

INTEGMED.PL



NOWOŚCI MEDYCZNO- NUTRACEUTY CZNE

17 października 2023



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

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



EGCG

600-800 mg:

: ↑ metabolizm mięśni M>K RFN| 25733633

↑ lipoliza (↓ %tłuszcz) + p=zap. (EGCG + olej

kokosowy) Hiszpania|34579104

↓ stan lękowy Hiszpania|31979305

depresja ↓ , ↑ albumina Hiszpania|33920655|

↑ równowaga, szybkość chodu

Hiszpania|36594273

faza I i II: USA|26298797

EFSA:

MMSE

n=60 (ch. Alzheimerera), RCT placebo
12 tygodni: 500 mg co 12 godzin

- ↑ MMSE
- ↓ hsCRP
- ↓ FPG
- ↓ IR



IRAN | 36861852

MMSE

n=60, RCT placebo

12 tygodni: 500 mg co 12 godzin

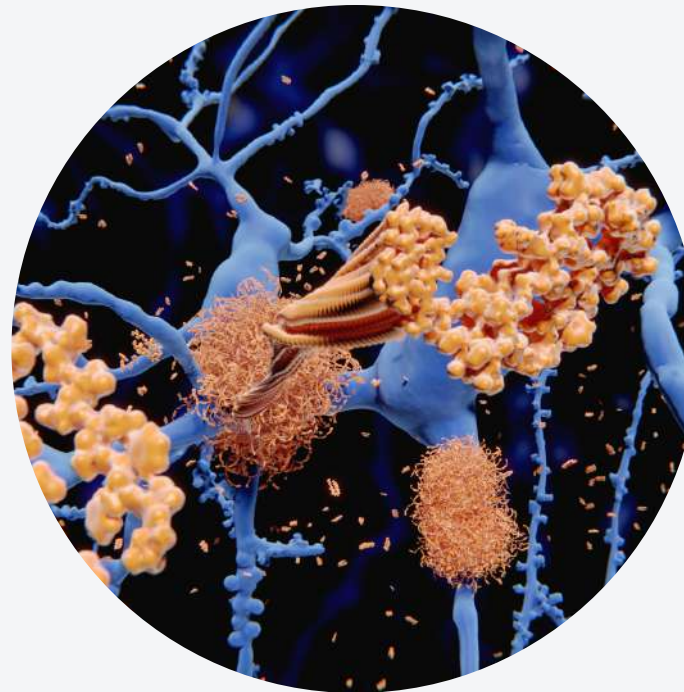
- ↑ MMSE
- ↓ hsCRP
- ↓ FPG
- ↓ IR





tryptofan → 5HT
lub... IPA

anty-ox
p-zapalnie
neuroprotekcja
↓ IR



Amyloid
wiek ↓ IPA ~ ↑ beta-
amyloid

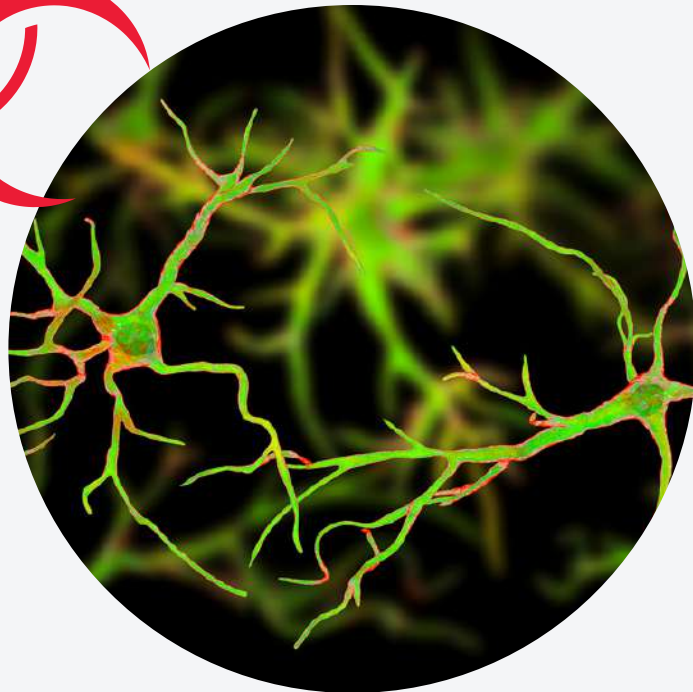
IPA



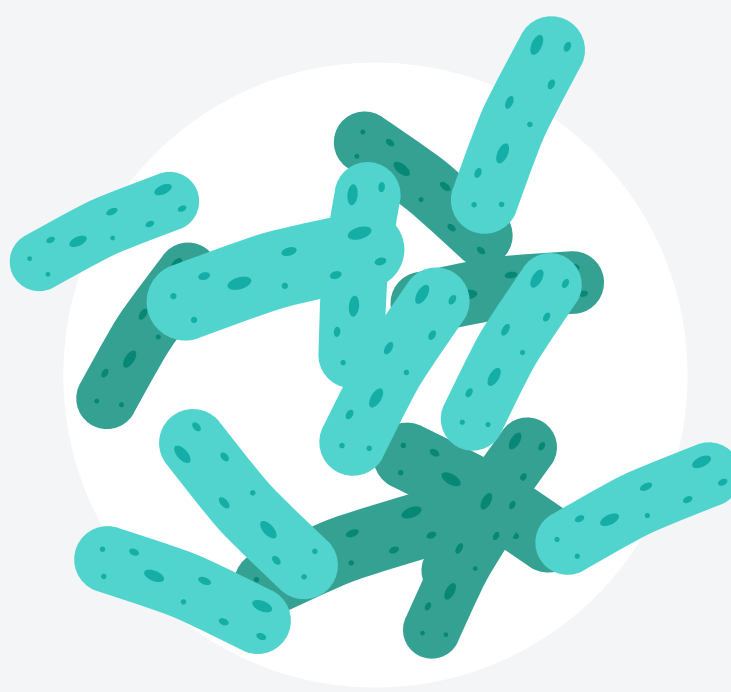
n=63 zdrowi >65l.
12 tyg.: Bifidobacterium
bifidum BGN4
Bifidobacterium
longum BORI vs
placebo



