



2. AFOT (AKADEMİK FONKSİYONEL TIP) SEMPOZYUMU

11-12 Ocak 2025
Ege Üniversitesi Muhittin Erel Amfisi



Bağırsak Geçirgenliği Ve Restorasyonunda Akılcı Takviye Kullanımı

AKADEMİK FONKSİYONEL TIP DERNEĞİ SEMPOZYUMU

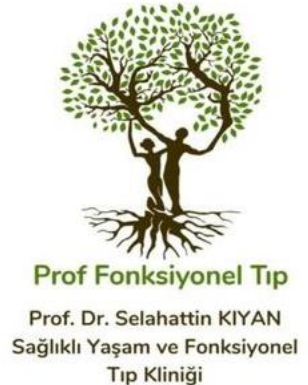
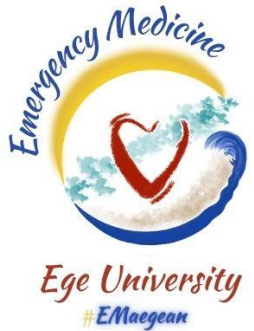
10-11 Ocak 2025 – İZMİR

Prof. Dr. Selahattin KIYAN

Ege ÜTFH Acil Tıp AD



[@proffonksiyoneltip](https://www.instagram.com/proffonksiyoneltip)



Ders İçerik

Betain HCL

Tıbbi nane ve frenk kimyonu

Glutamin

N-Asetil Glukozamin

Çinko Karnozin

DGL (Degliserize licorice)

Betain HCL

Mide Asidi - HCL

- Pepsinojen'in **Pepsin**'e aktivasyonunu sağlar
- **Proteinlerin sindirimini** başlatır
- İstenmeyen **bakterileri** parçalar
- **Mineral Emilim: (Eksiksen eksiğiz 😊)**
 - Kalsiyum, Demir, Magnezyum, Çinko, Bakır
 - B3, B12, Folik asit
 - Bitkisel desteklerdeki biyoaktif bileşikler
 - İlaçlar: L-DOPA, Thyroxin

Mide Asidi - HCL

- Hipoklorhidri: Açlık pH>3.00
- Klasik aklorhidri: Gastrin ya da histamin ile uyarılmasına rağmen pH>7.00

Hipoklorhidri Nedenleri

- PPI, H2 Blokerler ve Antiasitler
 - H. Pylori
 - Stres
 - Yaşlılık
 - Cerrahi, Otoimmün Gastrit, Medikasyon
 - Viral-Bakteriyel enf. (Ateş)
 - Kronik Hastalıklar
- Hipoklorhidri ve reflü insidansı yaşla birlikte artıyor**

Hipoklorhidri Varsa

- SIBO
- H. pylori
- Ağır Demir eksikliği
- Parazitik enf.
- B12 eksikliği
- Mineral eksikliği
- Ca, Mg, Zn, Fe, Cr, Mn, Cu
- Osteoporoz ve Anemi

Hipoklorhidri Semptomlar

- Hiç semptom olmayabilir...
- Yemek sonrası şişkinlik - geğirme (15-20 dk)
- Besinlerin mideye oturduğu hissi - dolgunluk
- Dispepsi
- Reflü benzeri semptomlar

«Fonksiyonel» Hipoklorhidri

- «Yemek zamanı hipoklorhidri»
 - PPI kullanımı nedeniyle büyük bir sorun
- Genç ve yaşlı arasında fark nedir?
 - Açlık pH düzeyleri genç=yaşlı
 - Gençlerin açlık pH > 5.0 i geçmiyor ama yaşlılarda açlık pH yüksek
 - Yemek sonrası normalleşme yaşlıda bozuk !!
 - Yemekle beraber hem yaşlı hem genç mide pH'ı 5.0' e yükselmiş ancak **genç** grup bunu ortalama 42 dakikada 3.0'e indirirken yaşlı grupta bu süre 90 dakika ..
 - Yaşlıda pH çok düşük 2 gibi değerlere çok daha uzun zamanda → 4 saat gibi

Betain HCL

Fonksiyonel
fonksiyonel tıp ürünleri satış sitesi

Arama **ARA**

Favorilerim Üye Girişi Üye Ol Sepetim

ÜRÜNLERİMİZ GOODDAY FONKSİYONEL TIP | GOODDAY | SPORCU GIDASI | VİTAMİNLER | ECZANELER | **HAKKIMIZDA**

Anasayfa > GOODDAY FONKSİYONEL TIP > BETAIN HCL > BETAIN HCL+ PEPSİN < < Önceki Sayfaya Dön



BETAIN HCL+ PEPSİN
Marka : GOODDAY FONKSİYONEL TIP
Stok Kodu : (GFT.1012.060)
Tahmini Teslim Süresi : 2 Gün

₺80,00

ADET

SEPETE EKLE **HEMEN AL**

BETAIN HCL 1000 Mg
PEPSİN (Sığır Kaynaklı) 100 Mg
GENTIANA LUTEA 100 Mg
1 PORSİYON 2 KAPSUL
BİTKİSEL KAPSUL
YEMEĞLE BİRLİTE SU İLE KULLANILMASI TAVSİYE EDİLİR.

