

MDOSZ XXII. SZAKMAI KONFERENCIA

"A MA KIHÍVÁSAI
A TÁPLÁLKOZÁS-
TUDOMÁNYBAN"



PROGRAMFÜZET ÉS AZ ELŐADÁSOK ÖSSZEFOGLALÓI

ONLINE KÖZVETÍTÉS

**2021. október 16.
szombat**

9:00-16:30

PROGRAM ÁTTEKINTŐ

9:00 - Megnyitó

9:30 - Jubileumi ünnepség, köszöntők, díjátadás

10:45 - Kávészünet, kiállítás

11:15 - Előadások

12:45 - Ebédszünet, kiállítás (12:45-13:00

Közétkeztetők Kézikönyve 3. könyvbemutató)

13:45- Előadások

15:10 - Kávészünet, kiállítás

15:40 - Előadások

16:30 - Teszt, a konferencia zárása

Az esemény védnöke:
Prof. Dr. Horváth Ildikó
Egészségügyért felelős államtitkár
Emberi Erőforrások Minisztériuma

Felelős kiadó: a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének Elnöke
1035 Budapest, Kerék utca 80.

Szerkesztette: Szabó Mónika és Szűcs Zsuzsanna
Budapest, 2021. október



Egyre többen igénylik az allergénmentes ételeket

A Knorr Professional allergén* - és adalékanyag-mentes bouillonok minden igényt kielégítenek.

*A termékhez nem adtunk hozzá olyan allergén összetevőt, amely a 1169/2011/EU rendelet II. melléklete szerint jelölésköteles. Technológiai okok miatt nem zárható ki allergének nyomokban való jelenléte (kivéve glutén és laktóz)



Unilever
Food
Solutions

Támogatás. Inspiráció. Fejlődés.

PROGRAM

9:00 - megnyitó

9:30 - jubileumi ünnepség
köszöntők, díjátadás

10:45 - KÁVÉSZÜNET, KIÁLLÍTÁS

11:15 - *Előadások - üléseknök: Gaálné Labáth Katalin és Kubányi Jolán*

11:15 - COVID betegek táplálásterápiája

11:35 - Új táplálkozási ajánlás, avagy az OKOSTÁNYÉR® a környezettudatosság tükrében

11:55 - A táplálékallergiák diagnosztikai aktualitásai

12:10 - Kihívások a laktózintolerancia diagnosztikájában és terápiájában

12:25 - Kérdések, diszkusszió

12:35 - Future 50, avagy a jövő alapanyagai a közétkeztetésben

12:45 - EBÉD, KIÁLLÍTÁS - Közétkeztetők Kézikönyve 3. könyvbemutató

13:45 - *Előadások - üléseknök: Antal Emese és Erdélyi Alíz*

13:45 - A dietetikus feladatai a ketogén terápiában

14:00 - 4-10 éves gyermekek táplálkozás és fizikai aktivitás felmérésének eredményei

14:15 - A közétkeztetés aktualitásai az élelmezés- és táplálkozástudomány tükrében

14:30 - Út a fenntarthatóság és a flexitáriánus táplálkozás irányába. A változó fogyasztói igények és a fenntartható élelmiszer-ellátás szolgálatában: az élelmiszeripar válaszai a XXI. század táplálkozási és környezeti kihívásaira

14:45 - Az ásványvízfogyasztás előnyei egészséges és klinikai kezelés alatt álló egyének esetén

15:00 - Kérdések, diszkusszió

15:10 - KÁVÉSZÜNET, KIÁLLÍTÁS

15:40 - *Előadások - üléseknök: Dr. Pálfi Erzsébet és Dr. Molnár Andrea PhD*

15:40 - Antioxidánsokkal, fehérjével és rosttal dúsított, álgabona-alapú növényi italok vizsgálata

15:50 - Élelmiszerek tárolására, szállítására használt műanyag edények potenciális genotoxikus hatása

16:00 - Különböző lencséből készült gluténmentes kekszek táplálkozás-élettani jellemzőinek in vitro vizsgálata

16:10 - Közétkeztetők környezettudatosságának felmérése

16:20 - Kérdések, diszkusszió

16:30 - Teszt, a konferencia zárása

Szűcs Zsuzsanna MSc

Prof. Dr. Horváth Ildikó
Annemieke van Ginkel-Res

Gaálné Labáth Katalin
Kubányi Jolán MSc
Antal Emese

Dr. Molnár Andrea, PhD -
Dr. Sahin Péter

Dr. Pálfi Erzsébet

Dr. habil. Réthy Lajos Attila

Dr. Bajor Judit PhD

Szikora Péter - Petres Andrea

Richter Éva MSc

Sárga Diána MSc

Feigl Edit

Szöllősi Réka

Prof. MUDr. Zdeněk Zadák CSc

Vajdovich Dorottya Krisztina

Galambosi Rebeka

Éliás Anna Júlia

Dévai Lilla





ÖRÜLTEN FINOM,
MAXIMÁLISAN NÖVÉNYI.

JÓ ÚTON JÁRSZI!

A képen látható termékek kalciumforrások. A kalcium szükséges a normál csontozat fenntartásához.
A jó egészséghez változatos, kiegyensúlyozott étrend és egészséges életmód javasolt.



Nestlé. Jó étellel teljes az élet

TÁPLÁLKOZÁSI VÁLLALÁSAINK EREDMÉNYEI

A Nestlénél elsődleges célunk, hogy **feltárjuk az ételekben rejlő erőt**, hogy **generációk életminőségét tegyük jobbá**. Termékeink fejlesztése során arra törekszünk, hogy azok ne csak finomak és magas minőségűek, de **kedvező összetételűek és tápértékűek** legyenek. Táplálkozási vállalásaink és eredményeink megmutatják, hogy mit tettünk és teszünk céljaink eléréséért.

FOLYAMATOSAN CSÖKKENTJÜK TERMÉKEINK SÓ- ÉS CUKOR-, VALAMINT TELÍTETT ZSÍRSAV TARTALMÁT

-3,5%
ÁTLAGOSAN



-3,5%
ÁTLAGOSAN



-10%
ÁTLAGOSAN



2017 óta **13 tonna só** és **181,7 tonna hozzáadott cukor** vontunk ki Magyarországon kapható termékeinkből. **Telített zsírsavat tartalmazó termékeink 100%-a felel meg** az erre vonatkozó étrendi ajánlásoknak.

KIEMELTEN FIGYELÜNK A GYERMEKEKNEK SZÁNT TERMÉKEINK ÖSSZETÉTELÉRE



Ezen termékeink **100%-a felel meg a Nestlé Tápanyagprofilozó Rendszerében meghatározott kritériumoknak**, melyek összhangban vannak az ajánlott napi cukor-, só- és telített zsírsav-bevitelre vonatkozó nemzetközi ajánlásokkal.

ÚJ TERMÉKEKET FEJLESZTÜNK A SPECIÁLIS TÁPLÁLKOZÁSI ÉS FOGYASZTÓI IGÉNNYEL RENDELKEZŐK SZÁMÁRA



Portfóliónkban megtalálhatók **glutén- és tejmentes**, valamint **organikus, növényi alapú és magasabb rosttartalommal rendelkező** termékek is.

TERMÉKSOMAGOLÁSAINKON TÁPANYAG-ÖSSZETÉLÉSI ÉS ADAGOLÁSI INFORMÁCIÓT HELYEZÜNK EL, HOGY SEGÍTSÜK VÁSÁRLÓINKAT A TUDATOS DÖNTÉSEK MEGHOZATALÁBAN



A kötelező előírásokon túlmenően minden releváns termékünkön megtalálhatók azok a **tápanyag-információs-panelek, adagolási és étkezési javaslatok**, amelyek segítik vásárlóinkat a tudatos döntés meghozatalában.