↑ ↑ IPA x 2
↑ BDNF
glutamina
met. kw. żółciowych



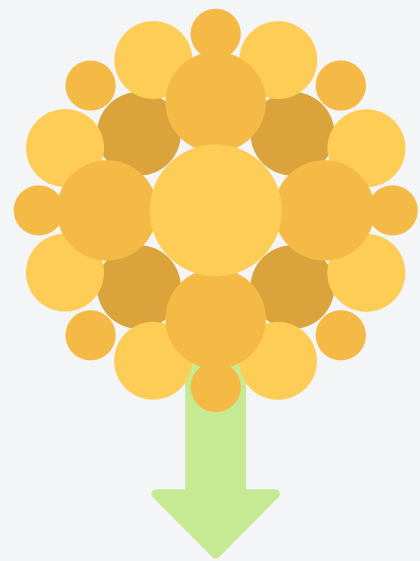
IPA: ↑ BDNF, NGF
↓ subst. prozapalne



TRY → IPA → OUN
↓ st. zapalny
neuroprotekcja
ochrona synaps
↓ utraty pamięci

IPA

FOS i GOS



MASLD



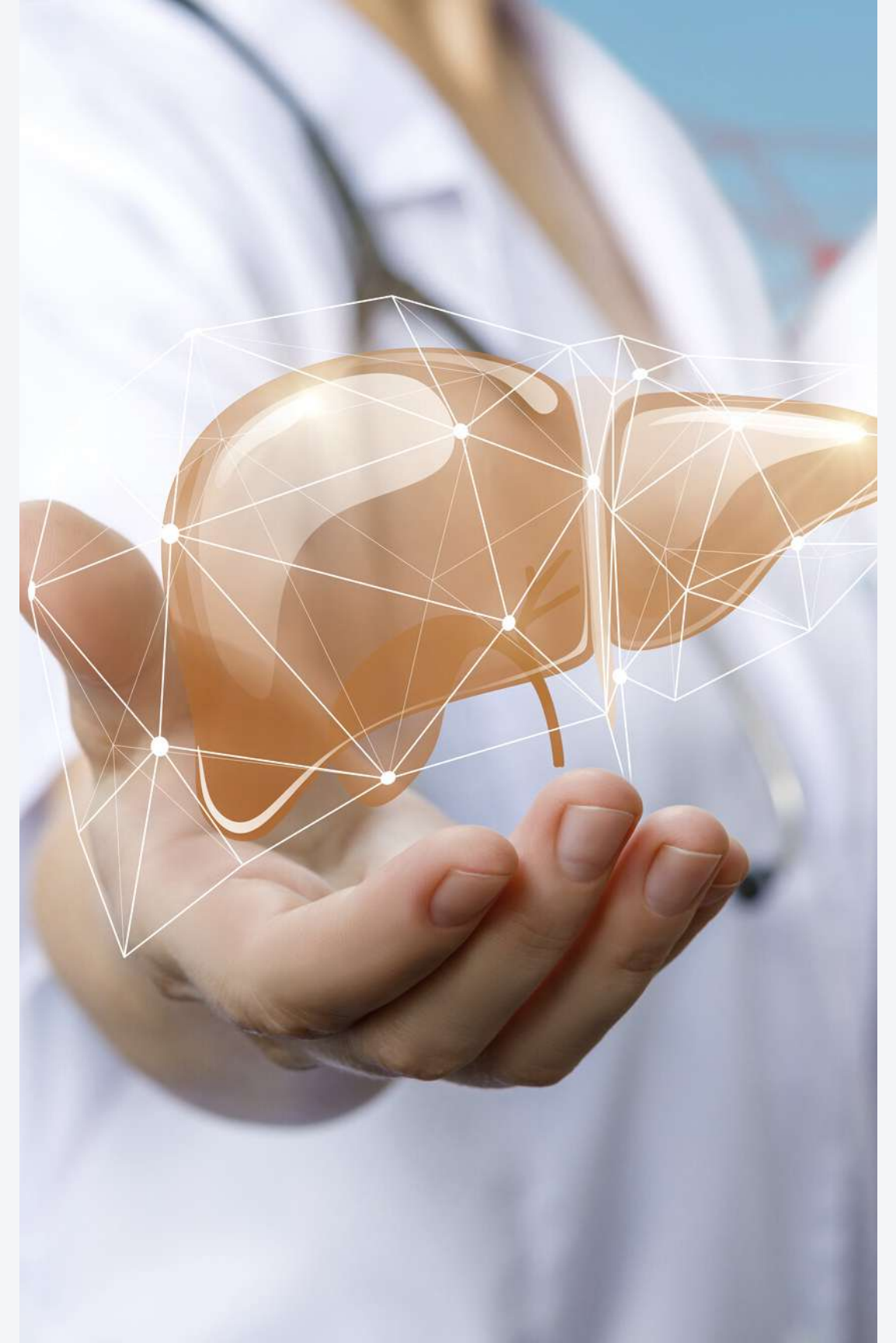
steatotic liver disease associated with metabolic dysfunction

↓ IR, TH, GLU, TC (lipogeneza/lipoliza)

IL-6, iNOS, COX-2, TNF- α , IL-1 β (permeability)

↑ neurony POMC/GPR43 w jądrze łukowatym ~

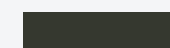
↑ podwzgórze (oś jelita-mózg)