İçerikler

BİLEŞEN ADI	MİKTARI/2 KAPSÜLDE
Betain HCL	1000 mg
Pepsin (Sığır Kaynaklı)	100 mg
Gentiana lutea (Centiyana Kökü) Ekstresi	100 mg

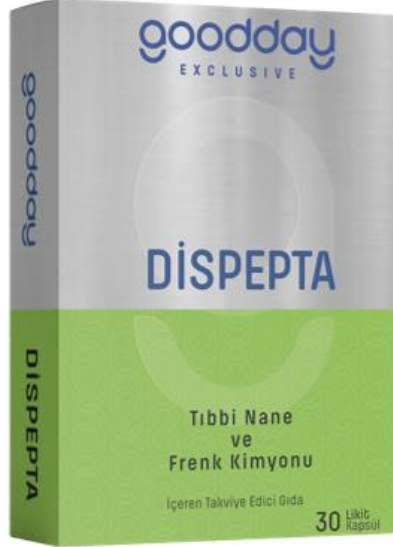
Centiyana, midedeki sindirim salgılarını uyararak yediğimiz yiyecekleri sindirmeye hazırlarken, ek Betain HCl ve pepsin gibi sindirim faktörlerini doğal olarak üretmesine destek sağlar.

Betain HCL Nasıl Kullanırım?

- Betain HCL nasıl kullanalım..
- **Yemeklerle karıştırarak → en fazla 3**
 - 5 dak yemek ye Denemeye başla .
 - Midede yanma, reflü olan dozun bir altı senin dozun
 - Proteinli gıdalarda arttırabilirsin
 - Zamanla asit düzeyi toparlayınca (eski dozla yanma, bulantı vs) doz ayarlama
- Özellikle PPI kullananlarda şart..

Tıbbi Nane ve Frenk Kimyonu

Tıbbi Nane



30
Likit
Kapsül

Yetişkinlerde günde 1-3 kapsül kullanılması önerilir.

1 Likit Kapsül için

ETKEN MADDE	MIKTAR	*BRD
Tıbbi nane yağı(Mentha X piperita L.)	1 Kapsül/90 mg	-
	3 Kapsül/270 mg	
Frenk kimyonu yağı(Carum carvi L.)	1 Kapsül/50 mg	-
	3 Kapsül/150 mg	

*BRD: Beslenme Referans Değeri



Şişkinlik, hazımsızlık ve gaz problemlerinin giderilmesine yardımcı olur.



Ülseratif olmayan fonksiyonel dispepsi semptomlarını rahatlatır.



Gastrointestinal sistem spazmlarını rahatlatır.

Fonksiyonel Dispepsi?

- Postprandial dolgunluk,
 - Erken doyma,
 - Epigastrik ağrı,
 - Epigastrik yanma
-
- Dünya genelinde fonksiyonel dispepsi **prevalansı %10-30**
-
- Kadın, yaşlı, sosyo-ekonomik durumun çok iyi olmaması, şehirleşmenin düşük olması, H. pylori enfeksiyonu, NSAID kullanımı, eğitim seviyesinin düşük olması

Fonksiyonel Dispepsi Nedenleri

- **Mide boşalmasında gecikme:** %25-35
- **Mide uyumunda “accommodation” bozulma:** Gıdaların yutulmasıyla birlikte peristaltik hareketlerde uyumsuzluk
- **Helicobacter pylori enfeksiyonu:** fonksiyonel dispepsi semptomlarının olası nedenlerinden
- **Çevresel etkilere maruz kalma:** Akut enfeksiyona %10-20’sinde
- **Psikososyal faktörler:** anksiyete, depresyon, nörotizm arasında bir ilişki olduğu

Tıbbi Nane Yağı

- Nane yağının aktif maddesi L-mentol: GİS kalsiyum kanal reseptörlerini antagonize ederek antispazmodik
- Nane yağı ayrıca kappa-opioid reseptörlerinin seçici aktivasyonu ve 5-HT3 reseptörleri üzerinde potansiyel olarak inhibe edici etkiler yoluyla analjezik
- Ayrıca antimikrobiyal ve antiinflamatuvar etkilere sahip

Tıbbi Nane Yağı

- Geçici reseptör potansiyeli kanalları aracılığı: antinosisepsiyan,
- Alt özofageal sfinkter gevşemesi yoluyla karminatif etki(Bağırsak gazlarını engelleyici veya giderici),
- GİS histaminerjik ve kolinergik reseptörlerin modülasyonu,
- Ritmik peristaltik kasılmalarında iyileşme ve spazmların hafifletilmesi
- Serotoninerjik antagonizm,

Frenk Kimyonu

- Vücuttaki inflamasyonu baskılar.
- Gaz, kramp, şişkinlik ve hazımsızlık gibi semptomları giderir.
- Antibakteriyel, antifungal ve antiseptik özelliklere sahiptir.
- Bağıışıklık sistemine destek olur



Peppermint Oil for the Treatment of Irritable Bowel Syndrome

A Systematic Review and Meta-analysis

Reena Khanna, MD,* John K. MacDonald, MA,* and Barrett G. Levesque, MD, MS†

Goals: The aim of this study was to assess the efficacy and safety of enteric-coated peppermint oil capsules compared with placebo for the treatment of active irritable bowel syndrome (IBS).

Background: IBS is a common disorder that is often encountered in clinical practice. Medical interventions are limited and the focus is on symptom control.

