

Interdyscyplinarna Konferencja Naukowa ROGO IV

26 marca 2022 r.



Interdyscyplinarna Konferencja Naukowa

ROGO IV

Redakcja naukowa

mgr inż. Dominika Rozmus
mgr Robert Stryński

WYDANIE II

KSIĘGA ABSTRAKTÓW

Olsztyn, październik 2022

Komitet Naukowy:
dr hab. Anna Cieślińska, prof. UWM
mgr inż. Dominika Rozmus

Projekt okładki:
Tomasz Kapusta

Wydawnictwo
CEKONA

Druk publikacji wykonano na podstawie dostarczonych oryginalnych
tekstów, na odpowiedzialność autorów poszczególnych prezentacji

ISBN: 978-83-964451-5-5

SPIS TREŚCI

AKROMEGALIA

Weronika Lebda	7
----------------------	---

DIETA WEGETARIAŃSKA

Aleksandra Lubera	8
-------------------------	---

STRES ZAWODOWY PERSONELU PIEŁĘGNIARSKIEGO

Dorota Trybusińska, Mariola Mendrycka, Aneta Musiał	9
---	---

WPŁYW WITAMINY C NA SKÓRĘ

Edyta Rótkowska	10
-----------------------	----

CONTACTS BETWEEN LANGUAGES: FROM CULTURAL IMPERIALISM TO LINGUISTIC IMPERIALISM. LINGUISTIC BEHAVIORS AND ATTITUDES. ADAPTATION TO THE ROMANIAN LANGUAGE SYSTEM OF SOME KOREAN STRUCTURES: PLEONASTIC STRUCTURES

Irina-Marinelă Deftu	11
----------------------------	----

SPOSOBY PRZECHOWYWANIA WARZYW TRWAŁYCH

Joanna Browarek	12
-----------------------	----

STOSOWANE ŚRODKI PRZEDŁUŻAJĄCE TRWAŁOŚĆ WARZYW I OWOCÓW

Joanna Browarek	13
-----------------------	----

CHARAKTERYSTYKA ALG I WODOROSTÓW JAKO PRZYKŁAD ALTERNATYWNYCH ŹRÓDEŁ POŻYWIENIA

Joanna Browarek	14
-----------------------	----

COLOSTRUM, CZYLI PRZYKŁAD „CUDOWNEJ”, NOWEJ ŻYWNOŚCI W ŻYWIENIU CZŁOWIEKA

Joanna Browarek	15
-----------------------	----

METALE CIĘŻKIE JAKO CZYNNIKI ANTYODŻYWCZE WYSTĘPUJĄCE W ŻYWNOŚCI I SUROWCACH POCHODZENIA ROŚLINNEGO	
Joanna Browarek	16
WYKORZYSTANIE KWIATÓW JADALNYCH W ŻYWNOŚCI	
Joanna Browarek	17
SPOSOBY PRZECHOWYWANIA WARZEW TRWAŁYCH	
Julia Mikulska, Aleksandra Purkiewicz, Renata Pietrzak-Fiećko	18
WAREHOUSE MANAGEMENT SYSTEM (WMS) - CASE STUDY	
Karol Bierczyński.	19
DIETA W TRĄDZIKU POSPOLITYM	
Karolina Łukasiewicz	20
ETYCZNE STANDARDY URZĘDNIKÓW	
Klaudia Majewska	21
OTYŁOŚĆ WISCERALNA	
Klaudia Majewska	22
MECHANIZMY OBRONNE ORGANIZMU PRZED DROBNOUSTROJAMI	
Mariola Mendrycka, Anna Dziuba, Paulina Markiewicz.	23
ZNACZENIE BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH W MONITOROWANIU STANU ODŻYWIENIA	
Marta Kaczmarczyk, Karolina Łukasiewicz, Paulina Prostko	24

AKROMEHALIA

Weronika Lebda

Kierunek Lekarski, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie
Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej UWM

Akromegalia jest rzadką, przewlekłą chorobą spowodowaną nadmiernym wydzielaniem hormonu wzrostu i wtórnie podwyższonym stężeniem insulinopodobnego czynnika wzrostu-1, w przebiegu której dochodzi do charakterystycznych zmian wyglądu pacjenta, zaburzeń metabolicznych i rozwoju powikłań układowych. Rozpoznanie jest często opóźnione, a nieleczona choroba skraca przewidywaną długość życia o około 10 lat, powodując jednocześnie trzykrotny wzrost śmiertelności, najczęściej na skutek powikłań dotyczących układu krążenia, układu oddechowego i rozwoju nowotworów. Badania diagnostyczne opierają się na oznaczeniu stężenia hormonu wzrostu, insulinopodobnego czynnika wzrostu-1 oraz badaniach obrazowych. Leczeniem z wyboru jest usunięcie gruczolaka przysadki, który w 95% jest przyczyną choroby. Stosuje się także leczenie farmakologiczne analogami somatostatyny.