Brazylia | 37771001 —

po podaniu p.o.: długa kolonizacja (kilka mies.)
metabolizm wielocukrów roślinnych
metabolizm kwasów żółciowych (↓ cholesterol)
SCFA
serpiny (ochrona, x autoagresja jelitowa)

Bifidobacterium longum



-
- NEC
 - biegunki
 - jelito drażliwe
 - ch. zapalne jelit
 - dyslipidemie
 - ↓ nastrój
 - autyzm (obj. jelitowe i neuropsych.)
 - infekcje (profilaktyka i leczenie)
 - alergię (profilaktyka i leczenie)

Bifidobacterium longum

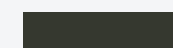




-
- zaparcia
 - nietolerancja laktozy
 - łuszczyca
 - z. przewlekłego zmęczenia
 - depresja i zab. lękowe
 - ch. Alzheimerera (+Se)
 - odporność

Bifidobacterium longum

INTL | 36896934



Dyslipide mia

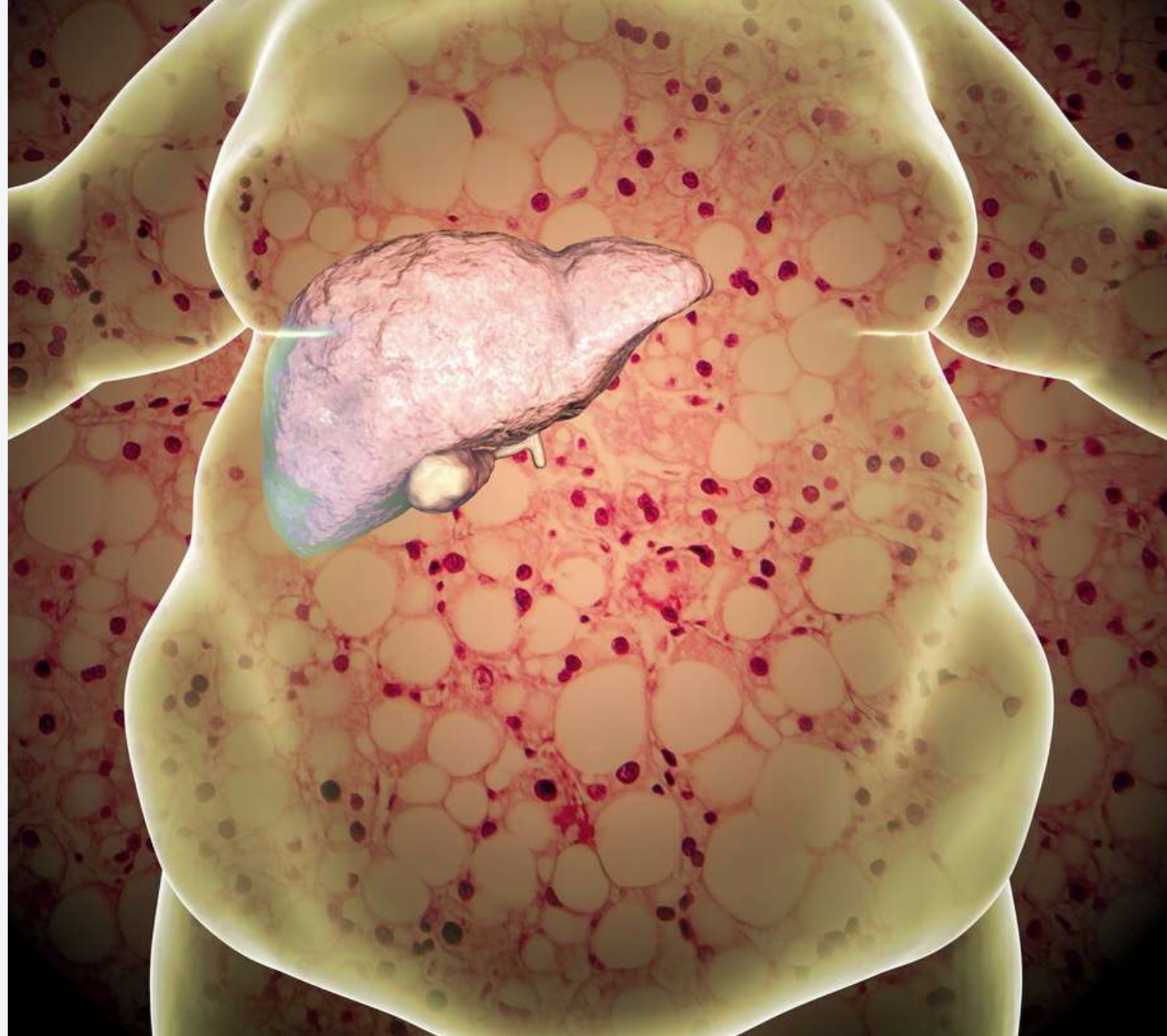
USA | 27809443



od 1 r.ż.: CHILD-1 dieta dla ukł.
krążenia (3 mies.):
↓ słodkich napojów, soków
↑ błonnik
woda/odtłuszczone mleko

CHILD-2
+ ew suplementacja:
stanole/sterole roślinne
babka płesznik
kwasy omega-3