Inspirációk, receptek:
www.igyteljesazélet.hu



Csatlakozz közösségünkhöz:
[fb/igyteljesazélet](https://www.facebook.com/igyteljesazélet)



Csatlakozz közösségünkhöz:
[ig/igyteljesazélet](https://www.instagram.com/igyteljesazélet)



TOVÁBBI TÁPLÁLKOZÁSI VÁLLALÁSAINK EREDMÉNYEIT
TEKINTSD MEG A WEBOLDALUNKON!

A NUTRICIA SZOLGÁLTATÁSAI TÁMOGATJÁK ÖNT A TÁPLÁLÁSTERÁPIA MEGFELELŐ MEGVÁLASZTÁSÁBAN ÉS A MEGVALÓSÍTÁSÁBAN

Támogatjuk betegeit a megfelelő compliance elérésében és megtartásában



OTTHONÁPOLÓ SZOLGÁLAT

- A több mint 20 éves Nutricia Otthonápolás segít betegeinek a személyre szabott szondatáplálás felépítésében, megvalósításában valamint a szövődmények megelőzésében
- A lejelentést követően felvesszük a kapcsolatot a beteggel és 24-max. 48 órán belül megtörténik az első vizit



ONLINE KETOGÉN ÉTRENDTERVEZŐ

- A Nutricia által létrehozott applikációval segítjük betegeit, hogy a ketogén-diétát minél hatékonyabban és pontosabban be tudják tartani
- Az applikációban dietetikus által elfogadott, a ketogén-diéta követelményeinek megfelelő receptek találhatóak, melyek támogatják a beteg compliance-t



TERMÉKVÁLASZTÓ APPLIKÁCIÓ

- A Nutricia Termékválasztó applikációban részletes információt talál a termékekről
- A speciális szűrőfunkció segíti Önt a termékválasztásban

TÖLTSE LE TELEFONJÁRA!



Ezen információs anyag egészségügyi szakemberek számára készült. A NUMIL Kft. a jelen anyag jogosulatlan felhasználásából eredő következményekért minden felelősséget kizár.

Táplálásterápiával kapcsolatos kérdéseivel forduljon hozzánk bizalommal!
06 80 223 223 • www.nutriciamedical.hu

Lezárás dátuma: 2021. 09. 20. - SN21ALLPAED109OFFHU
Numil Kft. 1134. Budapest, Váci út 35.

Van, ami nem várhat!



Enzimpótlás azonnal
Lactase rágótablettával

térítési díj: 100 db / 2183 Ft*



- ✓ **GYÓGYSZERKÉNT TÖRZSKÖNYVEZVE**
- ✓ **OEP TÁMOGATÁSSAL (100 DB)**
- ✓ **1 RÁGÓTABLETTA 10 g LAKTÓZ (2 dl TEJ) BONTÁSÁHOZ ELEGENDŐ**
- ✓ **KÖZGYÓGYELLÁTOTTAKNAK RENDELHETŐ**

Hatóanyag: 1 db rágótabletta 3412 mg laktáz (2000 FCCU) tartalmaz. **Jelvet:** laktázintolerancia. **Ellenjavallat:** az alkotórészekkel szembeni gyógyszerérzékenység. **Adagolás:** laktáz tartalmú étkezést megelőzően szügni. Egy rágótabletta 2 dl tejben, tejben lévő laktáz (10 g) feldolgozásához elegendő. **Mellékhatás:** obstruktív, túlérzékenységi reakció. **Gyógyszerkölcsönhatás:** Na- és K-ionok jelenléte fokozhatja a laktáz enzim aktivitását, Ca-ionok és nehézfémek in vitro gátolják az enzim aktivitását. **Lactase rágótabletta 100x térítési díj 2183 Ft*** (Fogyár: 4851 Ft, támogatás 55%: 2668 Ft). További szakmai információért kérjük, olvassa el az alkalmazási elírtat (OCYÉU/0373/2019), vagy hívja információs irodánkat: Strathmann KG képviselete Telefon: 036-10 320-2865, email: info@strathmann.hu - Az információ kezeltésének időpontja: 2021. január 10.



STRATHMANN

ELŐADÁS ÖSSZEFOGLALÓK

az első szerző neve szerinti ABC
sorrendben

Kihívások a laktózingintolerancia diagnosztikájában és terápiájában

Dr. Bajor Judit PhD. (klinikai főorvos)

A laktózingintolerancia a tejcukor emésztésének zavara, melyet a laktáz enzim csökkent termelődése vagy hiánya okoz. Előfordulása népcsoportonként eltérő, ázsiai országokban a népesség akár 100%-át is érintheti. Magyarországon kb. 20-30% az előfordulása. A kórképet tej-és tejtermékek fogyasztását követő emésztőszervi tünetek jellemzik: hasmenés, haspuffadás, hasi görcsök.

A betegség gyanúja a klinikai tünetek alapján merül fel, de diagnosztikához további vizsgálatok szükségesek. Egyszerűsége és pontossága miatt a leggyakrabban alkalmazott módszer a hidrogén kilégzési teszt, mely a kilélegzett levegő hidrogéntartalmának mérésén alapul. Ha a laktóz lebontása elégtelen, emésztetlenül bekerülve a bélrendszerbe, a bélbaktériumok bontásának hatására hidrogéngáz képződik. A hidrogén a bélfalon keresztül a véráramba jut, majd a tüdőn keresztül a kilélegzett levegőbe kerül, így mennyisége mérhetővé válik.

Az eredmények értékelése körültekintést igényel. Téves pozitív eredményt vékonybél bakteriális túlnövekedése adhat, éppen ezért a laktóz kilégzési teszt előtt érdemes elvégezni a laktulóz kilégzési tesztet is. A tévesen negatív eredménynek több oka is lehet: a betegek egy részében a baktériumflóra a laktáz bontása során nem hidrogént, hanem metánt termel, másoknál pedig a vastagbél baktériumai „adaptálódnak” az emésztetlen laktózhoz és hidrogén termelése nélkül bontják el azt. A hidrogén kilégzési teszt 25 g laktózzal történik.

A vizsgálat előtt betegnek nem adható antibiotikum, savcsökkentő, probiotikum, prokinetikum, hashajtó. Fontos a megfelelő étrendi előkészítés is: a vizsgálat előtti három napon bizonyos ételeket (rostdús gabonafélék, zöldségek, gyümölcsök, tejtermékek, alkohol, szénsavas üdítők) kerülni kell. A vizsgálatot éhgyomorral, gargalizálással történő szájöblögetés után végezzük, a beteg kilélegzett levegőjének hidrogén tartalmának mérésével. Ha a próbafújás már magas értéket mutat, az étrend nem volt megfelelő, így ismételt étrendi megszorítás után újabb vizsgálat szükséges. Amennyiben a 90-120. percben az érték az alapértékhez viszonyítva >20 ppm, a tesztet pozitívnak tartjuk.

A diagnosztika felállítása után dietetikai tanácsadás javasolt, hiszen a cél az, hogy az étrend az egészséges táplálkozás alapelveinek megfelelően. A tej és tejtermékek kiiktatása az étrendből megszünteti a tüneteket, ugyanakkor a betegek nagy részénél felesleges a teljesen tejmentes étrend. A legtöbb beteg akár 1 pohár tejnek megfelelő mennyiséget is jól tolerál. Mivel a tej fontos tápanyag-, ásványi anyag- és vitaminforrás, arra kell törekedni, hogy a beteg az egyéni tűrőképességének megfelelően fogyasszon tejterméket. Ez elsősorban a kalcium és D-vitamin szükséglete fedezése miatt fontos. Jól beilleszthetők az étrendbe a kínai és thai konyha ételei (pl. szója) és a kalciumbevitel szempontjából értékes ehető csontú halak (makréla, szardínia, lazac), dió, mogyoró és hüvelyesek. Fontos elkerülni a diéta következményeként a hiányállapotok kialakulását. Az étkezés során előnyben kell részesíteni az érett és félkemény sajtokat, az élőflórás kefirteket és joghurtokat, melyek laktóz tartalma csekély. A bélflóra laktózbontó képességét erősíthetjük pre- és probiotikumok adásával. Valódi, oki kezelést azonban csak a hiányzó enzim pótlása jelent. A laktázpótlás lehetővé teszi, hogy a beteg életmódját, táplálkozását ne kelljen jelentősen megváltoztatni.