Study: Randomized placebo-controlled trials with a minimum treatment duration of 2 weeks were considered for inclusion. Cross-over studies that provided outcome data before the first cross-over were included. A literature search upto February 2013 identified all applicable randomized-controlled trials. Study quality was evaluated using the Cochrane risk of bias tool. Outcomes included global improvement of IBS symptoms, improvement in abdominal pain, and adverse events. Outcomes were analyzed using an intention-to-treat approach.

Results: Nine studies that evaluated 726 patients were identified. The risk of bias was low for most of the factors assessed. Peppermint oil was found to be significantly superior to placebo for global improvement of IBS symptoms (5 studies, 392 patients, relative risk 2.23; 95% confidence interval, 1.78-2.81) and improvement in abdominal pain (5 studies, 357 patients, relative risk 2.14; 95% confidence interval, 1.64-2.79). Although peppermint oil patients were significantly more likely to experience an adverse event, such events were mild and transient in nature. The most commonly reported adverse event was heartburn.

Conclusions: Peppermint oil is a safe and effective short-term treatment for IBS. Future studies should assess the long-term efficacy and safety of peppermint oil and its efficacy relative to other IBS treatments including antidepressants and antispasmodic drugs.

Key Words: irritable bowel syndrome, peppermint oil, meta-analysis, treatment

(*J Clin Gastroenterol* 2014;48:505–512)

- **726 hastayı değerlendiren 9 çalışma**
- Değerlendirilen fakt. **önyargı riski düşük**
- **Nane yağının IBS semptomlarının genel iyileşmesi (5 çalışma, 392 hasta, RR: 2,23) ve karın ağrısının iyileşmesi (5 çalışma, 357 hasta, RR: 2,14) açısından PLASEBODAN ÖNEMLİ ÖLÇÜDE ÜSTÜN**
- **Nane yağı hastalarının bir yan etki yaşama olasılığı önemli ölçüde daha yüksek olsa da, bu tür olaylar hafif ve geçici nitelikteydi.**
- **En sık bildirilen yan etki mide ekşimesiydi.**



Peppermint oil (Mintoil®) in the treatment of irritable bowel syndrome:
A prospective double blind placebo-controlled randomized trial

G. Cappello^a, M. Spezzaferro^a, L. Grossi^a, L. Manzoli^b, L. Marzio^{a,*}

^a Section of Digestive Sciences, Department of Medicine, G.d'Annunzio University, Chieti-Pescara, Italy

^b Section of Epidemiology and Public Health, G.d'Annunzio University, Chieti-Pescara, Italy

Received 26 September 2006; accepted 12 February 2007

Available online 8 April 2007

- İBS tedavisinde nane yağı (Mintoil®): Prospektif, çift kör, plasebo kontrollü, randomize bir çalışma
- Çalışmanın amacı, SİBO, laktoz intoleransı ve çölyak hastalığı OLMAYAN İBS hastalarında enterik kaplı nane yağının etkinliğini
- Roma II kriterlerine göre İBS OLAN, NORMAL LAKTOZ VE LAKTULOZ NEFES TESTLERİ VE ÇÖLYAK HASTALIĞI İÇİN NEGATİF ANTİKOR taraması olan 57 hasta
- 4 HAFTA BOYUNCA nane yağı (günde iki kez iki enterik kaplı kapsül veya plasebo)
- Semptomların toplanması girişte (T_0), tedavinin sonunda (T_4) ve tedavinin bitiminden 4 hafta sonra (T_8) gerçekleştirildi. İBS semptomlarının remisyonu, genel İBS semptom skorunda başlangıç T_0 'dan T_4 ve T_8 'e $\geq$ %50 iyileşme olması olarak tanımlandı
- **Sonuçlar:** T_4 'te, nane yağı grubundaki hastaların %75'inde bazal (T_0) toplam İBS semptom skorunda %50'den fazla azalma görülürken, plasebo grubunda bu oran %38'di ($P < 0,009$).
- Nane yağı ile T_4 ve T_8 'de T_0 'a kıyasla İBS semptom skorunda istatistiksel olarak anlamlı bir azalma bulundu ($P < 0,01$), plasebo ile ise hiçbir değişiklik bulunmadı.
- Nane yağı ile 4 haftalık tedavi, İBS olan hastalarda karın semptomlarını iyileştiriyor.

A randomized placebo-controlled trial on the effects of Menthacarin, a proprietary peppermint- and caraway-oil-preparation, on symptoms and quality of life in patients with functional dyspepsia

G. Rich^{1,2} | A. Shah^{1,2} | N. Koloski^{1,2,3} | P. Funk⁴ | B. Stracke⁴ | S. Köhler⁴ |

G. Holtmann^{1,2} 

- **Prospektif, çift kör, çok merkezli** bir çalışmada, kronik veya tekrarlayan **FD'li 114 ayaktan hasta**
- 4 hafta boyunca Menthacarin veya plasebo (2×1 kapsül/gün) ile tedavi edildi.
- **2 ve 4 hafta sonra, aktif tedavi PDS (postprandial distress) ve EPS (epigastric pain send)** ile tutarlı semptomları hafifletmede **plaseboda üstündü (P <.001)**.
- 4 haftalık tedaviden sonra, **ağrı ve rahatsızlık skorları Menthacarin için 7,6±4,8 ve 3,6±2,5 puan ve plasebo için 3,4±4,3 ve 1,3±2,1 puan iyileşti.**
- **Mentakarin, FD'li hastalarda ağrı ve rahatsızlığın giderilmesinde ve hastalığa özgü yaşam kalitesinin iyileştirilmesinde etkili bir tedavi olup, EPS ve PDS ile uyumlu semptomları önemli ölçüde iyileştirir.**

