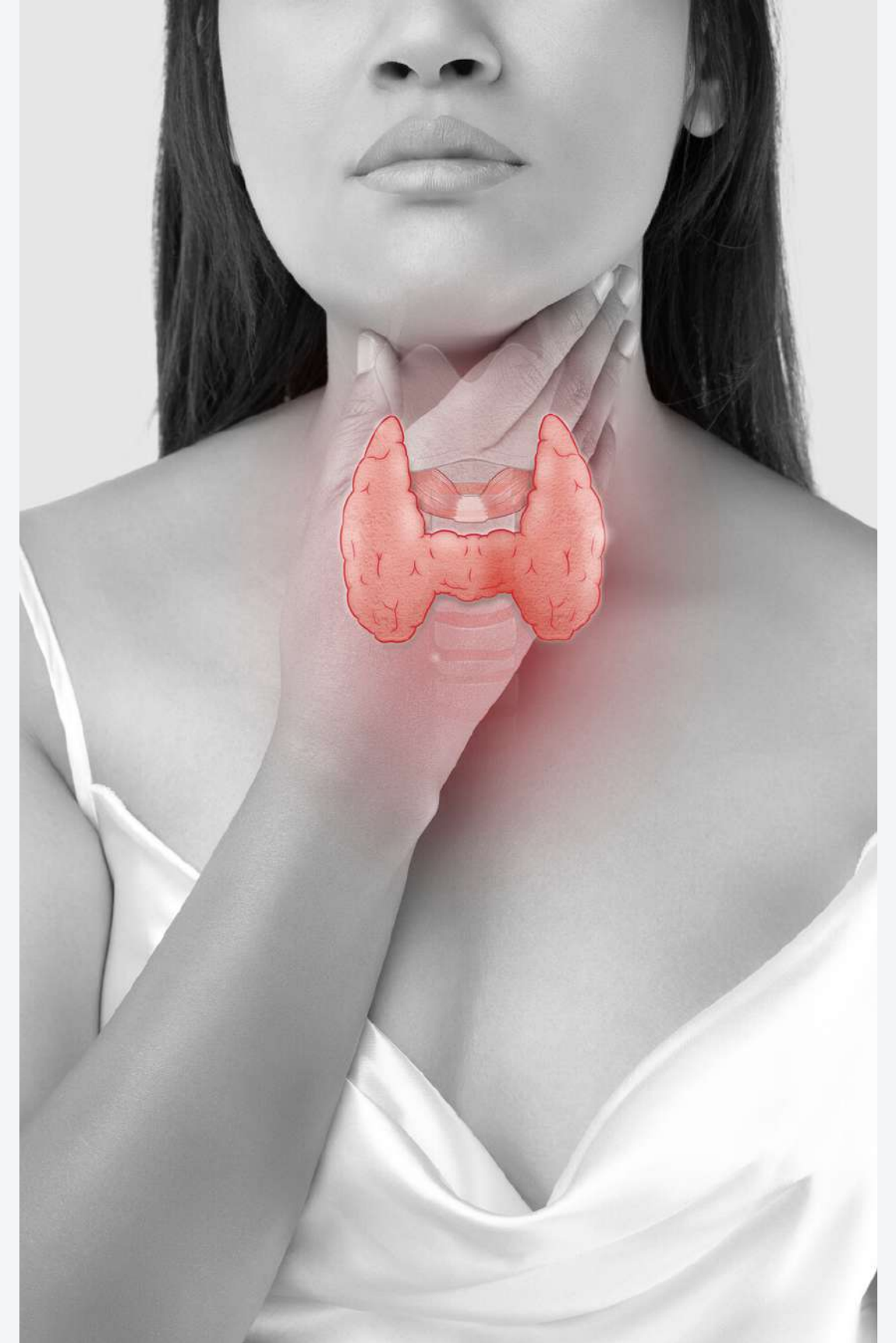
- ↓ drażliwość
- ↓ nadmierna aktywność ruchowa
- ↓ impulsywność i ↑ kontrola zachowania
- ↓ ospałości, braku energii
- ↑ motywacja do działania
- ↑ zainteresowania otoczeniem.