Közétkeztetők környezettudatosságának felmérése

Dévai Lilla (diétetikus hallgató)

Bevezetés: A fenntartható fogyasztás és a környezettudatosság témaköre az egyik legfontosabb kérdéssé vált napjainkban. A lakosság környezeti terhének jelentős hányadát teszik ki az élelmiszerfogyasztás és feldolgozás hatásai. Mivel a közétkeztető üzemek működéséért az élelmezésvezetők felelnek, a környezettudatosságuk növelése nagyban segítheti az üzemek környezeti terhének csökkentését.

Célkitűzés: Legfontosabb célként megvizsgáltuk, hogy milyen összefüggés van az élelmezésvezetők egyéni környezettudatosságának mértéke és az üzemek környezetterhelése között. Az üzemekre vonatkozóan felmértük a környezetkárosító-, és környezetbarát jellemzőket, emellett megismertük az egyes környezettudatos intézkedések bevezetésének akadályozó tényezőit.

Módszer: 82 élelmezésvezető egyéni környezettudatosságát, és az általuk vezetett üzemek jellemzőit mértük fel, és elemeztük. Az adatokat online kérdőív segítségével gyűjtöttük három magyarországi megyében: Pest-, Baranya-, és Békés megyében. Majd ezeket leíró statisztikai műveletekkel, variancia-analízissel, korrelációs vizsgálattal és khi-négyzet próbával elemeztük SPSS v26 program segítségével, ahol a szignifikanciaszint $p \leq 0,05$ volt.

Eredmények: A havonta keletkező hulladék mennyiségét az ellátottak napi száma 7,7%-ban határozza meg, a keletkező ételmaradék mennyiségét pedig 22,2 %-ban befolyásolja; az egy fős emelkedés +127 g hulladékot, és +300 g ételmaradékot jelent havonta ($p=0,014$) ($p < 0,001$). A megkérdezettek környezetbarát hozzáállásának számszerűsített értéke átlagosan 0,663 (nagyraoszt környezettudatos); a tényleges környezettudatos magatartás értékének átlaga pedig 0,421 (közepesen környezettudatos) lett a 0 és 1 közötti skálán. Az egyéni környezettudatosság átlagértéke szignifikánsan magasabb volt ott, ahol szelektíven gyűjtik a hulladékot ($p=0,008$), valamint ahol a legtöbb takarékosági intézkedést alkalmazzák ($p < 0,001$). Emellett jelentősen többen jelölték a helyi termékek 10% feletti beszerzési arányát azok, akik inkább előnyben részesítették azok beszerzését ($p=0,018$). Az ételmaradék mennyiségének csökkentését akadályozó legfőbb tényező a fogyasztók pazarlásról való oktatásának hiánya volt, a hulladék csökkentést a legtöbb üzemben már a lehető legjobban lecsökkentették, a helyi áruk beszerzését pedig leginkább a szűkös anyagi keret akadályozta. Az üzemek anyagi helyzete és a helyi termékek aránya között azonban a várakozások ellenére nem volt szignifikáns összefüggés ($p=0,555$).

Következtetések: Az eredmények alapján az élelmezésvezetők egyéni környezettudatosságának mértéke összefüggést mutatott az üzemek környezetterhelésével, leginkább a szelektív hulladékgyűjtési szokásokra, és a takarékosági intézkedésekre volt hatással, ezért is fontos hangsúlyozni a környezettudatosságra való figyelemfelhívást az élelmezésvezetők körében.

Különböző lencséből készült gluténmentes kekszek táplálkozás-élettani jellemzőinek in-vitro vizsgálata

Éliás Anna Júlia (dietaetikus hallgató), Hermánné Dr. Juhász Réka, Hajas Livia, Dr. Benedek Csilla

Bevezetés: A gluténmentes diéta során gyakran alakul ki rost-, vitamin- (köztük folát), ásványi anyag - vagy akár fehérjehiány is. 1 A lencse, mely az állati fehérjeforrásoknál jóval alacsonyabb ökológiai lábnyommal rendelkezik, alkalmas ezek pótlására. Ennek ellenére a szakirodalomban kevés olyan adat érhető el, amely ilyen termékekről vagy a különböző színű lencsék tápanyagértékei közötti különbségekről számol be.

Anyag és módszer: Projektünk célja egy olyan optimális gluténmentes keksz fejlesztése, amely megfelel az egészséges és fenntartható táplálkozásra vonatkozó ajánlásoknak. A vörös, sárga, zöld, barna és fekete lencséből készült kekszek mellett rizslisztes kontrollt is vizsgáltam. A folát kimutatására mikrobiológiai alapú ELISA tesztet használtam. A fehérjék emészthetőségét pH csökkenésen alapuló in vitro multienzim technikával mértem fel. Az antioxidáns tulajdonságokat in vitro Folin-Ciocalteu és CUPRAC módszerekkel vizsgáltam. A minták színét CR-410 kromaméterrel jellemeztem. Az adatok elemzéséhez statisztikai módszereket használtam.

Eredmények: A lencsés kekszek minden vizsgált paraméterben kedvezőbb értékekkel bírnak a rizs kontrollhoz képest. A kekszek nyersfehérje tartalma jelentős, azonban lényeges az emészthetőség figyelembe vétele. Bioaktív anyag tartalom szempontjából kiemelendő a zöldlencsés, míg foláttartalom szempontjából a feketelencsés keksz. A fogyasztói kedveltségi vizsgálat eredményei fordított tendenciát mutatnak a beltartalmi jellemzőkkel.

Következtetés: Az új beltartalmi adatok mellett a statisztikailag is igazolható összefüggések fontos támpontot jelentenek a gluténmentes lisztekkel végzett kutatásokhoz. Munkám a célkitűzés szerinti termékfejlesztés alapjául szolgálhat, hogy gyártástechnológiai, fenntarthatósági, érzékszervi és beltartalmi tulajdonságokat együttesen figyelembe véve alkossuk meg az ideális receptúrát.

A közétkeztetés aktualitásai az élelmezés- és táplálkozástudomány tükrében

Feigl Edit (főigazgató-helyettes)

Az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet (OGYÉI) Élelmezés- és Táplálkozástudományi Főigazgatósága az élelmezés- és táplálkozás-egészségügy szakterületén szakmai-módszertani, tudományos kutatási és képzési feladatokat lát el, valamint az étrend-kiegészítők, anyatej-helyettesítő és anyatej-kiegészítő tápszerek, speciális gyógyászati célra szánt tápszerek bejelentésével kapcsolatos feladatokat végzi. A táplálkozás-egészségügy területén az OGYÉI meghatározó szerepet vállal a táplálkozással összefüggő kockázati tényezők vizsgálatában, táplálkozási ajánlások kidolgozásában és a szakmapolitikai beavatkozások támogatásában.

Az OGYÉI jogelődje az Országos Élelmezés Tudományi Intézet (OÉTI) megalapítása óta foglalkozik a közétkeztetés keretében szolgáltatott étrendekre vonatkozó ajánlások, módszertani anyagok, mintaétrendek kidolgozásával.

A közétkeztetés helyzetének jobb megismerésére az 1970-es évektől zajlottak vizsgálatok az OÉTI vezetésével. A jogi szabályozás szükségességére a 2008 óta öt évenként megismételt óvodai és iskolai közétkeztetési felmérések hívták fel a figyelmet.