ruch: 1 godz. dziennie
wspólne posiłki



n=6, 12 tyg., stopień umiarkowany
do dużego

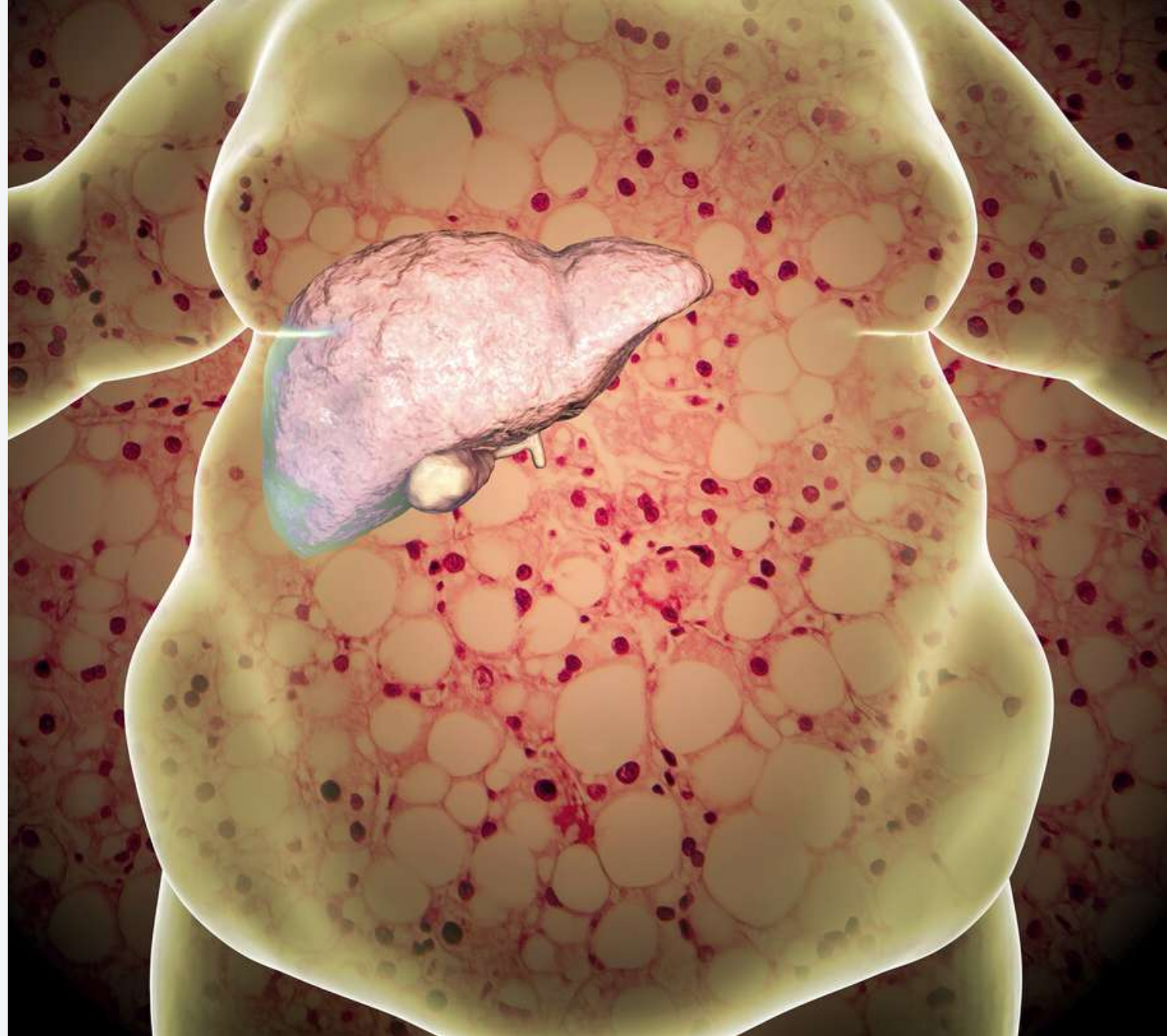
CUR + PIP 500 mg/5 mg

Wyniki

????????????????????

Iran | 36799355

Kurkumina plus ...



n=6, 12 tyg.

CUR + PIP 500 mg/5 mg

Wyniki

↓ obwodu w pasie

↓ SBP

↓ TC

↓ FPG

↓ ALT, AST

Iran | 36799355

Kurkumina plus ...

czynność, nie budowa!

fibroscan(–)



Ascophyllum nodosum
ekstrakt 0,5 i g
zdrowi (bez zab. met.
węgl.)

inh. enzymów: ($\Rightarrow$ i $\downarrow$
glikemii poposiłkowej)

różnice osobnicze: akt.
amylaz??

grupa z $\uparrow$ pikiem: 1g
istotnie $\downarrow \downarrow \downarrow$ GLU

D2?????



What is the best diet for humans? | Eran Segal | TEDxRuppin



Udostępnij



Informacje



WIĘCEJ FILMÓW



1:16 / 19:12 • What is the best diet



YouTube





Niedokrwistość

↑ zapotrz. na Fe: dziecko,
czerwone krwinki płodu
dieta uboga, krwawienia, zab.
wchłaniania ~ ryzyko niedoboru
mimo suplementacji



Niedokrwistość

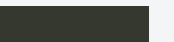
n=20 ochotniczek
Lactobacillus plantarum 299v
prep. wielowitaminowy +
(probiotyk/placebo)
od 15-20 hbd do porodu

wolniejszy ↓ morfologii
dzieci: ↑ wysycenie transferyny



Chiny | 37226250

9 RCT n>2000 vs placebo: najlepsze przed 65 r.ż., bez chorób współistniejących,
bez nasycenia (??)



Jordan | 37758483

110 prac, n=18 mln
dwutlenek azotu +30 proc.
(+30%)
CO +25%
dwutlenek siarki
+15 proc. (D +60%)

Jordan | 37758483

5 dni

110 prac, n=18 mln
dwutlenek azotu +30 proc.
(+30%)
CO +25%
dwutlenek siarki
+15 proc. (D +60%)

Witamina C

Witamina D

Witaminy z grupy B

Kwasy omega-3

Polifenole

oraz....



Witamina C

Witamina D

Witaminy z grupy B

Kwasy omega-3

Polifenole

oraz....



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

Dziękuję za uwagę!

■ Kolejny webinar 31 października