Autyzm: immunomodulacja

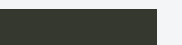


Pierwotna niedoczynność tarczycy

ZIOŁA: TYLKO 4 RCT



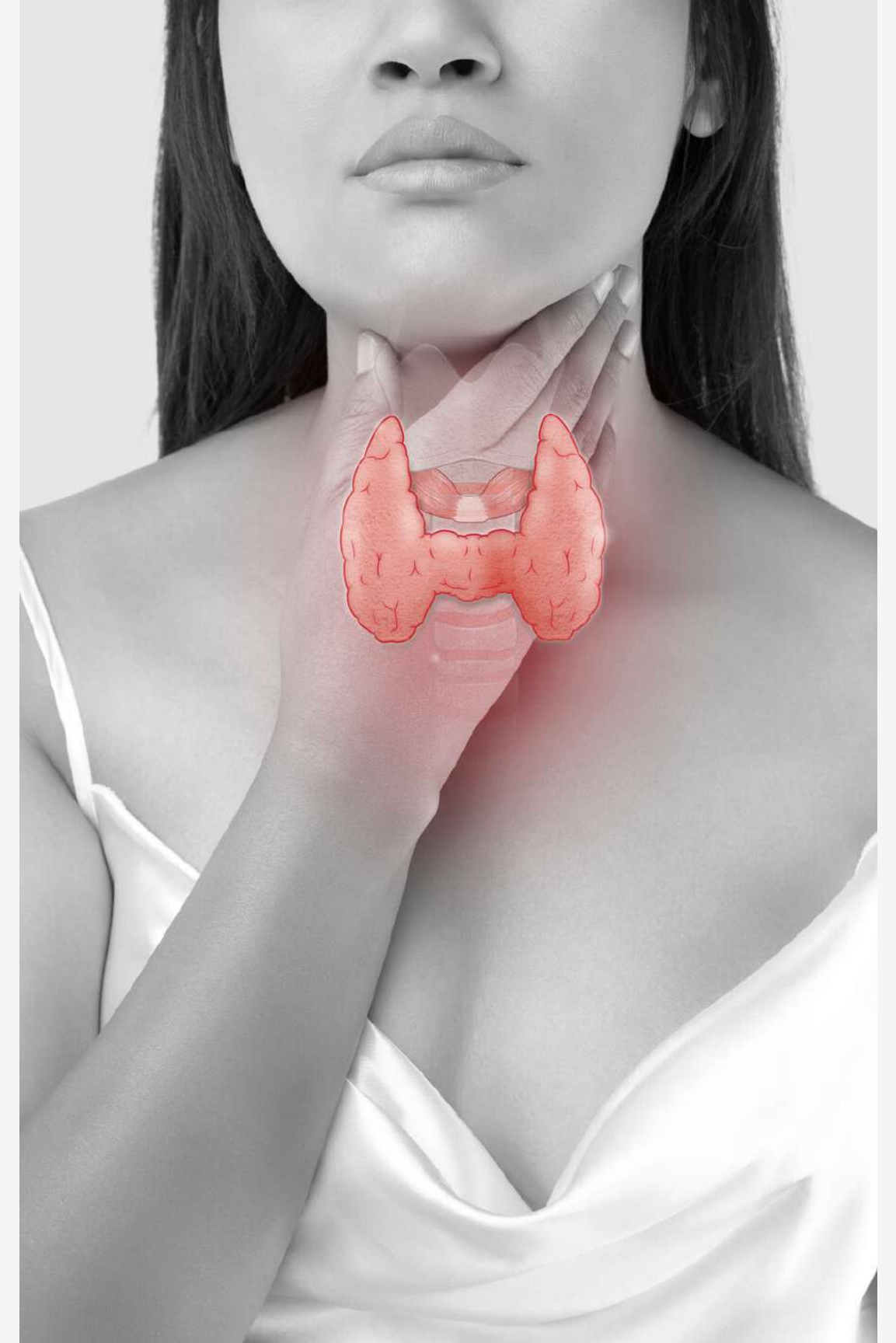
Iran | 37013429



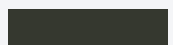
Pierwotna niedoczynność tarczycy