Az OGYÉI a közétkeztetési rendelet életbe lépése óta három alkalommal végzett hatásvizsgálatot. 2017-ben felmérte a rendeletnek való megfelelést, az iskolai közétkeztetés egyes elemeiben történt változásokat, a közétkeztetés elfogadottságát. A további területek felmérése érdekében pedig 2018-ban lefolytatta a Diétás étkeztetés vizsgálatot és 2019-ben a gyermekkorházak és gyermekosztályokkal rendelkező kórházak felmérését. Ezen vizsgálatok eredményei és a hatósági ellenőrzések tapasztalatai alapján a közétkeztetési rendelet 2016-ban és 2021. évben módosításra, megújításra került, kerül.

A közétkeztetési rendelet aktualizálása mellett változás történt a szakemberek képzésének rendszerében, megjelent a közétkeztetés tárgyú közbeszerzésekre vonatkozó sajátos szabályozás, valamint a táplálkozás-egészségügyi szempontból történő ellenőrzés minősítő rendszerének bevezetése is megtörténik.

A szabályozás és monitorozás mellett a kezdetektől kiemelt feladat a közétkeztetésben dolgozó szakemberek és érintett csoportok (szülők, pedagógusok, gyermekek, stb.) képzése, hiteles információval való ellátása, illetve modellprogramok kidolgozása és bevezetése. Annak érdekében, hogy az étrendek összeállításában meghatározó szerepet betöltő szakemberek egységes szemlélettel és ismeretanyag alapján dolgozhassanak, megújult tartalommal folytatódik a „Táplálkozás-egészségügyi szempontok a közétkeztetésben” című, élelmezésvezetőknek szóló képzés. A szakmai kapcsolat, az együttműködés további erősítése céljából az OGYÉI létrehozta és elindította a „Közétkeztetési munkacsoport”-ot, amely célul tűzte ki az egyeztető platform működtetését, a közös nyelvezet kialakítását, a szakmai támogatás nyújtását, valamint a hatóságokkal, szakmai szervezetekkel közös információs anyagok közzétételét.

Élelmiszerek tárolására, szállítására használt műanyag edények potenciális genotoxikus hatása

Galambosi Rebeka (diétetikus hallgató)

A műanyag élelmiszertároló edények nagy népszerűségnek örvendenek, ami köszönhető könnyű alkalmazhatóságuknak, azonban több kutatás jelenik meg az edények élő szervezetre gyakorolt káros hatásáról. Hatással lehetnek az emberi szervezetre, a környezet és az állati élővilág szennyezésében is. Ezek alapján vizsgáltuk a különböző élelmiszerek tárolására alkalmas műanyag edényekből kioldódó anyagok lehetséges mutagén, genotoxikus hatását.

Vizsgálatunkhoz 3 különböző élelmiszermodell alkalmaztunk, ezek lipofil, savas és vizes közegű élelmiszereket modelleztek. Öt különböző könnyen hozzáférhető, népszerű műanyag tárolóedényt vizsgáltunk. A mintákat mikrohullámú sütő segítségével melegítettük forralásig, mert vizsgálni szerettük volna, hogy a műanyagból készült tároló edények melegítés hatására jelentenek-e veszélyt az élő szervezetre, illetve, hogy a műanyag edényre gyakorol-e bármilyen hatást. Azon edények esetében, ahol nem volt alkalmazható mikrohullámú sütő az edény összetételéből adódóan, forraló edényt használtunk. A kapott eredmények vizsgálatához Salmonella Ames tesztet és Comet Assayt alkalmaztunk. A Salmonella Ames teszt a mutagenitás-, míg a Comet Assay a genotoxicitás kimutatására alkalmas módszerek.

Nem találtunk különbséget a különböző árkategóriájú edényekből kioldódó anyagok hatása között. A mikrohullámú sütőben történő melegítés nem mutatott nagyobb mutagén vagy genotoxikus hatást, mint a forraló edény esetében. Két edény genotoxicitás, három edény a mutagenitás kockázatát mutatták.

Vizsgálataink eredményei arra engednek következtetni, hogy a tárolóedények ára kevésbé befolyásolja a káros anyag kioldódást, mint azok összetétele. A forralóedénnyel összehasonlított mintákhoz viszonyítva a mikrohullámú sütő nem befolyásolta a káros anyagok kioldódásának mértékét egyik vizsgált minta esetében sem. A nagyobb expozíciós idő sem befolyásolta különböző anyagok kioldódásának arányát.

A téma aktualitása miatt fontosnak tartjuk a vizsgálat folytatását, több minta és ételmodell bevonásával, ahol nem csak az egyes pH-val rendelkező élelmiszereket tudjuk modellezni, hanem azokat élelmiszereket is, ahol együttesen van jelen savas/lipofil tulajdonság.

COVID betegek táplálásterápiája

Dr. Molnár Andrea PhD (dietetikus, Senior Medical & Scientific Affairs Manager), Dr. Sahin Péter

A COVID-betegek táplálásterápiával kapcsolatosan számos szakmai ajánlás született már meg világ szerte. Hazánkban főleg az ESPEN ajánlásait követjük, mely hangsúlyozza a kóros tápláltsági állapotok szűrésének fontosságát és az időben történő táplálásterápia elrendelésének jelentőségét.

A kórházba került COVID-os betegek 80%-a malnutrició szempontjából veszélyeztetett, 73%-a szarkopénia szempontjából magas rizikó csoportba tartozik. Különösen veszélyeztetettek az idős, multimorbid, és az intenzív terápiás ellátásra szoruló betegek. Az oxigénterápia módja befolyásolja a táplálhatóságot és javasolt táplálási módot is. A gépi lélegeztetést követően, az extubáció után, diszfágia alakulhat ki, melynek súlyosságától függően módosított textúrájú étrendre vagy további szondatáplálásra szorulhat a beteg.

Dr. Molnár Andrea bemutatja az táplálásterápiás intervenció főbb szempontjait a kórházon kívül tartózkodó COVID betegek vonatkozásán kiterve a per os fogyasztható speciális, gyógyászati célra szánt élelmiszerek alkalmazására és a szondatáplálásra vonatkozóan.

Dr. Sahin Péter bemutatja a szakmai ajánlások megvalósíthatóságának lehetőségeit és korlátait a víruspandémia ideje alatt, különös tekintettel a kórházi ellátásra szoruló betegeknél. Kitér az SBS-es betegek otthoni parenterális táplálás megvalósíthatóságára is a COVID ideje alatt.

Új táplálkozási ajánlás, avagy az OKOSTÁNYÉR® a környezettudatosság tükrében

Dr. Pálfi Erzsébet (dietetikus, főiskolai adjunktus), Szűcs Zsuzsanna

Az étrend összetétele jelentős mértékben befolyásolja egészségi állapotunkat, hiszen a krónikus betegségek (pl. szív- és érrendszeri betegségek, egyes daganatok, csontritkulás) 70-80 százalékának kialakulása hozható összefüggésbe a helytelen táplálkozással. Ez ugyanakkor azt is jelenti, hogy a korszerű ajánlásoknak megfelelően összeállított étrend tekinthető az egyik leghatékonyabb eszköznek az egészség megőrzésében.

Az utóbbi években számos táplálkozási ajánlást frissítettek szerte a világban. Az új étrendi útmutatók esetében jelentős szemléletmód változás figyelhető meg a korábbi sémákhoz viszonyítva, hiszen a táplálkozási ajánlásokban megjelent a fenntarthatóság, és a környezettudatosság szemlélete is.

