

Temat kursu: NUTRACEUTYKI, SUPLEMENTY DIETY I WITAMINY

Kierownik naukowy kursu: dr hab. n. farm. Paweł Paśko

Program kursu:

1. Nutraceutyki a żywność funkcjonalna – podobieństwa i różnice. Podział nutraceutyków. Bezpieczeństwo stosowania. (1 h)
2. Probiotyki, prebiotyki, synbiotyki. Wpływ probiotyków na układ immunologiczny. Wskazania do stosowania probiotyków i ich skuteczność kliniczna. (1 h)
3. Suplementy diety i ich podział. Różnice między suplementami, żywnością i lekami. Wskazania i przeciwwskazania do suplementacji w racjonalnej diecie. (1 h)
4. Antyoksydanty i ich znaczenie w profilaktyce i leczeniu chorób niezakaźnych. (1 h)
5. Ziołowe suplementy diety. Bezpieczeństwo ich stosowania na przykładzie wybranych preparatów. (1 h)
6. Omówienie racjonalnej suplementacji witaminowej w różnych grupach wiekowych. Przegląd współczesnego stanu wiedzy dotyczącego wpływu nadmiernych dawek witamin i ich zastosowania w profilaktyce i leczeniu niektórych jednostek chorobowych. (1 h)
7. Omówienie wybranych interakcji leków z suplementami diety. Bezpieczeństwo stosowania suplementów diety w wieku podeszłym. (1 h)

Wykładowcy: dr n. farm. Joanna Chłopicka, dr hab. n. farm. Paweł Paśko

Liczba godzin edukacyjnych: 7

Forma zaliczenia: test sprawdzający z zakresu wiedzy będącej przedmiotem kursu

Termin kursu on-line: 06.02.2022 r. (niedziela), min. 25 osób

Koszt kursu: 196 zł