

INTEGMED.PL

NOWOŚCI MEDYCZNO- NUTRACEUTY CZNE

27 sierpnia 2024

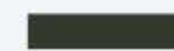


1. Niniejszy materiał ma wyłącznie charakter informacyjno-edukacyjny i nie zastępuje porady lekarskiej

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

Refluks

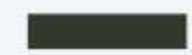
INDIE | 39929150



zgaga
regurgitacje
ból
przewlekły kaszel
chrypa

Refluks

INDIE | 39929150



zgaga
regurgitacje
ból
przewlekły kaszel
chrypa

zapalenie przełyku
zwężenia przełyku

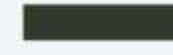
INDIE | 39929150

Refluks



Refluks

INDIE | 39929150



Refluks

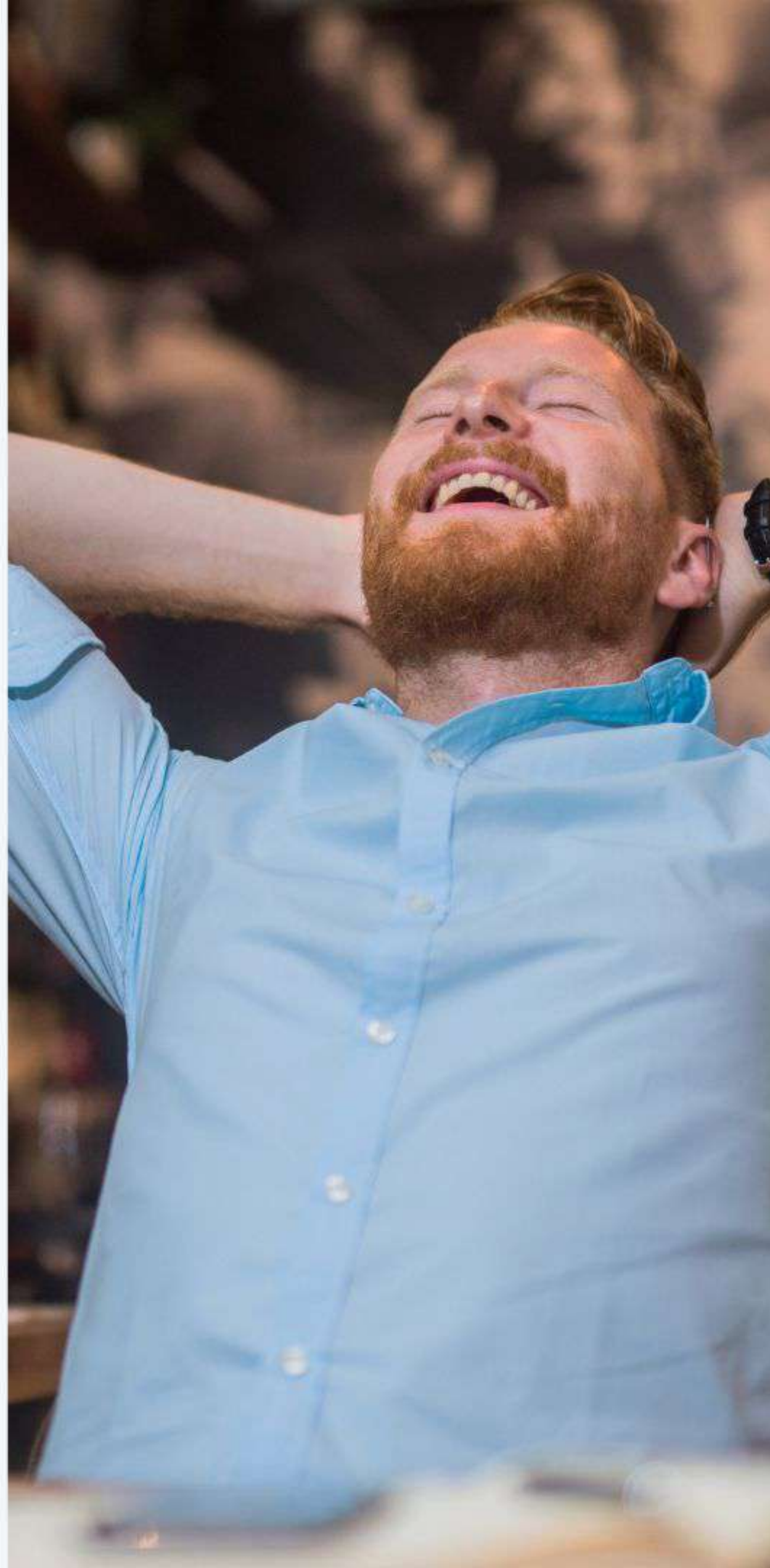
INDIE | 39929150



glabrydyna bez glicyryzyny
n=200, po 2 tyg:
↑ QoL
szybsze ↓ zgagi, regurgitacji

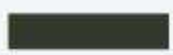
Refluks

INDIE | 39929150



↑ śluz (żołądek, przełyk)
p-zapalenie (x mikrouszkodzenia)
→← dolny zwieracz +
↑ opróżnianie (x cofanie)

Refluks



INDIE | 39929150



godzina ostatniego posiłku!
tłuste/smażone/keczup/ilość
czekolada, kawa
pikantne, cytrusy
! mięta rozluźnia LES

rumianek, koper włoski, imbir,
siemę lniane, wapń...
jabłka (pieczone)
probiotyki, błonnik

DO-HEALTH



SZWAJCARIA, FRANCJA, USA |
39900648

n=777 ogólnie zdrowi po 70 r.ż.