A hazai táplálkozási ajánlás alapelve a változatosságé, miszerint minden élelmiszercsoport ésszerű adagokban történő fogyasztása része lehet a kiegyensúlyozott táplálkozásnak. Azonban törekedni kell arra, hogy az adott kategórián belül az értékes tápanyagokban (pl. vitaminok, nyomelemek, élelmi rostok) leginkább gazdag alternatívákra helyeződjön a hangsúly. Az étrend alapját a pozitív táplálkozás-élettani hatású élelmiszerek: zöldségfélék, gyümölcsök, teljes értékű gabonafélék, halak, hüvelyesek, olajos magvak, alacsony zsírtartalmú tejtermékek, valamint sovány húsok képezik. Ugyanakkor szükséges törekedni az elkészítés, fogyasztás során a minél kevesebb zsiradék, só, illetve cukor hozzáadására. Az említett irányelvek mentén összeállított, valamint az elfogyasztott ételmennyiség tekintetében is megfelelő, étrend képes a szervezet sokrétű tápanyagigényének kielégítésére és hozzájárul a krónikus betegségek megelőzéséhez.

2021-ben a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége felülvizsgálta a 2015. évi ajánlást, az OKOSTÁNYÉR®-t és az eddigi szempontok mellett figyelembe vette a fenntarthatóságra és környezettudatosságra vonatkozóakat is. Az új ajánlásban megjelenik többek között a szezonális elve, a hazai és az alacsonyabb feldolgozottságú élelmiszer választása is. Változtatásra került egyes élelmiszercsoportok mennyiségi ajánlása is a vörös húsok vagy a zöldség, gyümölcs kategóriák esetében. Egyes élelmiszercsoportok hangsúlyosabbak lettek, mint például a hüvelyesek, olajosmagvak. A 2021. OKOSTÁNYÉR®-ban azt is hangsúlyozzuk, hogy a táplálkozás több, mint az elfogyasztott étel.

Az előadásban a 2021. évi táplálkozási ajánlást, a korábbihoz képest történt változásokat mutatjuk be.

A táplálék allergiák diagnosztikai aktualitásai

Dr. Réthy Lajos Attila (főorvos)

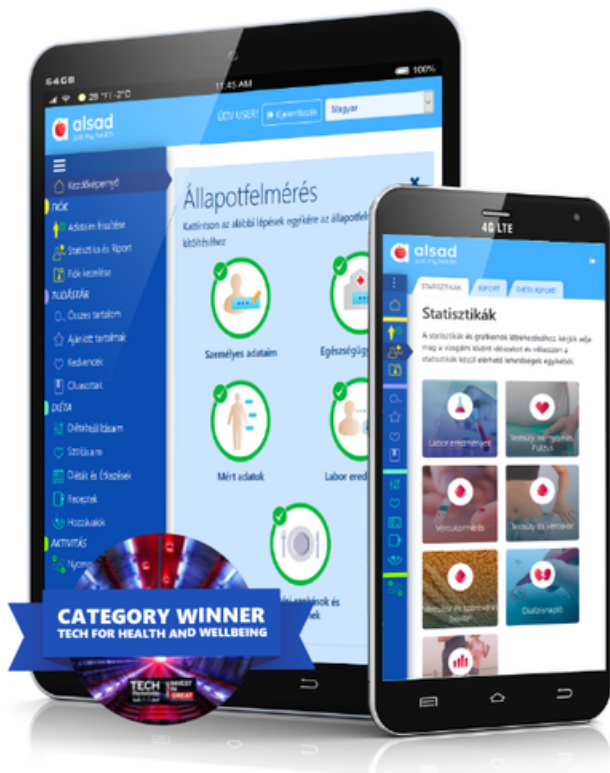
A táplálék- allergiák korszerű diagnosztikájában és esetleges intoleranciáktól történő elkülönítésükben a molekuláris vagy komponens alapú IgE diagnosztika hazánkban is egyre szélesebb körben hozzáférhető. Technikailag a hagyományos IgE-alapú labor tesztek elvén alapul, de az alkalmazott reagens jóval érzékenyebb, megbízhatóbb mérést tesz lehetővé, ezért a nemzetközi ajánlások is javasolják alkalmazását. A molekuláris vagy komponens-alapú, IgE-vizsgálat előnyei az alábbi területeken hasznosíthatóak különösen: Táplálék allergének esetében kockázatbecslés: a fokozottabb kockázatot jelentő táplálék-allergén molekulák kimutathatósága. A hagyományos módszerekkel nehezebben igazolható pollen/étel kereszt-allergiák feltérképezése. Ismeretlen eredetű anafilaxiák esetén a kiváltó (culprit) komponens azonosítása. Későbbiekben immunterápiák megalapozásához is pontos diagnózist adhat.

Az IgG alapú intolerancia- tesztekéről is szó esik az előadásban, illetve az IgE/IgG vizsgálatok értékeléséről.

A diagnosztikai pontosság fokozása, például a felesleges diéták elkerülése, valamint az indokolt esetben elkezdett, várhatóan hatékony immunterápiák együttesen hozzájárulhatnak az allergiás betegek életminőségének javításához.

AZ ÖN ADATAI A MI SZEMÉLYRE SZABOTT SZOLGÁLTATÁSUNK AZ ÖN EGÉSZSÉGE

Az ALSAD (Automated LifeStyle ADvice) automatizált, személyre szabott tanácsokat és támogatást kínál a cukorbeteg, és/vagy krónikus vesebetegek részére.



PÁCIENSEKNEK

Személyre szabott diéta, mozgás-, és egészségmenedzsment a mesterséges intelligencia támogatásával



EGÉSZSÉGÜGYI SZAKEMBEREKNEK

Az orvosi utasítások eredményesebb betartása, adatvezérelt támogatás és beteg-educáció



EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTÓKNAK

Extra szolgáltatások digitális egészségügyi eszköz alkalmazásával, költséghatékony betegeledukáció, megőrizve a páciens lojalitását

JELLEMZŐK



Mesterséges intelligencia alapú, személyre szóló egészségügyi tanácsok



Specifikus támogatás vesebetegek számára



Automatikusan generált étlapok különféle étkezési szükségletekhez



Népszerű egészségügyi mérőeszközök integrációja



MAGNESIA®

Folyamatos
magnéziumpótlás.



Egy palack 1,5 literes Magnesia ásványvíz egy
átlagos felnőtt napi magnézium igényének több
mint felét fedezi.

Egy átlagos felnőtt napi magnézium igénye: 375 mg.

NutriComp



Megújult honlap, megújult programok - NutriComp 5.0

Számos új funkció könnyíti meg az étrendtervezést minden programverzióban:

- Bővíthető nyersanyag adatbázis: új nyersanyagok felvétele gyártmánylap/élelmiszercímke alapján, modellezéssel
- Allergéntartalom szerint szűrhető nyersanyagok, receptek
- Meglévő étlapok automatikus mentesítése a kiválasztott allergén(ek)től, nyersanyag(ok)tól
- Nyersanyag adatbázis frissítési lehetőség - automatikus figyelmeztetéssel az új adatállományra - továbbra is ingyenesen

Étrend - Közétkeztetési funkciók

- Intézmény/étlap nyilvántartó rendszer
- Különálló étlapok kiszabotának összesítése a raktárból való nyersanyag kivételezéshez, beszerzési listához

Sport - Egyéni étrendtervezés

- Kliensek nyilvántartása és állapotkövetése
- Adott időszakhoz felvehető több sporttevékenység
- Nyersanyagcsoportonként összeállított bevásárló lista
- Hasonlítás az új hazai Okostányér® ajánlás értékeihez

DietCAD - Automatikus étrendtervezés

- Az Étrend és a Sportban megtalálható funkciók mellett az egyén állapotának, igényeinek és individuális paramétereknek megfelelő automatikus étrendtervezés

További részletekért látogasson el megújult honlapunkra:

www.nutricomp.hu

Elérhetőségeink:

Dr. Biró Lajos Ph.D.: +36 20 368 2261, +36 1 353 6293 birol@nutricomp.hu

Arató Györgyi: +36 30 436 1543 aratogyorgyi@nutricomp.hu



A dietetikus feladatai a ketogén terápiában

Richter Éva MSc (dietetikus, okleveles táplálkozástudományi szakember)

A ketogén-diétát napjainkban már több mint ötven országban alkalmazzák a terápiaerezisztens gyermekkori epilepszia kezelésében, így Magyarországot 2005 óta. Előadásomban ismertetem, hogyan alakult hazánkban a ketogén diéta. Részletezem, hogy a diéta bevezetésekor kinek mi a felelősségi köre és kikkel kell szorosan együttműködni a diéta felépítése alatt.

