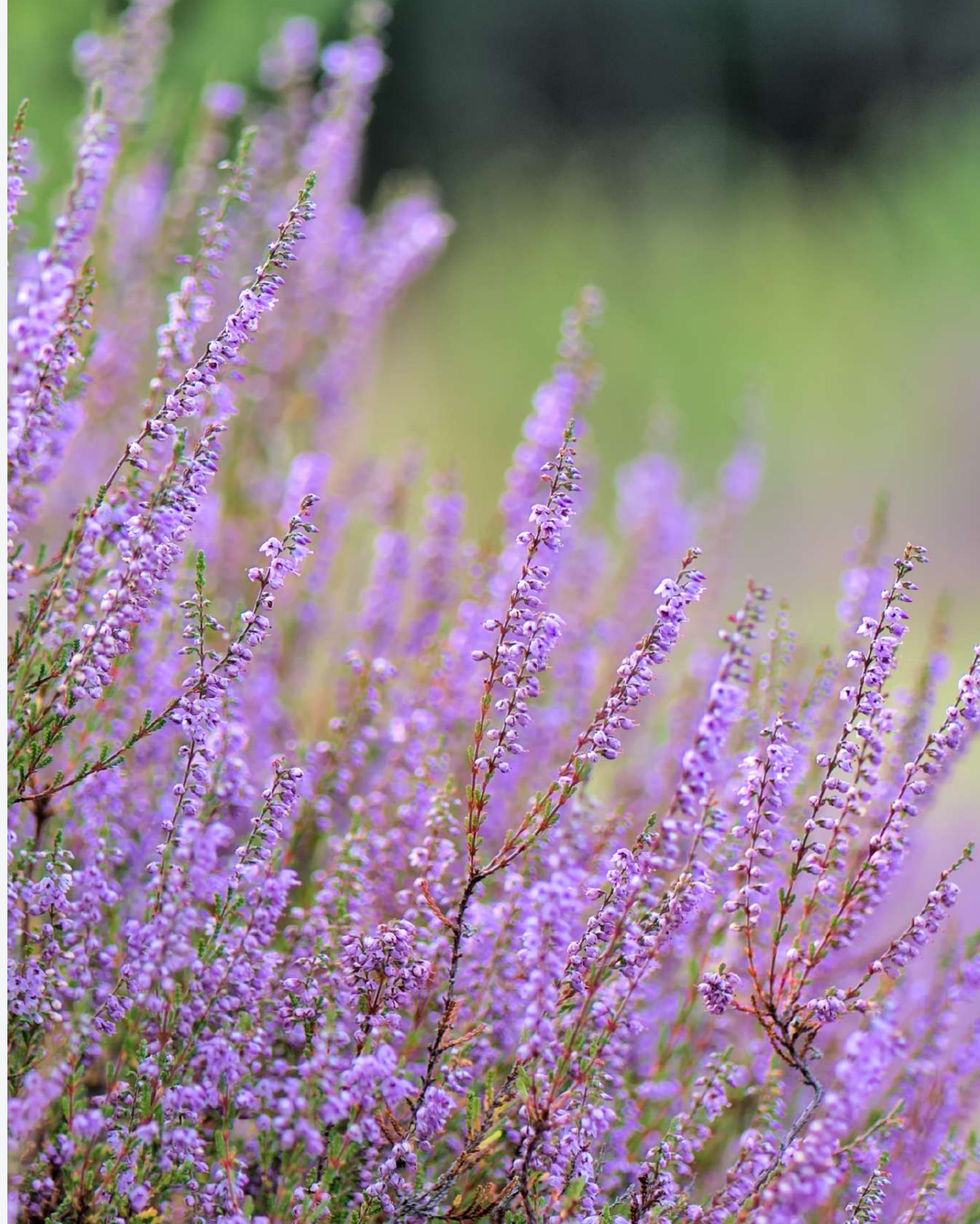


INTEGMED.PL



NOWOŚCI MEDYCZNO- NUTRACEUTY CZNE

30 września 2025



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

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

Odporność!