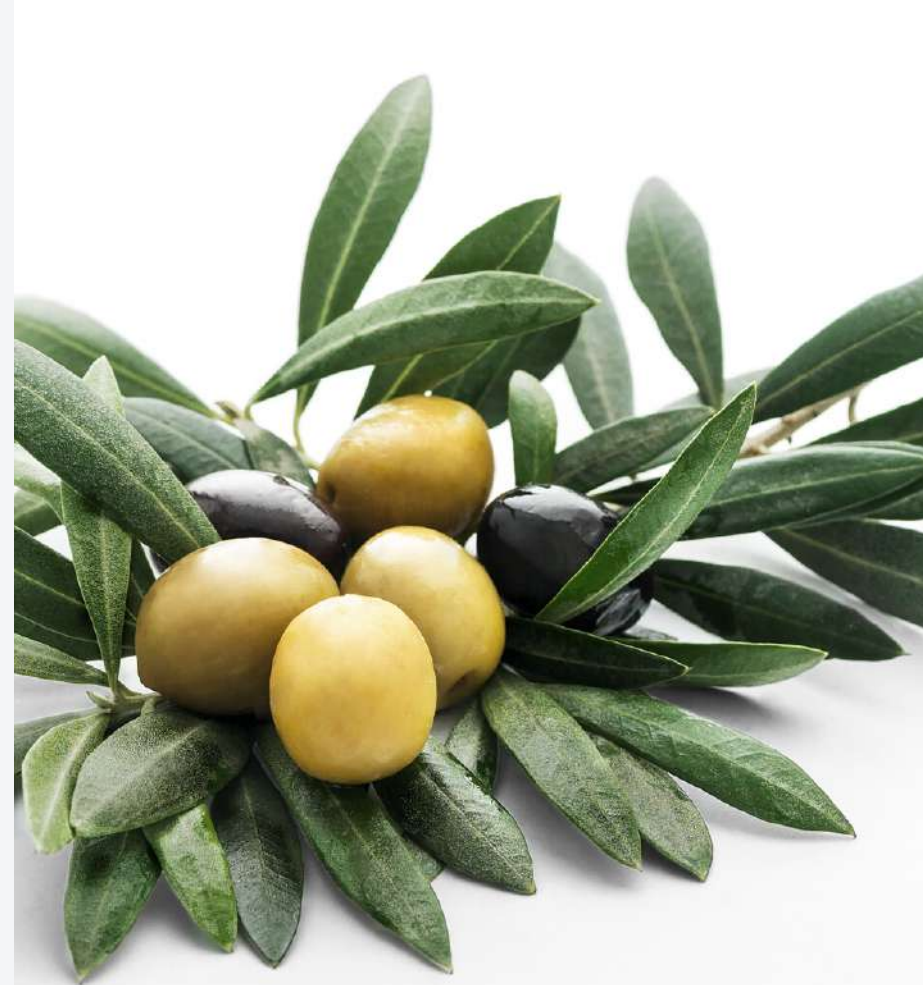
ZIOŁA: TYLKO 4 RCT

- Nigella sativa: ↓ BMI, ↑ T₃, ↓ TSH ALBO ↓ TC, fasting GLU przy braku anty-TPO
- ashwagandha ↑ T₃ 50%, T₄ 20% (8 tyg.)
- olejek miętowy 2 tyg. aromaterapii: ↓ zmęczenia