Kimyon Yağı ve L-Mentol Kombinasyonunun

A Novel, Duodenal-Release Formulation of a Combination of Caraway Oil and L-Menthol for the Treatment of Functional Dyspepsia: A Randomized Controlled Trial

William D. Chey, MD¹, Brian E. Lacy, MD, PhD², Brooks D. Cash, MD³, Michael Epstein, MD⁴, Patrick E. Corsino, PhD⁵ and Syed M. Shah, PhD⁵

- OBJECTIVES:** We conducted a randomized, placebo-controlled trial, which evaluated a novel formulation of caraway oil and L-menthol using microsphere-based site-specific targeting (COLM-SST) vs placebo in patients with functional dyspepsia (FD).
- METHODS:** Adult men and women with FD defined by Rome III criteria were recruited. Patients were randomized to COLM-SST (25 mg of caraway oil and 20.75 mg of L-menthol per capsule, at 2 capsules per dose, twice per day) or placebo. Efficacy was measured at 24 hours, 2 weeks, and 4 weeks. Patients were allowed to take concomitant medications for their FD throughout the trial, and rescue medicines were allowed, 48 hours after start of dosing.
- RESULTS:** Ninety-five patients were enrolled (mean age = 43.4 years; 75.8% women). At 24 hours, the active arm reported a statistically significant reduction in postprandial distress syndrome symptoms ($P = 0.039$), and a nonsignificant trend toward benefit of epigastric pain syndrome symptoms ($P = 0.074$). In patients with more severe symptoms, approximately 3 quarters of patients showed substantial global improvement (i.e., clinical global impressions), after 4 weeks of treatment, vs half in the control arm. These differences were statistically significant for patients with epigastric pain syndrome ($P = 0.046$), and trending toward significance for patients with postprandial distress syndrome ($P = 0.091$). There was no statistically significant difference between groups for Global Overall Symptom scores for the overall population at 2 and 4 weeks. Treatment emergent adverse events were mild to moderate, and no serious adverse events were reported.
- DISCUSSION:** In patients taking their usual medications for FD, COLM-SST provided rapid relief (within 24 hours) and relief of severe FD symptoms. It was safe and well tolerated.

- Roma III kriterlerine göre tanımlanan FD'li
- Hastalar **COLM-SST'ye (kapsül başına 25 mg kimyon yağı ve 20,75 mg L-mentol, doz başına 2 kapsül, günde iki kez)** veya **plaseboya randomize edildi**. Etkinlik 24 saat, 2 hafta ve 4 haftada ölçüldü.
- 95 hasta, 24 saatte, **postprandiyal sıkıntı sendromu semptomlarında istatistiksel olarak anlamlı bir azalma ($P = 0,039$)**
- Daha şiddetli semptomları olan hastalarda, **hastaların yaklaşık dörtte 3'ü 4 haftalık tedaviden sonra önemli genel iyileşme** (yani, klinik genel izlenimler) gösterdi, kontrol kolunda ise bu oran yarıya düştü. Bu farklılıklar **epigastrik ağrı sendromu olan hastalar için istatistiksel olarak anlamlıydı ($P = 0,046$)**
- FD için her zamanki ilaçlarını alan hastalarda COLM-SST hızlı rahatlama (24 saat içinde) ve şiddetli FD semptomlarının rahatlamasını sağladı. Güvenliydi ve iyi tolere edildi.

Mentakarin, Özel Nane Yağı ve Kimyon Yağı Kombinasyonu, Fonksiyonel Gastrointestinal Bozuklukları Olan Hastalarda Çok Sayıda Şikayeti İyileştiriyor: Sistematik Bir İnceleme ve Meta-Analiz

Digestive
Diseases

Clinical Pharmacology and Therapeutics: Review Article

Dig Dis 2023;41:522–532
DOI: 10.1159/000528553

Received: February 17, 2022
Accepted: November 27, 2022
Published online: December 9, 2022

Menthacarin, a Proprietary Peppermint Oil and Caraway Oil Combination, Improves Multiple Complaints in Patients with Functional Gastrointestinal Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis

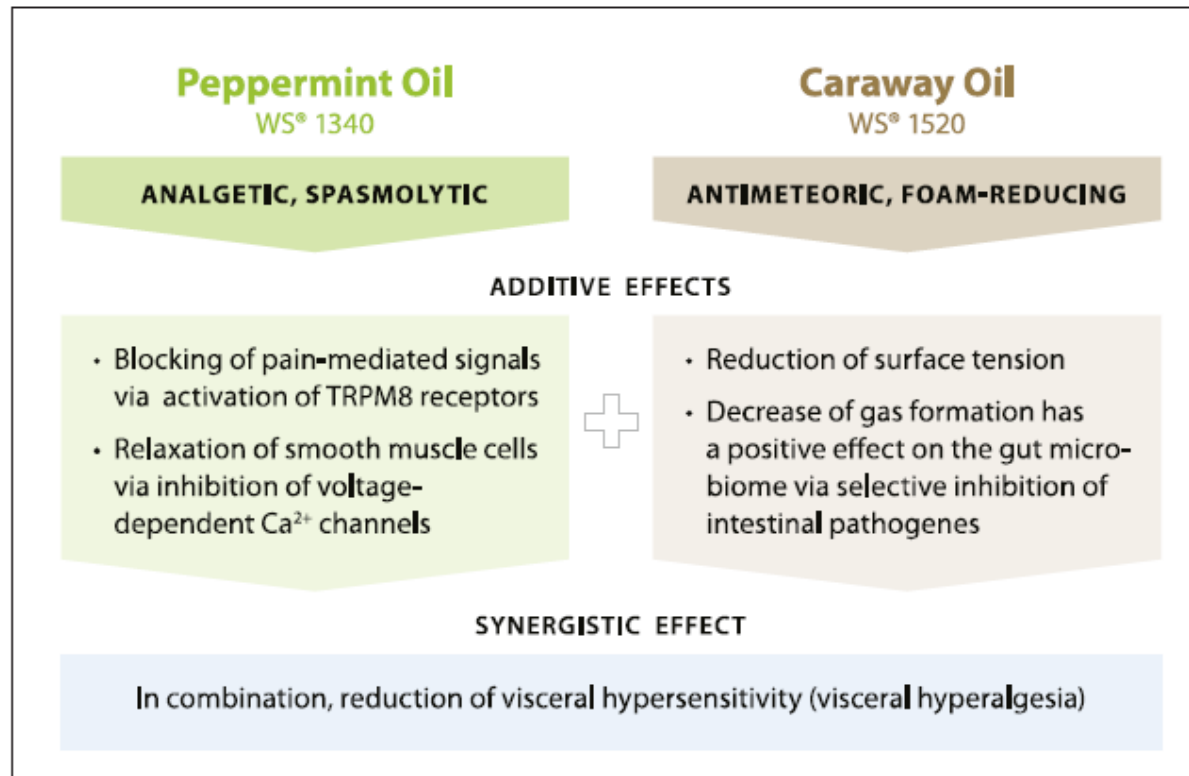
Ahmed Madisch^a Thomas Frieling^b Andrea Zimmermann^c Margrit Hollenz^d
Joachim Labenz^e Berenike Stracke^c Stephan Miehlke^f

^aGastroenterology Center Bethanien, Frankfurt, Germany; ^bInternal Medicine/Clinic II, HELIOS-Kliniken, Krefeld, Germany; ^cResearch & Development, Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG, Karlsruhe, Germany; ^dGeneral Practitioner, Rödental, Germany; ^eMedical Department, Diakonie Klinikum Jung-Stilling, Siegen, Germany; ^fCenter for Digestive Diseases, Internal Medicine Center Eppendorf, Hamburg, Germany

Menthacarin®, belirtilen kalitede nane yağı (90 mg WS® 1340) ve kimyon yağının (50 mg WS® 1520) tescilli bir kombinasyonudur (Carmenthin® ve Gaspan®'in aktif maddesi, Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG, Karlsruhe, Almanya

Mentakarin, Özel Nane Yağı ve Kimyon Yağı Kombinasyonu, Fonksiyonel Gastrointestinal Bozuklukları Olan Hastalarda Çok Sayıda Şikayeti İyileştiriyor: Sistematik Bir İnceleme ve Meta-Analiz

- **580 hastayı içeren 5 randomize çalışma** bulundu ve Menthacarin'in fonksiyonel dispepsi **(FD) semptomları üzerinde plaseboya kıyasla önemli etkileri veya referans bir ilaca kıyasla benzer etkileri** olduğunu gösterdi.
- Diğer **7 çalışma, eş zamanlı *Helicobacter pylori* enfeksiyonu olan FD hastalarında**, IBS ve 12 yaşından itibaren FD hastalarında tolere edilebilirlik üzerinde terapötik uygulamada olumlu sonuçlar
- **249 hastayı içeren 3 FD** çalışması meta-analiz için uygundu. Sonuçlar Menthacarin için **ağrı yoğunluğunda ve Klinik Global İzlenim Ölçeği'nin 2. maddesinde (risk oranı: 2,65 önemli bir azalma**
- Mentakarinin FD tedavisinde **etkili ve güvenli olduğu** gösterilmiş olup IBS semptomları için umut verici



- Kombinasyonun, karın ağrısı ve şişkinlik hissine karşı sinerjik ve ek bir etkiye sahip
- Alman IBS kılavuzu, nane yağını ağrı ve şişkinliğin tedavisi için önermektedir.
- Cerrahi olarak çıkarılan insan bağırsak örneklerinde, nane yağı ve kimyon yağı, devam eden kas gevşemesi ve fazik kontraktilitede azalma ile gösterildiği gibi kas kasılmasını engellemiştir.

Glutamin

Glutamin



Arama

ARA

Favorilerim

Üye Girişi
Üye Ol

Sepetim 0

ÜRÜNLERİMİZ

GOODDAY FONKSİYONEL TIP | GOODDAY | SPORCU GIDASİ | VİTAMİNLER | ECZANELER | HAKKIMIZDA



Marka : PAZU
Stok Kodu : (PN.1003.250)
Tahmini Teslim Süresi : 2 Gün

₺90,00

ADET

- 1 +

SEPETE EKLE

HEMEN AL

- # GLUTAMİN MONOHİDRAT
- # PHARMACEUTICAL GRADE
- # 250 GR KUTU
- # 1 PORSİYON 5 GR
- # 1 PORSİYON 1/2 ÖLÇEK
- # 1 KUTU 50 PORSİYON
- # AROMASIZ
- # KATKISIZ
- # SÜPER HIZLI ÇÖZÜNÜRLÜK
- # DAHA HIZLI ETKİ

Glutamin

Vücutta en bol bulunan ve çok yönlü bir aminoasittir.