A beteg kiválasztását a nemzetközi ajánlások alapján kell megtennie a neurológusnak, és a dietetikus bevonása elengedhetetlen, ahogy az alapos szülői edukáció is. A diéta megértése, az alapanyagok ismerete, a nyersanyagok kiválasztása fontos mérföldkövek a diéta bevezetésekor.

Végig vesszük, hogy a dietetikusnak mi a felelőssége és milyen feladatokat kell elvégeznie, hogy a szülő és a neurológus is megfelelően legyen informálva, támogatva. A dietetikus felügyeli a diétát a teljes periódus alatt, valamint a dietetikai szempontoknak megfelelően értékeli is. Ha szükséges változtatásokat javasol, együttműködve a kezelőorvossal. Szorosan követi a diétát, biztosítva a megfelelő tápanyagellátottságot, meghatározza a táplálás módját, segíti a beteg compliance-t. Feladata a kapcsolattartás a betegekkel, a gondozóival; a diétás terv elkészítése és a kivitelezés segítése, a szülő betanítása, a diéta kontrollálása, szükség esetén módosítása. Átbeszéljük a ketogén diétában használt táplálkozási anamnézist. Számítási példákat veszünk, hogy milyen részletek szükségesek a szülőnek a diéta kivitelezéséhez, valamint bemutatom az új online ketogén diéta étrendtervező programot.

A sikeres terápia érdekében a szakszemélyzet felkészültsége, a szülők, valamint a szülők mellett a páciensek edukációja alapvető fontosságú. Sok esetben a dietetikus felkészültségén és talpraesettségén valamit a kooperációin is múlhat egy jól kivitelezett diéta hatásossága.

4-10 éves gyermekek táplálkozás és fizikai aktivitás felmérésének eredményei

Sárga Diána MSc (dietetikus, okleveles táplálkozástudományi szakember)

Bevezetés: A gyermekkorban kialakított táplálkozási szokások nagyban befolyásolják a felnövekvő generáció egészségi állapotát. A gyermekek körében előforduló magas elhízási arány és a felnőttektől átvett helytelen táplálkozási szokások egyértelműen felhívják a figyelmet arra, hogy mind a szokások megismerésében, mind pedig az okató tevékenységek során nagy hangsúlyt kell fektetni erre a korosztályra. A 2014-ben végzett, 4-10 éves budapesti és kecskeméti gyerekekre reprezentatív táplálékbeviteli felmérés, 2021-ben második alkalommal egy országos lefedettségű reprezentatív mintán került megismérlésre.

Minta és módszer: Az országos, 4-10 éves gyermekekre reprezentatív minta kiválasztást követően kérdőív segítségével felmérésre került a gyerekek fizikai aktivitása, valamint a szülői táplálkozási attitűdök. A gyerekek táplálkozási szokásaira vonatkozó adatok gyűjtése

a nemzetközileg ajánlott „háromnapos táplálkozási napló” használatával történt. A gyermekek antropometriai paraméterei közül a testtömeg és testmagasság mérést követően, Cole és mts. módszere szerint, testtömegindex alapján sovány, normál, elhízott és túlsúlyos kategóriák kerültek kialakítására.

A vizsgálatban 725 értékelhető kérdőív és 666 táplálkozási napló került feldolgozásra.

Eredmények: Túlsúly és elhízás aránya 23% a felmért gyerekek körében, amely a lányok esetében 28%, fiúknál 18,2%. Jellemző a túlzott zsírbevitel (34,2 E%), kedvezőtlen az omega zsírsavak arány és magas a koleszterinbevitel. Az ajánlathoz képest lényegesen kevesebb a gyerekek körében a tej-és tejtermék (290 g/nap) fogyasztása, így a kalcium bevitel, valamint a zöldség-gyümölcs fogyasztás (263 g/nap) és a rostbevitel. A nátriumból számított sóbevitel 8,4 g/nap volt, mely 41% az ételkészítés és az asztali sózásból származott. A hozzáadott cukorból származó energia átlagosan 11% volt. Vitaminok közül a szinte a teljes minta vonatkozásában hátérték alatti D-vitaminbevitel volt megfigyelhető.

Következtetés: A kapott eredmények bizonyítják, hogy rendkívül fontos a gyerekek kiegyensúlyozott táplálkozásra nevelése, amelynek fontos része a megfelelő szülői edukáció és példamutatás. Valamint a különféle gyerekek körében végzett oktató tevékenységek, egészségmegőrző programok, korszerű élelmiszeripari termékfejlesztések.

Út a fenntarthatóság és a flexitáriánus táplálkozás irányába: hogyan teszi ezt a Danone?

A változó fogyasztói igények és a fenntartható élelmiszer-ellátás szolgálatában: egy élelmiszeripari vállalat válaszai a XXI. század táplálkozási és környezeti kihívásaira

Szöllősi Réka (élelmiszeripari szakértő)

Nagyon sokat hallunk mind fogyasztóként, mind szakemberként arról, hogy az emberiség előtt az elkövetkező harminc évben álló egyik legnagyobb kihívás az élelmezésünk és az élelmiszer-rendszereink átalakítása lesz. A Föld növekvő lakosságának élelmiszer-ellátását úgy kell biztosítanunk, hogy közben a mezőgazdasági termelésre fordított területek nagyságát nem növelhetjük tovább, alkalmazkodnunk kell az éghajlati körülmények változásához és egyszersmind mindent meg kell tennünk annak érdekében, hogy az ember által okozott környezeti károkat a minimumra csökkentsük. Fogyasztóként (és élelmiszeripari szakemberként is) fel kell ismernünk, hogy mindezekre nekünk is ráhatásunk van, mert számít, hogy milyen élelmiszereket fogyasztunk (és javasolunk fogyasztásra) nem csak a táplálkozás, hanem a környezetünk állapota és az elkövetkező generációk biztonságos élelmiszer-ellátása szempontjából is. Az élelmiszeriparnak pedig szintén alkalmazkodnia kell a megváltozó fogyasztói és környezetvédelmi igényekhez is.

Nagy kihívást jelent mindez a vállalatok számára is, és a változás egyik úttörőjének számít az ágazaton belül a Danone, amely célul tűzte ki, hogy a fogyasztók és a bolygónk egészségére -mint egy összefüggő egésze- tekint, és a hagyományosan ismert friss tejtermékei mellett növényi alapú, alternatív választási lehetőségeket kínáló élelmiszereket is felvesz a palettájára.

A cég kiáll az ún. flexitáriánus táplálkozási elvek népszerűsítése mellett, mert azt vallja, hogy az igazi megoldást nem az hozza el, ha fogyasztók milliárdjaitól szélsőséges megoldásokat várunk el, hanem az, ha sokan úgy döntenek, hogy táplálkozásukat az eddigieknél is változatosabbá teszik azáltal, hogy növelik a növényi alapú élelmiszerek fogyasztását az éltrendjükön belül.

Az előadás emellett ismerteti a növényi alapú élelmiszerek jelenlegi európai és hazai fogyasztási trendjeit és sajátosságait, a jelenleg a hazai piacon megtalálható élelmiszer-csoportokat, innovációkat, valamint kitér a termékek elnevezése körüli vitákra és a dúsítás különös fontosságára is ebben a termékcsoporthoz a tápanyagbevitel szempontjából.