DIETA WEGETARIAŃSKA

Aleksandra Lubera

Prezentacja dotyczy różnych aspektów diety wegetariańskiej. Stosowanie diet roślinnych jest coraz bardziej popularne w Polsce i na świecie. Istnieje wiele różnych odmian diet roślinnych, zarówno bardzo restrykcyjnych, jak spożywanie jedynie surowych warzyw i owoców, jak i tych mniej restrykcyjnych. Przykładem diety elastycznej jest fleksitarianizm, czyli ograniczenie spożycia mięsa i produktów odzwierzęcych z wyjątkiem różnych okazji. Warto również rozważyć pozytywne jak i negatywne aspekty diety wykluczającej. Istotne jest, aby pamiętać o tym, że taka dieta może być niedoborowa, dlatego tak ważne jest odpowiednie zbilansowanie diety. Jednak badanie EPIC które brało pod uwagę zwyczaje dietetyczne ponad 30 tys. badanych, w tym wegetarian i wegan, wskazuje na większą ilość niedoborów u osób na diecie tradycyjnej. Stosowanie takiej diety również ma korzystny wpływ na nasze zdrowie, przede wszystkim może zmniejszać ryzyko chorób cywilizacyjnych. W dietach roślinnych należy szczególną uwagę poświęcić makroskładnikom, głównie białku, gdyż wykluczając produkty mięsne może się okazać, że spożywamy go za mało. Najlepszym źródłem białka są rośliny strączkowe, przede wszystkim soja. Źle zbilansowana dieta może wiązać się z przykrymi konsekwencjami zdrowotnymi, takimi jak Marasmus i Kwashiorkor, niedobory żelaza czy wapnia. Dieta wegetariańska również nie jest rozwiązaniem na wszystkie problemy, zwłaszcza teraz, gdzie w każdym sklepie możemy znaleźć wiele wysoko przetworzonych produktów wegańskich czy wegetariańskich. Dlatego nie należy kategorizować wszystkich produktów z tym oznaczeniem jako zdrowe.

STRES ZAWODOWY PERSONELU PIELEŃNIARSKIEGO

Dorota Trybusińska, Mariola Mendrycka, Aneta Musiał

Uniwersytet Technologiczno – Humanistyczny im. K. Pułaskiego w Radomiu, Wydział
Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Katedra Pielęgniarstwa

Stres zawodowy stanowi jeden z najpoważniejszych problemów zdrowotnych we współczesnym świecie i wpływa niezwykle wyniszczająco na organizm człowieka. Według danych szacunkowych wynika, że na całym świecie, wśród personelu pielęgniarskiego, występuje on dość powszechnie i sięga od 9,2% do 67%. Osoby, którym to zjawisko towarzyszy w sposób przewlekły, narażone są na powstanie różnorodnych schorzeń, do których zaliczamy między innymi: choroby sercowo – naczyniowe, autoimmunologiczne, skórne, układu moczowo – płciowego, bóle i stany zapalne różnego pochodzenia, a nawet choroby nowotworowe. Charakter pracy wiąże się też ze szczególną specyfiką pracy na oddziałach oraz w placówkach medycznych. Ciągły kontakt z cierpieniem i śmiercią, czasami z pacjentami agresywnymi, wulgarnymi, pod wpływem alkoholu czy innych środków odurzających, to wszystko stanowi ogromne obciążenie dla zdrowia, zarówno fizycznego, jak i psychicznego wśród personelu pielęgniarskiego. Ponadto zwiększające się nieustannie wymagania ze strony przełożonych, przeciążenie pracą, niedobory kadrowe, zmieniające się przepisy i procedury, te wszystkie czynniki wywołują ogromny stres. Sytuacje trudne, przyczyniające się do powstawania stresu w środowisku pracy, wynikają z obowiązku oraz konieczności nadmiernej koncentracji, wzmożonego wysiłku fizycznego oraz skomplikowanych zadań do wykonania. Bardzo ważna jest profilaktyka stresu w miejscu pracy poprzez umiejętne i właściwe zarządzanie zasobami ludzkimi, wdrażanie metod bądź programów poprawiających sprawność fizyczną i psychiczną personelu. Istotne są regularne szkolenia dotyczące zarządzania czasem przez pracodawców, które uczą pracowników efektywnego wykorzystywania i gospodarowania czasem pracy. Edukowanie i zachęcanie pracowników do zdrowego stylu życia jest również jednym z elementów eliminowania czynników niepożądanych spowodowanych stresem. Efektem podjętych wszystkich takich działań jest poprawa wydajności wykonywanej pracy, a przede wszystkim zdrowia fizycznego i psychicznego.