Organlar arası nitrojen değişimi ve pH dengesi için temel öneme sahiptir.

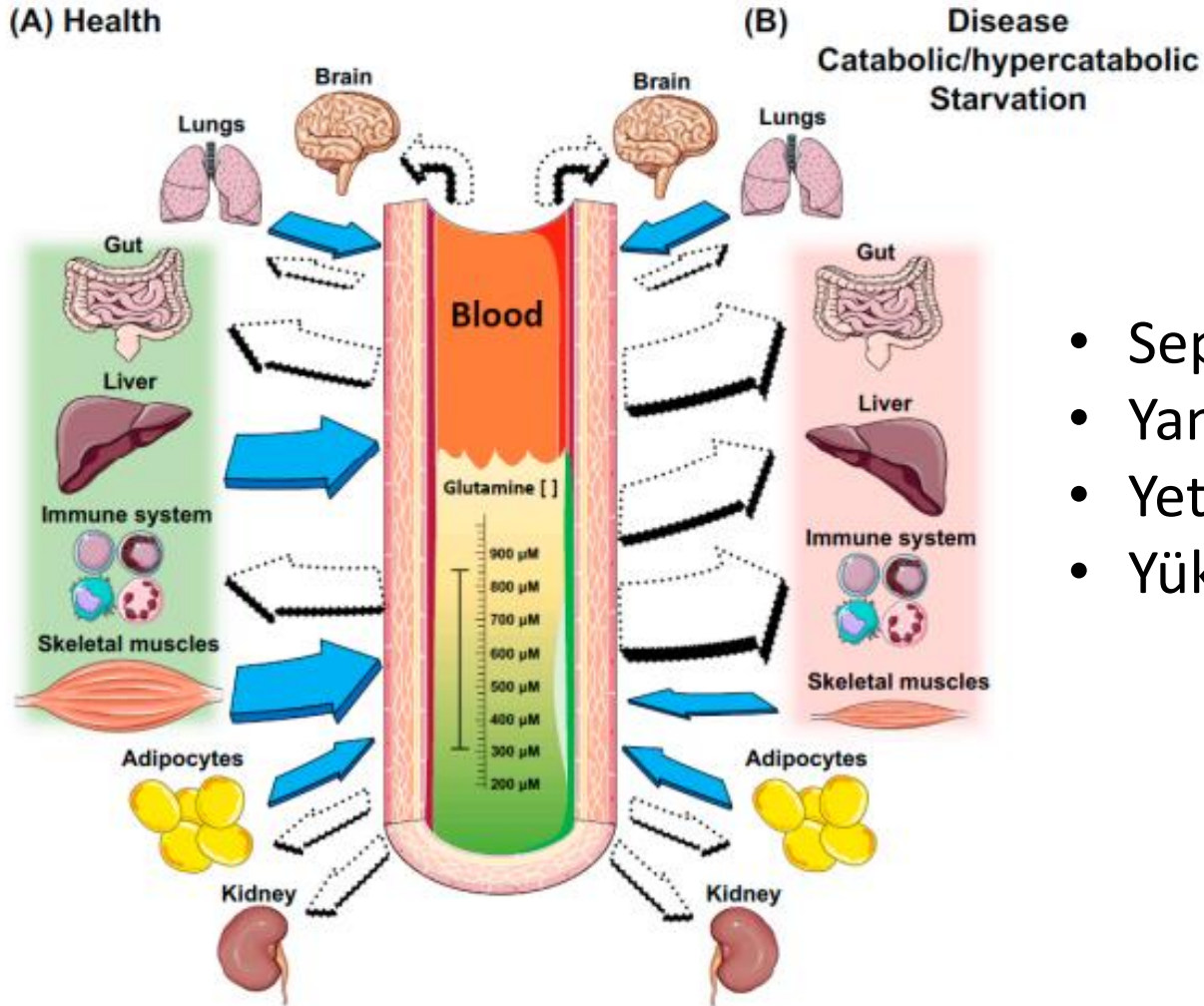


Her hücrede nükleotid sentezi, antioksidanlar ve hücresel bütünlüğün ve fonksiyonun korunmasında rol oynar.

Glutamin

- L-Glutamin, **ince bağırsağın iç yüzeyini kaplayan hücreler** tarafından **enerji üretmek** → Ana yakıt olarak kullanılır → **Yenilenme** ..
 - Lenfositler, nötrofiller ve makrofajlar gibi **bağışıklık sistemi hücreleri**, **katabolik koşullar altında glikozdan daha yüksek oranlarda glutamini kullanır.**
 - Katabolik: Sepsis, yanık veya ameliyat sonrası iyileşme ve yetersiz beslenmenin yanı sıra yüksek yoğunluklu/hacimli fiziksel egzersiz gibi durumlardır
- **IgA üzerinden immün** yanıtı düzenler ...
 - Virüslere ve patojen bakterilere karşı **savunmayı güçlendirir.**

Glutamin



- Sepsis,
- Yanık veya ameliyat sonrası iyileşme ve
- Yetersiz beslenme
- Yüksek yoğunluklu/hacimli fiziksel egzersiz