Iran | 37013429

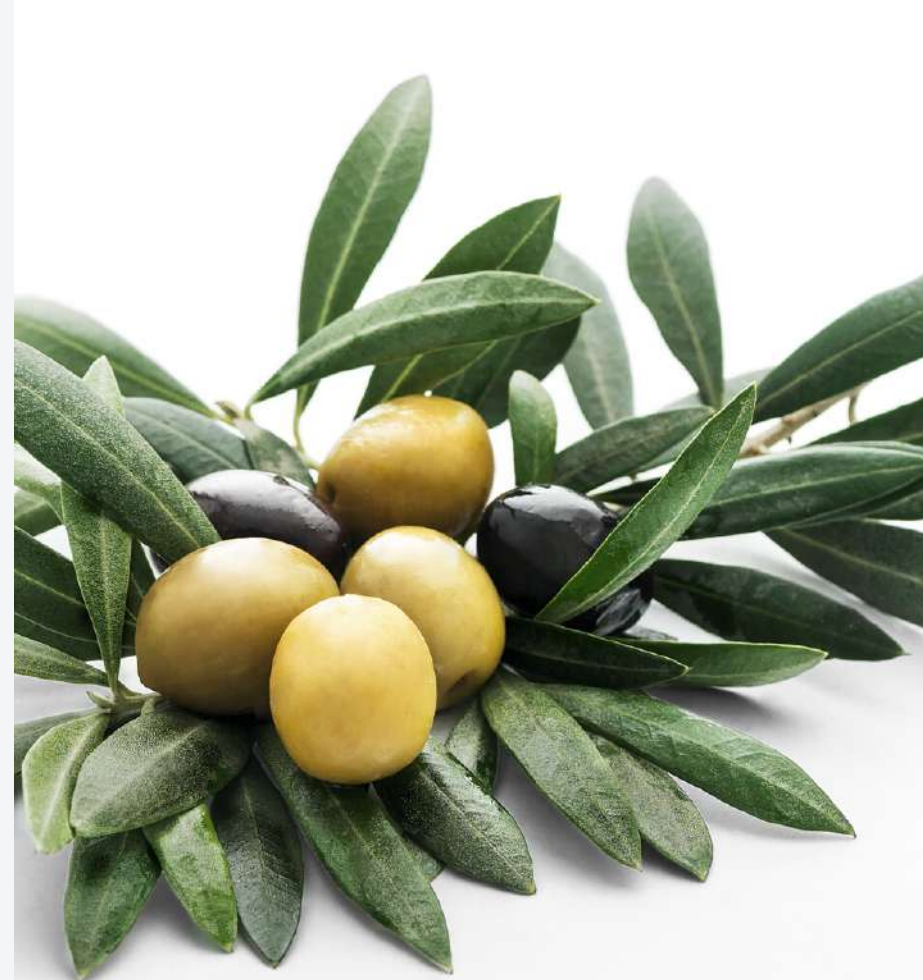




ekstrakt: polifenole +
prooksydacyjny chlorofil

oliwka: hydroksyrozol,
tyrozol, oleuropeina

zielona herbata: kofeina,
galloKatechina i
pochodne



-
- bez chlorofilu:
 - (–) potencjał antyoksydacyjny
 - ↓ efekt cytotoksyczny do kom. białaczkowych HL-60 (z wysokiego)
 - ? chlorofil kluczem do dz. antynowotworowego?
 - istotność kliniczna?



OSŁABIENIE SMAKU

meta 12 RCT, n=938

- postać idiopatyczna
- niedobór Zn
- siarczan, glukonian, octan, pikolinian, kompleks z karnozyną

SUPLEMENTACJA

o 40% częściej poprawa niż w gr. kontrolnej (spektakularnie: octan w PChN)

17-86,7 mg/24 godz., 3-6 mies.
kontrola lekarska! (nefrolog!)

Profilaktyka infekcji

USA | 36615837



Stan New Jersey

codziennie przez 9 miesięcy
(n=255) wybrano 2 miesiące

kontrola n=2800

wnioski: ↓ ryzyka chorób
grypopodobnych (ale nie
COVID-19, moc?)

Istotność ekonomiczna:

- narażenie
- absencja
- suplementacja zalecana!

Muzykoterapia

USA | 37640940



n=100, 2 dni życia

heel prick

2 min przed, 5 min po: kotysanka

"a statistically and clinically
significant" reduction: Neonatal

Infant Pain Scale (NIPS) przed,

podczas, po pobraniu krwi



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

Dziękuję za uwagę!

■ Kolejny webinar 19 września