VD 2000j. +/- omega3 1g +/- aktywność fizyczna

3 lata: PhenoAge, GrimAge, GrimAge2 i DunedinPACE

DO-HEALTH

SZWAJCARIA, FRANCJA, USA |
39900648

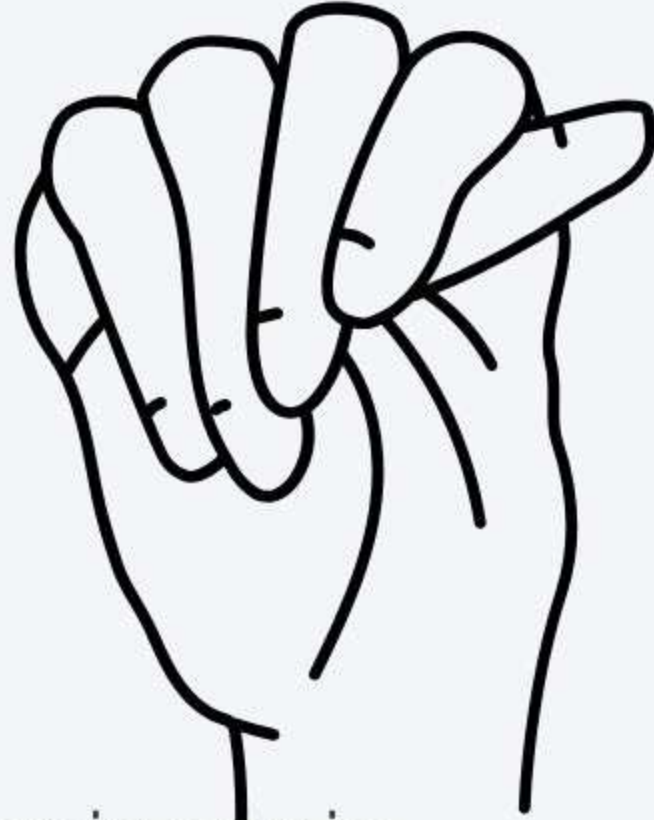
omega-3

wszystkie zegary: -2,9-3,8 mies.
jeden zegar:

omega-3

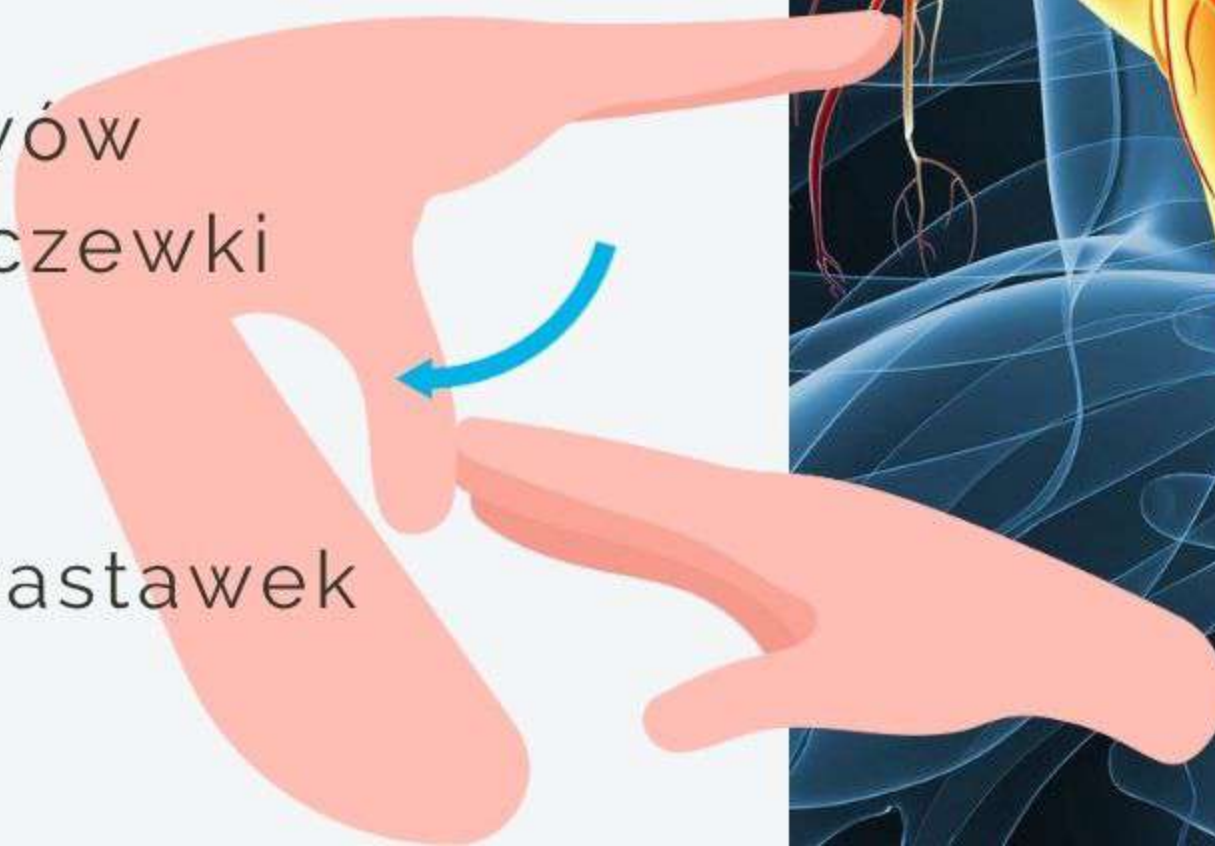


ZESPÓŁ MARFANA



mutacja fibryliny → rozciąganie

- wysoki wzrost, długie kończyny
- ↑ ruchomość stawów
- podwichnięcia soczewki
- skoliozy
- tętniak aorty
- niedomykalność zastawek