Glutamin & Bağırsak

- Ülser ve geçirgen bağırsağın onarımı
- İrritabl bağırsak ve ishal ...
- Enterosit proliferasyonunun regüle eder ve apoptosisten korur
- İnflamatuvar yolakları ve Nf-kB sinyalizasyonunu modüle eder
 - İnflamatuvar sitokinleri uyaran Th2 immün yanıtını da normalize eder.
- TJ yapısını korur.
- LPS ve bakteri translokasyonunu engeller

Glutamin & Bağırsak

- İntestinal hücreler (özellikle ince bağırsak), immun hücreler ve pankreas dokusu için tercih edilen enerji kaynağıdır
- Hayvan ve insan çalışmalarında intestinal mukoza gelişim ve tamirini uyardığı, toksisite ve atrofiden koruduğu ortaya konmuş
- Radyoterapi sonrasında gelişen bağırsak geçirgenliği ve epitel hasarını önlemekte etkili

Besinlerin Glutamin İçerikleri

Table 1. Total protein, glutamine, glutamate, and leucine (g/100g food) content in some animal and vegetable foods using the gene sequencing method (adapted from [166]).

g/100g Food	Beef 	Skim Milk 	White Rice 	Corn 	Tofu 	Egg 
Total protein	25.9	3.4	2.7	2.5	6.6	12.6
Glutamine	1.2	0.3	0.3	0.4	0.6	0.6
Glutamate	2.7	0.4	0.2	0.05	0.7	1.0
Leucine	2.2	0.4	0.2	0.4	0.5	0.9

Glutamin – Doz – Güvenlik

- Aç kullanım **(Boş mide)**
- Sabah akşam 1 ölçek (5 gr) = **10 gr ile başla**
- 7-10 gün sonra sabah 2 akşam 2 ölçek = **20 gr çık**
 - «Yarar görülen birçok çalışmada günlük doz **18 gram ve üzeri**»
- Bağırsak onarımında **2 kutu** ..
 - Uzun süre kullanma..

Glutamin – Doz – Güvenlik

- Dikkat !!
 - Antiepileptik kullanımı (glutamat aktivitesi blokaj ile etkili)
 - Ağır karaciğer yetmezliği (Glutamin metabolizması bozukluğu)

Glutamin – Özet

- Bağırsak geçirgenliği
- Bağırsak Radyoterapi
- Ülser
- IBH (Özellikle crohn)

N-Asetil Glukozamin

N-Asetil Glukozamin

- N-asetil-D-glukozamin (NAG veya GlcNAc) glukozaminden elde edilmiş olan bir amin şekerdir.
- Her ikisi de ıstakozlar, karides, yengeçler gibi kabuklu deniz hayvanlarının iskeleti olan chitin tarafından oluşmaktadır.

N-Asetil Glukozamin

- Hücre duvarındaki hyalüronik asit ve keratan sülfatın temel bileşeni
- Vücutta glikoprotein sentezi NAG üzerinden gerçekleşir
- Glikoproteinler vücutta kollajen, musin, immun globülinler, enzimler, reseptörler gibi kritik önemde fonksiyonları olan bileşiklerin yapısına katılan moleküller

N-Asetil Glukozamin Ne işe Yarar?

1. Bağ dokuları destekleyen büyük elastik moleküllerin yapı taşları olarak işlev görmektedir.
2. Hyaluronik asit gibi glikozaminoglikanlar oluşturmaktadır,
3. Cilde, eklemlere, sinirlere ve bağırsak yüzeyine kuvvet ve elastikiyet kazandırmaktadır.

N-Asetil Glukozamin Ne işe Yarar?

4. Ayrıca NAG polimerleri (uzun zincirler) vücuttaki inflamasyonu baskılamaktadır.
 - Otoimmün ve inflamatuvar hastalıklara yardımcı olmaktadır.
5. N-asetilglukosamin, immün hücrelerden serbest radikallerin oluşmasını önlemekte ve böylece oksidatif strese karşı korumaktadır.

N-Asetil Glukozamin & İBH

- NAG, barsak mukozası bariyer fonksiyonunu korur epitel geçirgenliğini azaltır
- NAG , gikozaminoglikanlar ve glikoproteinlerin yapısına direkt olarak eklenen bir substrat olarak doku tamirini destek
- Musin oluşumunu sağlayarak İBH yarar
- NAG'nin bağırsaklarda mukus tabakasını oluşturduğunu ve iltihapla mücadele ettiği
- IBD hastalarının bağırsakları glukozamini NAG'ye dönüştürememiştir ve bu nedenle bu koruyucu etkiden yoksun kalmıştır.
- IBD'li farelerde, N-asetilglukozamin, hastalığın ilerlemesini ve bağırsak iltihabını azaltmıştır.