Antioxidáns, fehérje és rosttal dúsított álgabona-alapú növényi italok vizsgálata

Vajdovich Dorottya Krisztina (dietetikus)

Az idősödő korosztály egészségi állapotában tapasztalható hanyatlás megelőzése és az egészséges idősödés szempontjából mind a megfelelő hidratáció, mind a fehérje- és rostbevitel, valamint az étrendi antioxidánsok kiemelt jelentőségűek.

Kutatásunk középpontjában egy saját fejlesztésű, több alkotóelemből (quinoa, rost, fehérje, piros bogyós gyümölcs, zöld tea, gesztenyeméz) álló funkcionális ital áll, mely célzott összetételével a fenti problémák prevencióját szolgálhatja. Ugyanakkor, a komplex ital modellként működhet az egyes komponensek egymásra gyakorolt hatásának tanulmányozásában is. Céljaink között szerepelt ezeknek a hatásoknak (rostok, fehérjék, illetve hőhatás) az ital antioxidáns kapacitására gyakorolt befolyását in vitro emésztési modellen vizsgálni.

33 db különböző összetételű italmintát készítettünk, majd teljes polifenol tartalmukat és antioxidáns kapacitásukat spektrofotometriás módszerekkel állapítottuk meg (összes polifenol tartalom /Folin-Ciocalteu/, rézion redukciós /CUPRAC/ módszer). Az antioxidánsok gasztrointesztinális rendszeren keresztül történő hasznosulását in vitro emésztési modellel határoztuk meg, mely a szájüregtől a vékonybélig tartó szakaszt foglalta magában. Emellett membrán modellen vizsgáltuk a vékonybélből a szérumba diffundáló polifenolok arányát is. Az antioxidáns tulajdonságokat hőkezelést követően is tanulmányoztuk. Az adatok értékeléséhez a leíró statisztikai módszerek mellett összefüggésvizsgálatokat is alkalmaztunk (ANOVA, Pearson-féle korreláció).

Az in vitro emésztésen alapuló mintaelőkészítés megfelelően bizonyult a komplex élelmiszer mátrixban található szabad és kötött antioxidánsok meghatározására egyaránt. Az eredmények alapján feltételezéseink részben igazolhatók: a kísérletben alkalmazott fehérjék, rostok, valamint a hőkezelés hatást gyakorolnak az antioxidáns tulajdonságokra.

Kutatásunk eredményeként sikerült olyan italt kifejleszteni, amelyben az alkalmazott rostok és fehérjék nem csökkentették, inkább megnövelték az antioxidáns kapacitást. A legkedvezőbb kombinációnak a barnarizs fehérjével és inulinnal készült ital bizonyult. Ugyanakkor, hő hatására romlottak az ital antioxidáns tulajdonságai. Az in vitro emésztés eredményeként beigazolódott, hogy a vékonybél modellből biológiailag hozzáférhető polifenolok mennyisége az ital összetételétől függően csökkent, de még így is jelentős volt. Munkánk a célkitűzés szerinti ital kifejlesztésének alapjául szolgálhat.

Az ásványvízfogyasztás előnyei egészséges és klinikai kezelés alatt álló egyének esetén

Prof. MUDr. Zdeněk Zadák CSc

Az ásványvizek vitathatatlanul fontos ásványianyag-forrást jelentenek a lakosság egészséges és beteg tagjai számára egyaránt.

Egyes ásványvizek nélkülözhetetlenek bizonyos betegségek, vagy különleges, gyakran szélsőséges élethelyzetek során az ásványi egyensúly fenntartásához. Az ásványvizek egy része a terhelt, illetve a stabilizált állapotban játszik fontos szerepet. Az egyes ásványi anyagok jelenlétén túl, fontos tényező, hogy az adott ásványi anyag milyen formában van jelen a vízben (szulfát, karbonát stb). Elmondható, hogy a legáltalánosabb a magnézium- és a káliumhiány megjelenése. Emellett a közelmúltban új problémaként felmerült az ivóvíz természetes és szintetikus ösztrogén tartalmának növekedése. Fontos jelenségről van szó, mivel egyre gyakoribb, hogy az ivóvíz a felszíni tározókból származó vízből készül. Hasonlóképpen egyes iparágak, különösen az elektronikai ipar terjeszkedésével fennáll a veszélye annak, hogy néhány nehézfém, valamint a hat vegyértékű króm felhalmozódik a felszíni ivóvíztározókban.

A következő alapvető követelményeket támasztjuk az ásványvíz alkalmasságával szemben az ipari társadalom, illetve bizonyos stresszben érintett vagy kóros állapotú egyének jóllétének biztosítása érdekében:

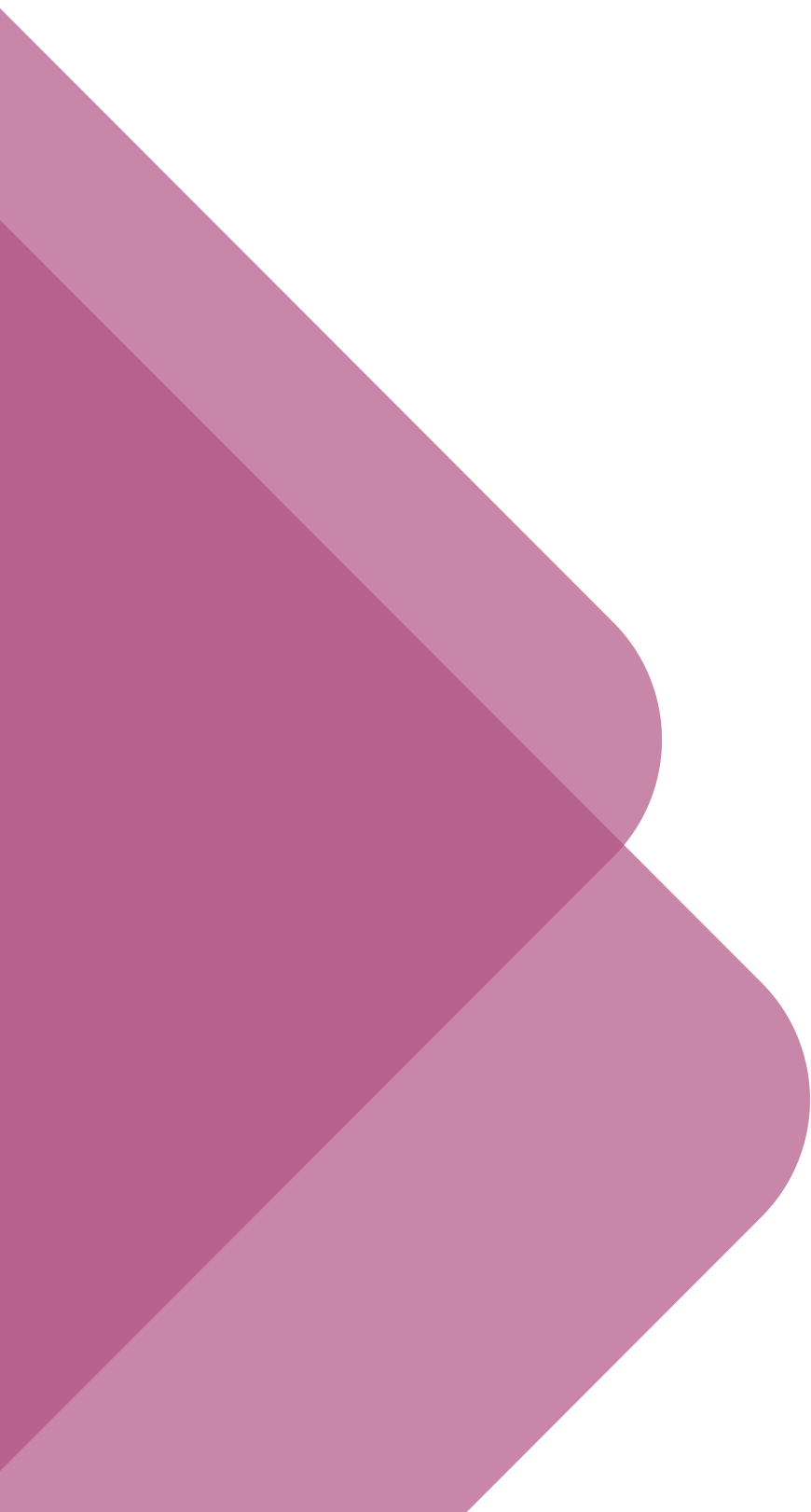
1. A civilizált ipari társadalomban általában jellemző túlzott nátriumbevitel, valamint a lakosság körében gyakran előforduló magas vérnyomás és elhízás miatt alacsony nátriumtartalmú ásványvizeket (Mattoni, Magnesia) ajánlunk. Összetételét tekintve mindkét ásványvíz megfelelő az egészséges egyének számára.
2. Nagyon gyakori probléma a káliumhiány, különösen a szív- és érrendszeri betegségekben szenvedő pácienseknél. A káliumhiány növeli a ritmuszavarok kockázatát, és csökkenti a szívizom inotrópiáját (nem megfelelő étrend, a diuretikumok hatása). Ezekben az esetekben ismét a magasabb káliumtartalmú, és alacsony nátriumtartalmú ásványvizeket részesítjük előnyben.
3. A hipokalaemia nagyon gyakran hipomagnezaemiával párosul. A hipokalaemiás egyén magnéziumhiány során ellenállóvá válik a fokozott bevittel és a káliumpótló terápiával szemben. A nagyon alacsony nátriumtartalom és a magasabb magnéziumtartalom miatt a Magnesia ásványvíz kiválóan alkalmas a szívbeteg, különösen a diuretikumokkal kezelt, hipomagnezmiára és hipokalémiára hajlamos páciensek számára. Egy újabb, fontos megfigyelés szerint a magnézium szerepet játszik a cukorbetegség patogenezisében. A hipomagnezémia rendkívül gyakori jelenség a cukorbetegyeknél, a szövődmények kialakulásának növekedéséhez és felgyorsulásához, valamint a halálozás emelkedéséhez vezet.
4. Fokozottan szükséges ásványvízzel pótolni a magnéziumhiányt, mert a modern ipari társadalom étrendjének megnövekedett zsírtartalma miatt (például a gyorséttermi étkezés következtében) a gyomor-bélrendszerből kevesebb magnézium képes felszívódni.
5. A vegyület kémiai összetétele, amely formában az ásványi elem a vízben található (szulfát, karbonát) és a természetes CO₂-tartalom szintén lényeges szerepet játszik. Cukorbetegyeknél, szív- és érrendszeri betegeknek, magas vérnyomásban szenvedőknél, súlyos májkárosodással küzdő pácienseknél, akiknél duzzanat és hasvízkór jelentkezik, illetve elhízott egyéneknek kerüljük a magas nátriumtartalmú ásványvizeket.