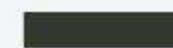


ZESPÓŁ MARFANA

leki
monitorowanie
operacja (wym. zastawek, aorta)



HOLANDIA | 39317438



resweratrol

🐭 ↓ tempo poszerzania aorty
👤 n=57, 18-57 l, rok standard +
500 mg resweratrol, gr.
kontrolna: historyczna (losartan)



resweratrol

stabilna średnica aorty
wstępującej
trend ↓ tempa: a. wstępująca,
dalszy odcinek a. zstępującej



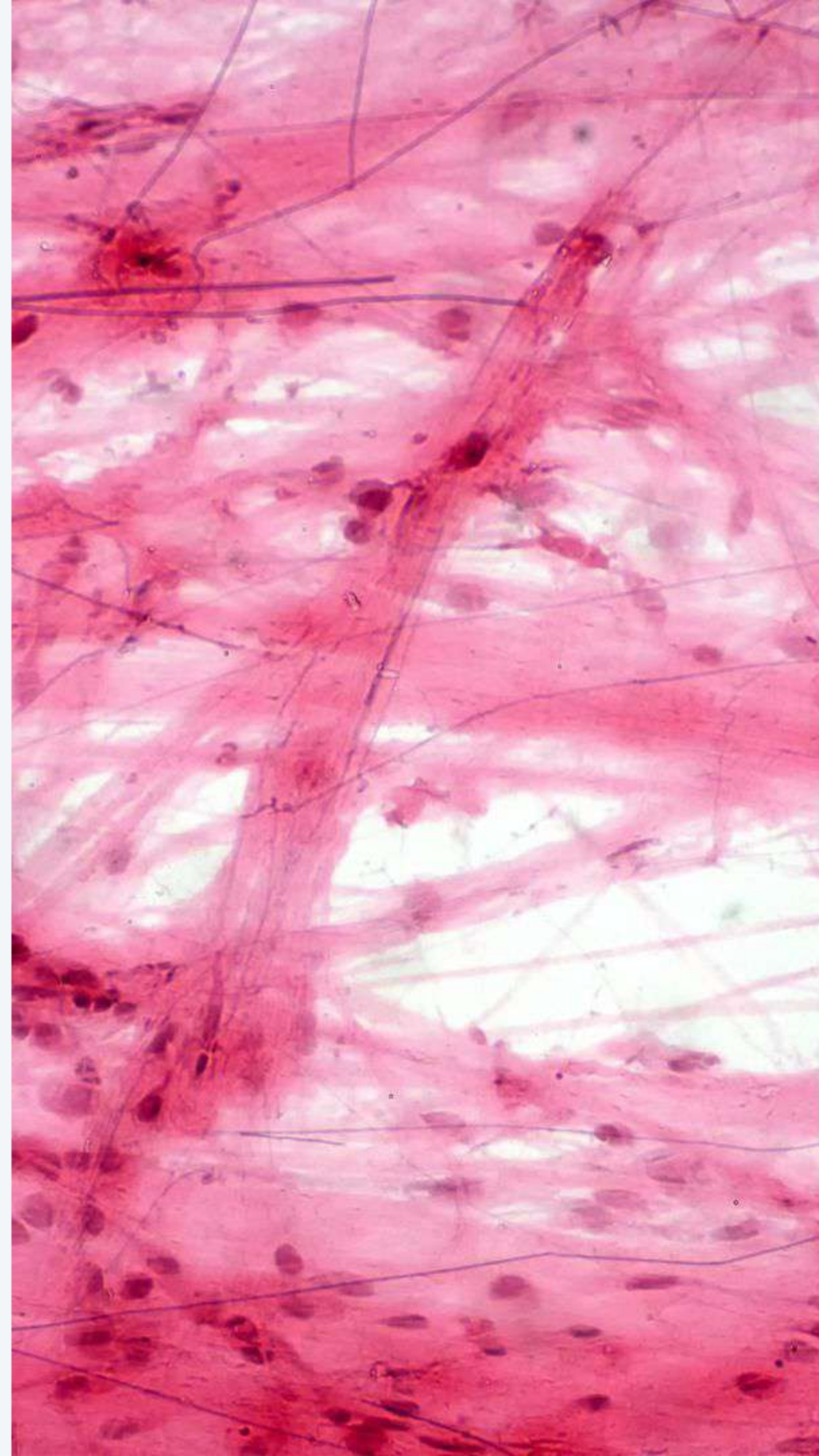
resweratrol

↓ MMP

↓ stres. ox w ścianie aorty

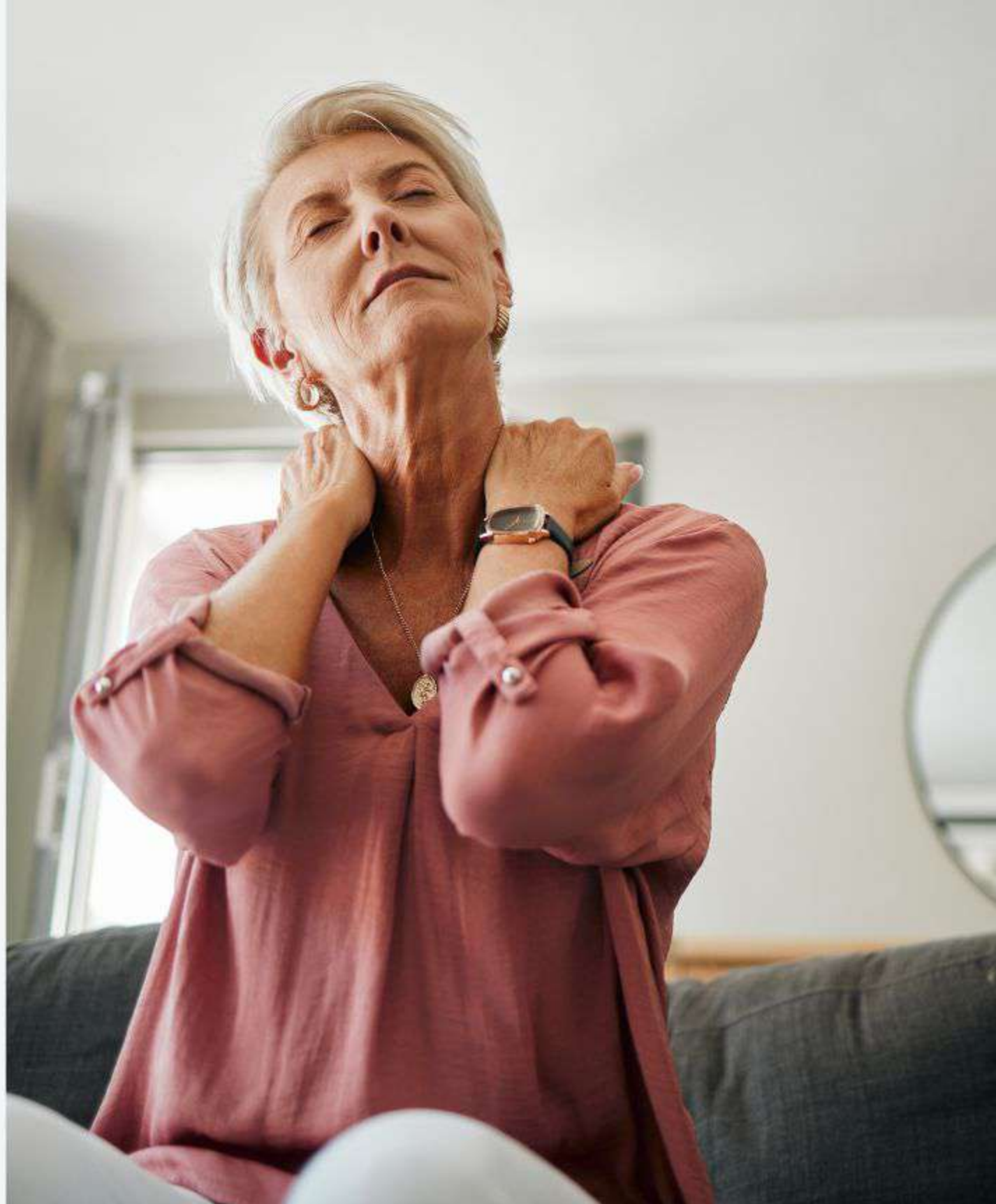
↑ syntezy elastyny

rekompensacja włókien?



Fibromialgia

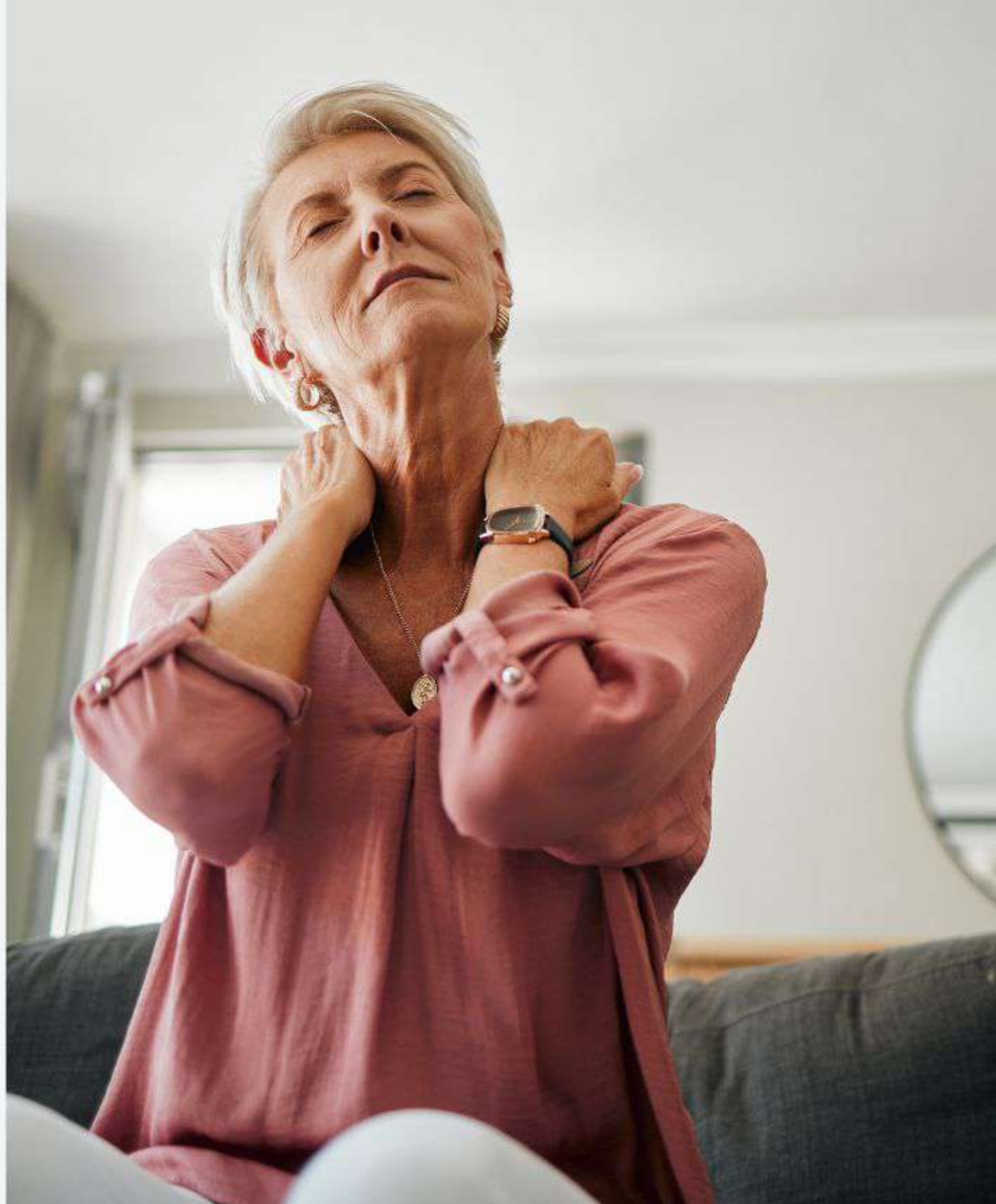
- farmakoterapia
- psychoterapia
- fizjoterapia
- dieta (śródziemnomorska!)
- nutraceutyki