RCT z placebo n=180, 28 Hbd
5 mld CFU: Lactobacillus
rhamnosus Rosell-11,
Bifidobacterium bifidum HA-132
do porodu + 1 mies.



KANADA | 40507094

Odporność!

8 vs 18 kobiet z ≥ 1 epizodem infekcji
4.7 vs 10,5 dni infekcji u
noworodków (do 1 mies.)
↑ obfitość dobroczynnych bakterii
zwł. po CC



KANADA | 40507094



n=240, >40 lat, 12 tyg.

olej rybi: 0,31 g, 0,62 g i 1,24 g EPA+DHA

kontrola: bez suplementacji

↑ EPA i DHA ~ ↓ insuliny, HOMA-IR

tendencja spadkowa (istotna od w. wyjściowych):

- FPG
- MASP1 (proteaza serynowa) ~ p. st. zap., uszkodzenie kom. beta
- UHR (kw. moczowy/HDL) ~ st. zapalny, IR

Insulinooporność



Osteoporoza

n=300, badanie klin.-kontrolne
regularnie pijące vs. niepijące YM
BMD lewego biodra, DXA
warstwa korowa i beleczkowa



Osteoporoza

n=300, badanie klin.-kontrolne
regularnie pijące vs. niepijące YM
BMD lewego biodra, DXA
warstwa korowa i beleczkowa



Osteoporoza

YM: ↑ BMD, korowa i beleczkowa
↓ diagnoz osteoporozy: 3 vs 11%
złamaniaiskoenerg. 6 vs 13%
wyższe BMD = później próg!



Australia | 40637133

CHAD

typ I: mania + depresja

typ II: hipomania + depresja

MANGOSTAN

- przekąźnictwo 5HT
- dz. antyoksydacyjne, przeciwzapalne
- neurogenne (BDNF)

← ingerencja w patomechanizm?

BADANIE KLINICZNE

50 mangostan ekstrakt
64 placebo
+ leczenie standardowe

PO 24 TYG.

(-) ogólna ocena obj. depr.
poprawa vs wyjściowa: nasilenie CHAD,
nastrój, funkcjonowanie społeczne
stopniowo ↓ po 28 tyg.

Ból

AUSTRIA | 40664872



RCT n=54, ból
mały/umiarkowany
, 12 tyg. vs placebo:
kolagen t. II
chondroityna
glukozamina

KOOS (Knee injury and
Osteoarthritis Outcome Score)
+ sprawność

Ból

AUSTRIA | 40664872

Poprawa:

- nasilenie objawów
- funkcjonowanie w sporcie/rekreacji
- jakość życia;
- sztywność stawów
- rekomendacja produktu



USA, UK, Chiny, PL | 40647207

Układ krążenia

B. obserwacyjne

<40–50 nmol/l [16–20 ng/ml] ~ ↑ ryzyka

↓ ~ śmiertelność serc.-nacz.

niska latem, ↑ koniec zimy

B. interwencyjne

niepójności ← błędy w projektach

duże: ↓ RR statyny/leki kardiologiczne

Mechanizm działania

- stan zapalny
- stres oksydacyjny
- dysfunkcja śródbłónka
- NT



USA, UK, Chiny, PL | 40647207

Układ krążenia

Wnioski

- traktować jak element profilaktyki ch. ukł. krążenia
- łączyć z dietą i ew. suplementami
- dawka min. 2000 j.
- stężenie docelowe min. 75 nmol/l (ustalić!)

Włochy, 12.2024

Narodowy Instytut Badań Sercowo-
Naczyniowych | 39796548



n=37, $\frac{2}{3}$ podłoże
bakteryjne
pianka micelarna (22) vs
brak (15)
60-90 s wcierania w
rzęsy/brzegi powiek
operacja

↓ suchości,
przekrwienia, łuszczenia,
świądu,
↓ bakterii

Pakistan | 40491098

??????