N-Asetil Glukozamin & Doz & Toksisite

- NAG deneklere 20 gram gibi çok yüksek bir dozda verildiğinde bile bir toksisite ve kan glukozunda bir değişme görülmemiştir
- Hayvan deneylerinde de klasik kronik toksisite testlerinde hiçbir sorun izlenmemiş

Çinko Karnozin

Çinko Karnozin

- Güçlü serbest radikal süpürücü etkisi ile mukoza iyileşmesine destek olur.
- Ülsere alanlara özellikle yapışarak uzun süre bu bölgeye bağlı kalır ve buradan çinko ve karnozine yavaş yavaş ayrışarak etki
- Mide mukozası DNA hasarını engeller

Çinko Karnozin

- Japonya'da mide ülserlerinde kullanımı ruhsatlı
- 258 gastrik ülserli hastanın alındığı randomize plasebo kontrollü bir çalışmada belirgin semptomatik ve endoskopik iyileşme
- Bir başka çift kör çalışmada mide ülserli hastalarda %89 oranında objektif ve sübjektif iyileşme gözlenmiş

Çinko Karnozin

- Çok merkezli bir çift kör çalışmada subjektif ve endoskopik olarak %70 olguda iyileşme
- Mide epitelini inflamatuvar hasardan korur
- İnce barsak epitel bütünlüğünü korur ve bağırsak geçirgenliğini engeller.
- Kolon epiteli iyileşmesini hızlandırır

ÜRÜNLERİMİZ

GOODDAY FONKSİYONEL TIP

GOODDAY

SPORCU GIDASI

VİTAMİNLER

ECZANELER

HAKKIMIZDA



Marka : GOODDAY FONKSİYONEL TIP
Stok Kodu : (GFT.1006.030)
Tahmini Teslim Süresi : 2 Gün

₺180,00

ADET

- 1 +

SEPETE EKLE

HEMEN AL

1 KUTU 30 ADET TEK KULLANIMLIK ÜRÜN İÇERİR
1 SAŞE 6,0 GR
1 BARDAK SUYA İLAVE EDEREK KULLANINIZ.
N-ASETİL GLUKOZAMİN
L-KARNOZİN
FOSFOTİDİL KOLİN
VİTAMİN B5

NET MİKTAR: 30 SAŞE

KULLANIM ÖNERİSİ: Tavsiye edilen günlük porsiyon miktarı yetişkinlerde günde 1 saşe bir bardak (250 ml) suya ilave edilerek kullanılması önerilir.



Gst -Extra

N-asetil D-glikozamin, L- Karnosin, Fosfotidilkolin, Kalsiyum D-pantotenat, Bitki Ekstraktları İçeren Takviye Edici Gıda

Etken maddeler MİKTARI (1 Saşe) % BRD

Pistacia lentiscus (Damla Sakızı) Ekstraktı 750 mg ***

Glycyrrhiza glabra (Meyan Kökü) Ekstraktı 500 mg ***

Althea officinalis (Hatmi) Ekstraktı 500 mg ***

N-asetil D-glikozamin 500 mg ***

L-karnosin 150 mg ***

Fosfotidilkolin (Lesitin) 120 mg ***

Vitamin B5 (Pantotenik Asit) 46 mg %766,6

ETKEN MADDE	MİKTAR	%BRD*
P. lentiscus (Damla Sakızı) Ekstratı (%35 Masticonic acid)	750 mg	***
G. glabra (Meyan Kökü) Ekstratı (%10 Flavonoid)	500 mg	***
Althea officinalis (Hatmi) Ekstratı (10:1)	500 mg	***
N-asetil D-glikozamin	500 mg	***
L-karnosin	150	***
Fosfotidilkolin (Lesitin)	120	***
Vitamin B5 (Kalsiyum D-pantotenbat)	46	%766,6
BRD : Beslenme Referans Değeri *** BRD Değerleri Belirlenmemiştir.		

DGL

DGL

- **Degliserize likorise (meyan kökü)**
 - Glisirizik asit → Aldosteron benzeri etki → Na retansiyonu
 - Ciddi TA yükseklikleri
 - Ödem
- Peptik ülser
- Reflü
- Fonksiyonel dispepsi

DGL

- H pylori adezyonunu engellediği
- Aspirine bağlı gastrik mukoza hasarını engellediği
- Safra asitlerine bağlı gastrik mukozal hasarı engellediği

SİBO' da prebiyotik – probiyotik literatüre göre son !!

1. aşama

- Faz 1 – 1-3 hafta – Düşük FODMAP
- Faz 2 – 1-3 hafta – **Rifaksimın ve/veya Neomisin**

2. aşama

- Eliminasyon Diyet
- 3-6 Hafta - **Prebiyotik– Glutamin – GST Extra - Flavonoidler**

3. aşama

- Restorasyon
- **Prebiyotik – Probiyotik – GST Extra - DGL**

Prebiyotik – Probiyotik

Neyi - Ne zaman Kullanırım ?

- **Betain HCL**
- En az Akdeniz diyetine geçene kadar ilk 4 ay (Ort. 4-6 Ay)
- **Tıbbi nane ve frenk kimyonu**
- SİBO tedavi (2-3 ay) ve idamesinde (3-4 ay) ve sonrası gerektiğinde ...
- **Glutamin**
- Eliminasyon Diyetinde ve Dirençli-Nüx SİBO restorasyona geçerken
- **GST Extra (N-Asetil Glukozamin, Çinko Karnozin)**
- Restorasyon dönemi: Pre-Probiyotik dönemi
- **DGL (Degliserize licorice):**
- Gereğinde ve Restorasyon döneminde



Francis Bacon



Teşekkürler Soru??? Yorum? Katkı ?



Prof. Dr. Selahattin KIYAN

<https://www.proffonksiyoneltip.com/>



Prof Fonksiyonel Tıp

Prof. Dr. Selahattin KIYAN
Sağlıklı Yaşam ve Fonksiyonel
Tıp Kliniği



[@proffonksiyoneltip](https://www.instagram.com/proffonksiyoneltip)



Ege University
#EMaegean