HISZPANIA | 40151031

Fibromialgia

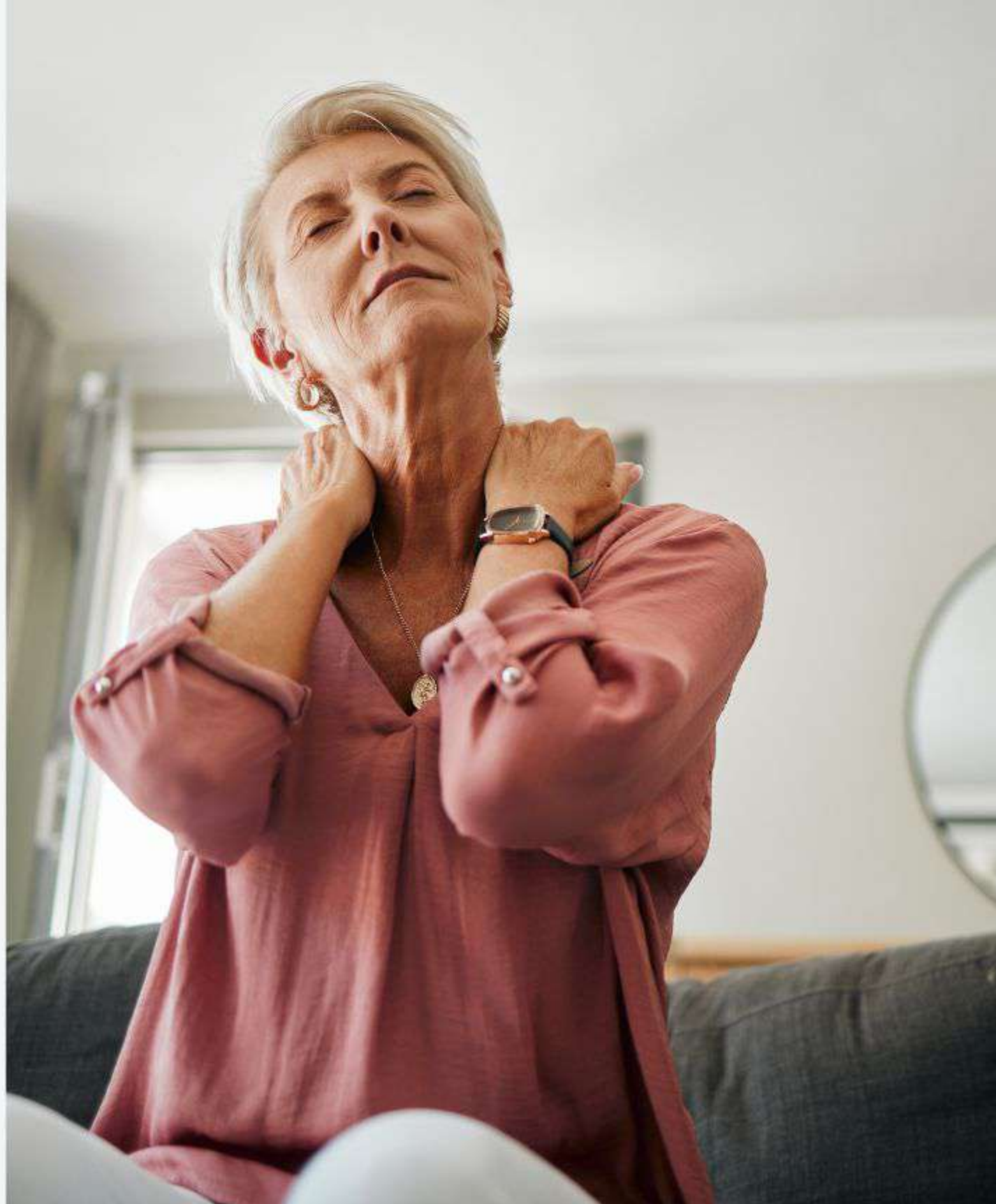
n=89, ok. 50 r.ż., 97%K
standardowe leczenie + Q10 (50
mg), Mg (296 mg), TRY (150 mg) vs
placebo (3 mies., 1 mies. washout i
skrzyżowanie grup)