Pakistan | 40491098

HIPERURYKEMIA

n=86

- allopurynol vs allopurynol + wit. C (500 mg)
- redukcja 10 wobec 25%
- konkurencja o transporter zwrotny w nerkach



Liszaj płaski

Zn: wzrost nabłonka,
gojenie ran i ↓ stres
oksydacyjny

Wit. D: keratynocyty,
immunomodulacja

n=42 potw. hispat.

steryd (miejscowo)
steryd+Zn
steryd+wit. D



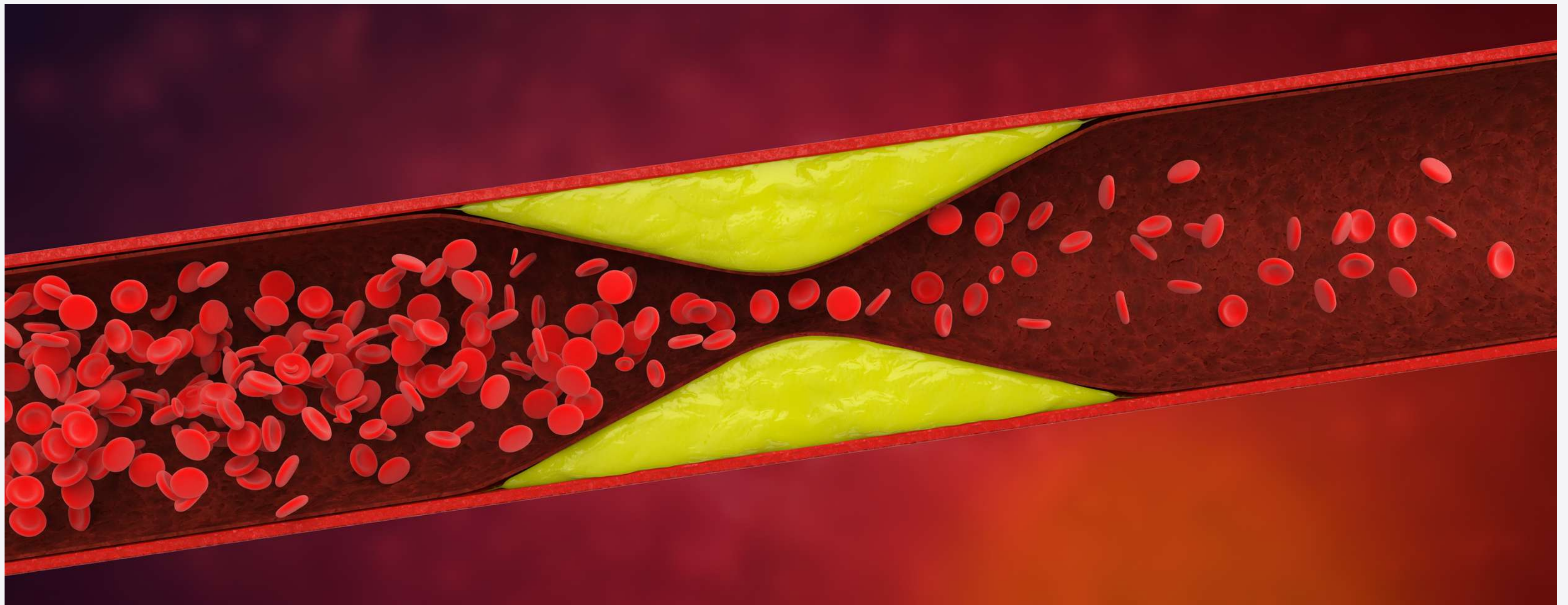
8 tyg.:

- ból (VAS)
- błona śluzowa (Thongprasom)

👉 ból po 3 tyg. ↓ oba adjuwanty największa ↓ ↓ po 7 tyg. +Zn

👉 Thongprasom: wszyscy poprawa, ale największa ↓ ↓ po 8 tyg. +Zn





Finlandia | 40767295

biofilmy S. viridans, Porphyromonas gingivalis, Aggregatibacter actinomycetemcomitans, Fusobacterium nucleatum, Prevotella intermedia, Chlamydia pneumoniae

trigger: infekcja

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

Dziękuję za uwagę!

— Kolejny webinar 14 października