Összegzés:

A modern ipari társadalom tagjai rendkívüli körülményeknek vannak kitéve, amelyek az életmódban és táplálkozásban tapasztalható változásokhoz igazított eltérő folyadékfogyasztási és rehidratálási rutint igényelnek. Továbbá szükséges megbírkózni a

xenobiotikumok (szerves anyagok, nehézfémek) okozta terheléssel is, amelyek az ásványvizekben nem találhatók meg, ám nyomokban, de biológiailag aktív mennyiségben gyakran jelen vannak a felszíni eredetű ivóvízben.

Az ásványvizek biogén elemekben, különösen magnéziumban és káliumban gazdagok, amelyek a legújabb tanulmányok szerint mind az egészséges egyének, mind a betegek folyadékfogyasztási rutinjából hiányoznak. Külön figyelmet kell fordítani a cukorbetegség esetén fellépő magnéziumhiányra. A klinikai vizsgálatok szerint a cukorbetegség magnéziumhiánya bizonyítottan összefügg a diabétesz okozta szövődmények, különösen a szem-, retina-, neurológiai, kardiovaszkuláris és általában a diabéteszes mikroangiopátia nagyobb gyakoriságával és gyorsabb lefolyásával. Az említett gyakori szövődmények jelentősen rontják a betegek életminőségét, ugyanakkor rendkívül nagy gazdasági veszteséget okoznak, ezért hatékony megelőzésük általános jelentőségű.



nahrin

Természetes. Értékes. Egyszerűen jó.



Made in Switzerland

A látvány, a színek, az illatok napi gondok alól felszabadító kavalkádja, a természet lágy, simogató tapintásának érzékelése, az egészségügyi problémák minőségi, élvezhető megoldása egy új világot jelentett számunkra. Lehetőséget adott az új évezred országos egészségőrző programjának megalkotására és állandó fejlesztésére.

5 ÉRV A NAHRIN MELLETT

- Gondosan válogatott természetes alapanyagok, gyógynövények.
- A lehető legtermészetesebb előállítási mód.
- Egyedi, közkedvelt ízek.
- Megtalálható bennük az összes fontos vitamin, rost, ásványi anyag és nyomelem.
- Minimális zsír- és cukor tartalom.

A MINŐSÉG GARANCIÁI

- ISO 9001:2015 (Minőségirányítási rendszer)
- Bio Inspecta bi-31227 for organic products (biotermékek)
- Certification according to GMP standards (jó gyártási gyakorlat)
- Bisnode „AAA” Tanúsítvány (cégmegbízhatóság, legmagasabb minősítés)

AZ EGÉSZSÉGTUDATOS GONDOLKODÁS ÉS TÁPLÁLKOZÁS NÉPSZERŰSÍTÉSE CÉLJÁBÓL ORSZÁGOS KLUBOT MŰKÖDTETÜNK: ÉLET(FA)MÓD KLUB

Javaslataink a jobb életminőség elérésére:

gyümölcs alapú multivitaminok, speciális étrend-kiegészítők, különleges konyhai termékek



Campden BRI Magyarország Nonprofit Kft.

Campden BRI Magyarország Nonprofit Kft. az élelmiszeripar és az ahhoz kapcsolódó ágazatok (beleértve a mezőgazdaságot, kapcsolódó szolgáltatásokat) egyik jelentős, független európai szolgáltatója. Több évtizedes ipari tapasztalatával, nemzetközi kutatás-fejlesztésben szerzett gyakorlatával, innovatív szolgáltatáscsomagjával áll partnerei rendelkezésére, azok egyedi igényeinek figyelembevételével. A Campden BRI Magyarország Nonprofit Kft. a Campden BRI UK, a világ egyik legnagyobb független, tagvállalati rendszerben működő élelmiszeripari kutató-fejlesztő és technológiai szolgáltató szervezetének budapesti leányvállalata.

A GLOPACK Projektben betöltött szerep

A Campden BRI Magyarország a Nonprofit Kft. GLOPACK projektben részt vett az 5 ország bevonásával kivitelezett fogyasztói és fókusz csoportos vizsgálatokban, melyek célja az volt, hogy felmérjük, hogy a fogyasztók hogyan vélekednek a különböző innovatív élelmiszer-csomagolási megoldásokról. Emellett szakértői segítséget nyújtott a minőségmegőrzési vizsgálatok tervének kialakításában. Vállalatunk volt a felelős a GLOPACK Tudásplatform létrehozásáért és működtetéséért, mely a csomagolás-technológia területén érdekelt szakértőknek biztosított egy közös platformot az újdonságok és a projekt eredmények megvitatására. Továbbá a cégünk volt a felelős a projekt eredményeinek széles körű terjesztésért is.

GLOPACK



KÖSZÖNJÜK PARTNEREINK TÁMOGATÁSÁT!



Nestlé®

Jó étellel teljes az élet



Coca-Cola Magyarország