HISZPANIA | 40151031

Fibromialgia

n=89, ok. 50 r.ż., 97%K
standardowe leczenie + Q10 (50
mg), Mg (296 mg), TRY (150 mg) vs
placebo (3 mies., 1 mies. washout i
skrzyżowanie grup)



HISZPANIA | 40151031

REZULTATY

zmęczenie:

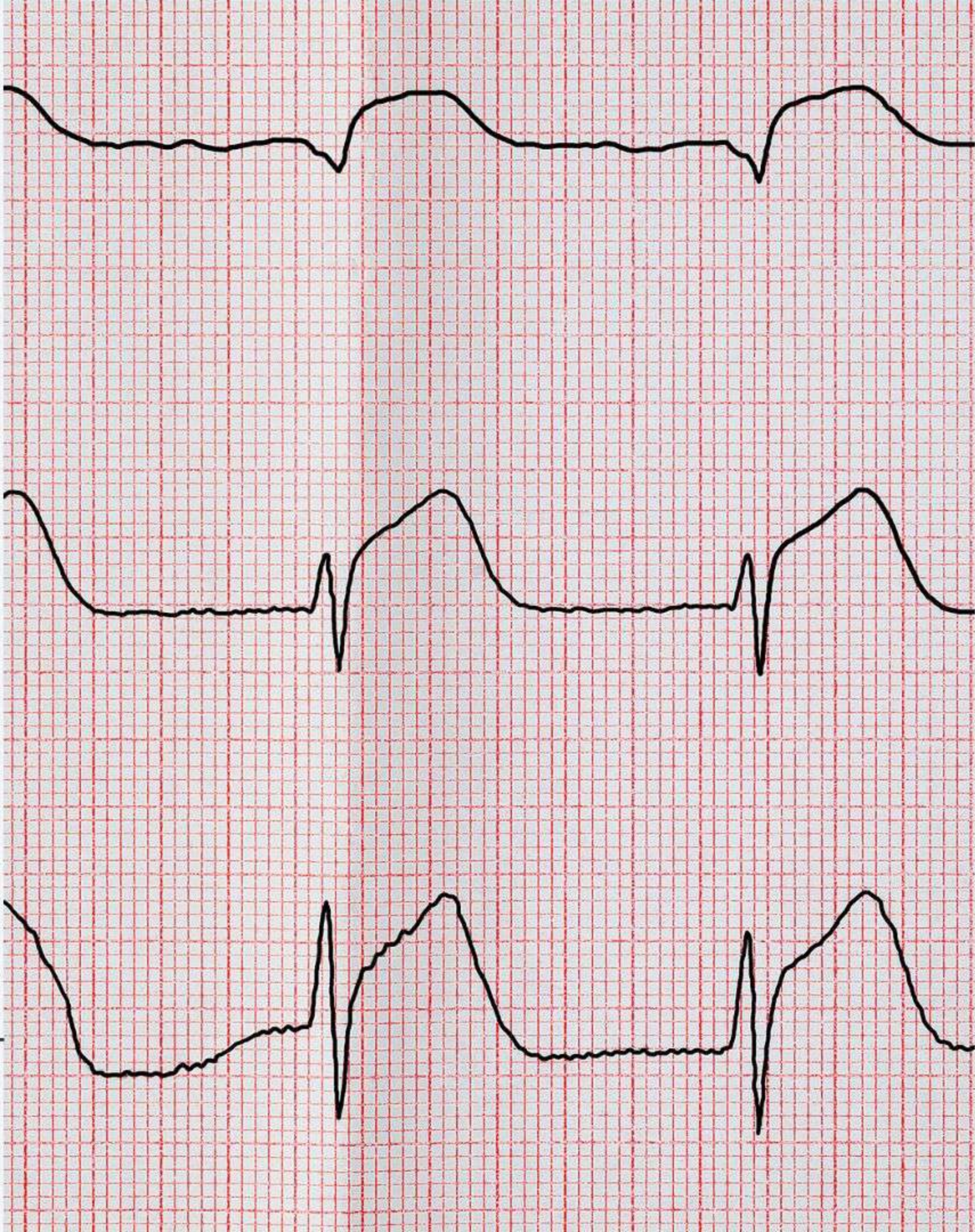
- ↓ placebo
- bz. suplement

ból: ↓ obie grupy

sen: ↑ tylko suplement

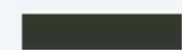
codzienne życie: ↑ tylko suplement





OZW ZAGROŻENIE ŻYCIA

gniecenie, duszność, promieniowanie
zimny pot, zawroty głowy, mroczone,
szumy, kołatanie/nierówne bicie

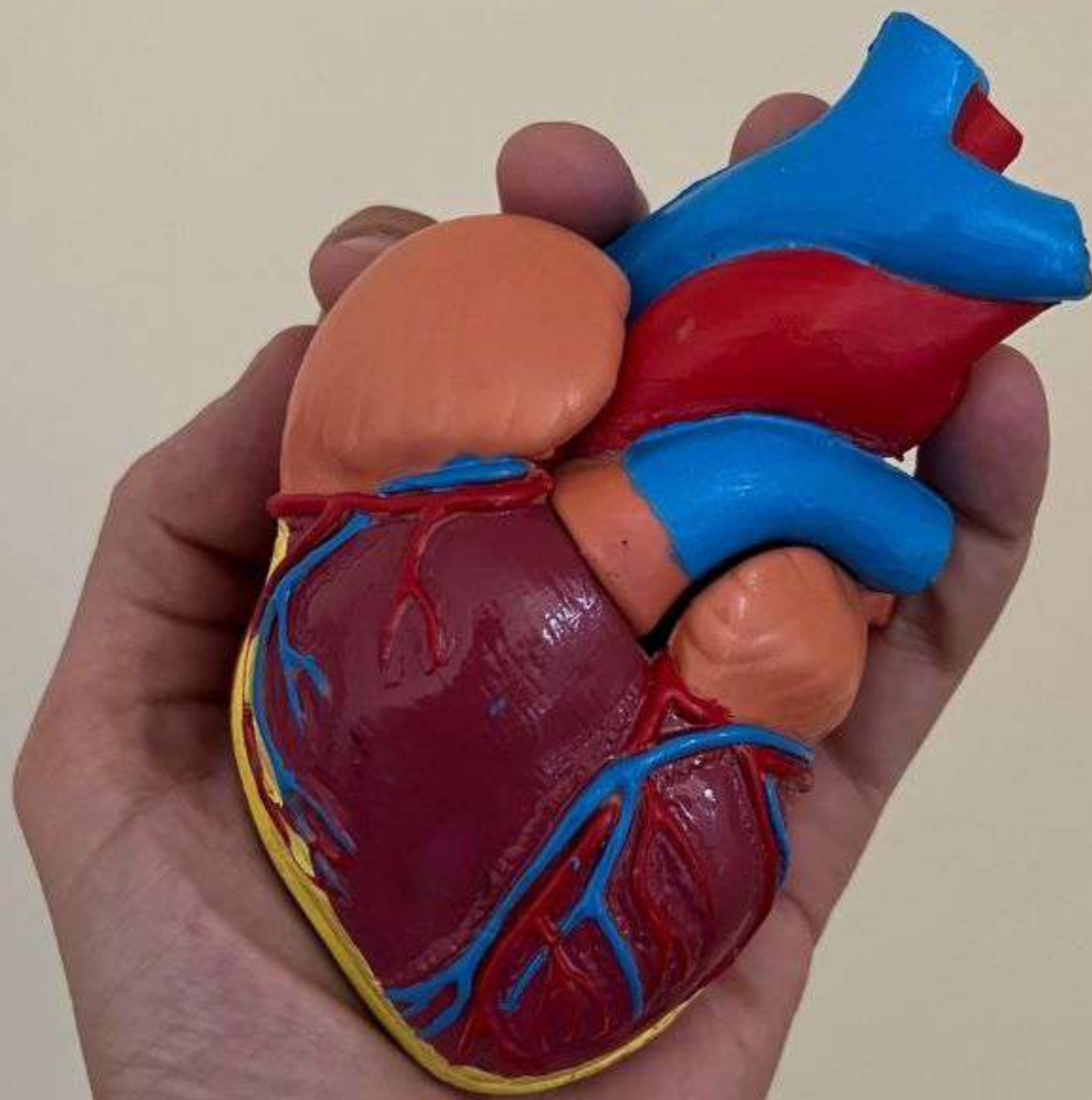


SZPITAL

uwaga na zatrzymanie krążenia!

omega-3?

n=74 OZW omega-3 1g/placebo 5 dni



REZULTATY

- ↓ migotania przedsionków (27-12%)
 - ↓ ektopie przedsionkowe (22-3%)
 - ↓ ektopie komorowe (37-3%)
- za mało VT, VF

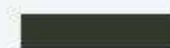
**BELGIA, WŁOCHY, CZECHY,
SZWAJCARIA | 39476307**



-
- 6 mies. siarczan
chondroityny,
800 mg/24h
 - koszt średnio 194,74
EUR./mies.
 - próg opłacalności:
91 870 EUR/rok życia w
pełni zdrowia
 - **93% bycia
opłacalnym**

Curr Pain Head Reports

USA | 39853578



dorośli: B2, B12
dzieci: bd.
profilaktyka



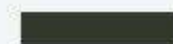
bezpieczny, możliwa
skuteczność
niespójne badania
wsparcie jako dodatek



profilaktyka i napad
(iv.)
dz. niep.: p.pok.

Curr Pain Head Reports

USA | 39853578



profilaktyka

bd. o bezpieczeństwie



słabe dowody

do rozważenia w
problemach ze snem



skuteczny!

obawy o
hepatotoksyczność



Najczęstsze fitoterapeutyki



Najczęstsze fitoterapeutyki

ruszczyk kolczasty
mikronizowane flawonoidy
rutozydy (okserytyna,
trokserytyna)
wyciąg z winorośli



Mniej znane (potencjał)

miłorząb dwuklapowy
nostrzyk lekarski
borówka
wąkrotka azjatycka

COCHRANE COLL | 40292760

LU/ŻEA

5 RCT, n=666

suplementacja -50% RR st. 3 i wyższe

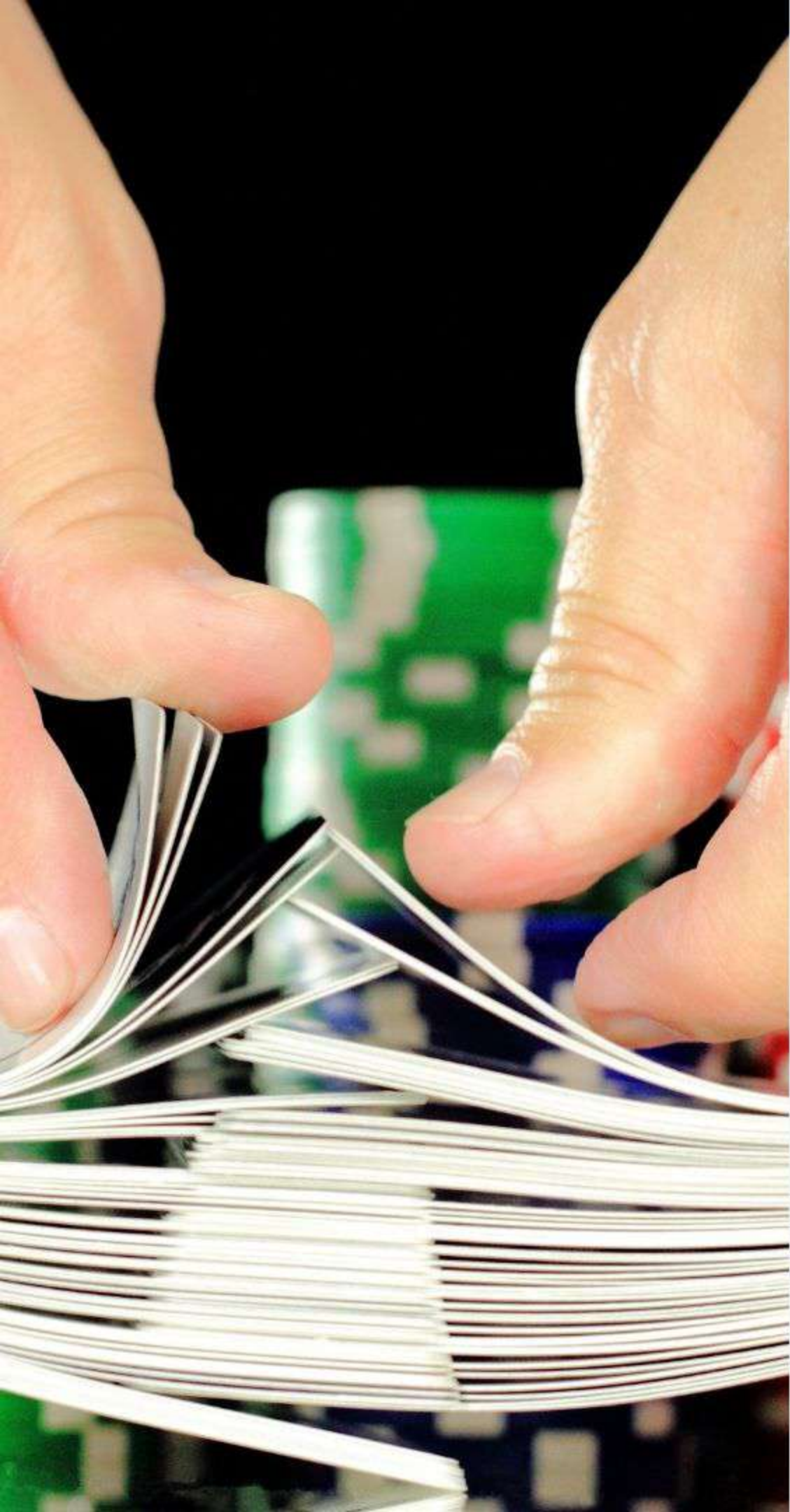


USA Holandia | 40465720

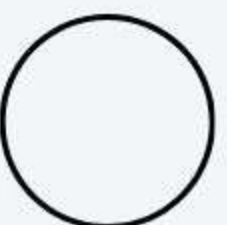
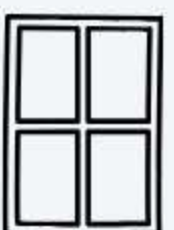
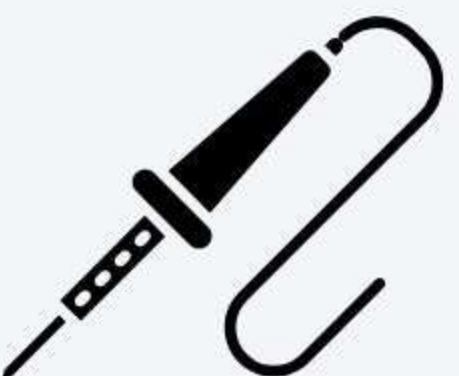
MDS metabolic dysbiosis score 13 szlaków metabol. (ale nie ↓ różnorodność!) ~ rokowanie
SCFA, metabolity tryptofanu, kwasy żółciowe ← probiotyki? interwencje celowane?
nutraceutyki???

-
1. wybierz dowolne słowo
 2. znajdź inne słowa rozpoczynające się na pierwszą literę swojego słowa
 3. wizualizuj każde nowe słowo
 4. przejdź do kolejnej litery swojego słowa
 5. powtórz

Bezsenność



LUC BEAUDOIN | KANADA |
[HTTPS://SUMMIT.SFU.CA/ITEM](https://summit.sfu.ca/item/17237)
/17237



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

Dziękuję za uwagę!

■ Kolejny webinar 15 lipca