WPŁYW WITAMINY C NA SKÓRĘ

Edyta Rótkowska

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, Szkoła Zdrowia Publicznego
Studenckie Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej

Witamina C (kwas askorbinowy) jest z grupy witamin rozpuszczalnych w wodzie. Jest pozyskiwana przez organizm egzogenicznie, więc należy jej dostarczyć wraz z pożywieniem. Głównym jej źródłem są owoce i warzywa. Jest ona przeciwutleniaczem i niezbędnym kofaktorem metabolizmu karnityny i katecholamin. Wspomaga wchłanianie żelaza z diety. Niedobór witaminy C powoduje kruchość skóry, upośledzenie się gojenia ran itd.

Skóra jest największym narządem organizmu. Pełni wiele funkcji m.in. zapewnia barierę między środowiskiem zewnętrznym i wnętrzem. Pełni ochronę przed zagrożeniami mechanicznymi, chemicznymi, patogenami, promieniowaniem ultrafioletowym, a nawet przed odwodnieniem. Składa się z trzech głównych warstw: naskórka, skóry właściwej, oraz tkanki podskórnej.

Skóra normalna zawiera wysokie stężenia witaminy C, a zawartość w naskórku jest nawet pięciokrotnie wyższa, a w keranocytach naskórka występuje gradient stężenia. Badania wskazują, że nadmierna ekspozycja na stres oksydacyjny poprzez zanieczyszczenia lub promieniowanie UV wiąże się ze zubożonymi poziomami witaminy C w warstwie naskórka.

Miejscowe stosowanie witaminy C ma zastosowanie głównie, wtedy gdy jej poziom w osoczu jest niski. Ważne aby opracować odpowiednią formułę produktu zawierającego kwas askorbinowy, ze względu na jego naturalnie słabą penetrację w głąb skóry.

Najważniejsze korzyści witaminy C to: ochrona przed fotostarzeniem, fotokarcynogenezą oraz promieniowaniem UV, poprzez neutralizowanie stresu oksydacyjnego wynikającego z czynników środowiskowych. Witamina C również przyspiesza gojenie się ran, oraz pełni rolę środka przeciwpigmentacyjnego, poprzez zmniejszanie wydzielania melaniny.

CONTACTS BETWEEN LANGUAGES: FROM CULTURAL IMPERIALISM TO LINGUISTIC IMPERIALISM. LINGUISTIC BEHAVIORS AND ATTITUDES. ADAPTATION TO THE ROMANIAN LANGUAGE SYSTEM OF SOME KOREAN STRUCTURES: PLEONASTIC STRUCTURES

Irina-Marinela Deftu

Alexandru Ioan Cuza University of Iasi (Romania)

Most Korean toponyms, when they are used in Romanian language contexts, can create involuntary pleonastic forms, and this is very difficult to avoid. Expressing the same idea using more words than necessary generates the appearance of an excess of words that build these pleonastic structures. Depending on the context and the intention to use such structures – often indicates a mistake of logic, or that who uses these words in Korean doesn't know the meaning of these words and the rules of construction of toponyms in the language Korean, and as a consequence the one who uses such word combinations does not know that it can cause redundancy when transmitting that information. In the linguistic field, the linguistic phenomenon called pleonasm is described as a mistake of logic. Other linguists believe that pleonasm is often an involuntary act of stylistic expression in terms of deviating from the norms of constructing rational phrases. Some pleonastic structures create overlaps in terms of their content as the same idea is reproduced both by a word in Romanian and by a Korean one, due to the lack of knowledge that the Korean word is attached to the end of the toponym, and the word in Romanian is no longer needed. In this article, I intend to analyze the various pleonastic structures used by Romanian speakers in contexts in which both a Korean word and one in Romanian language are used. My attention will be focused on the Korean toponyms, where a group of sounds is attached at the end, the meaning of which is equivalent to the word in Romanian, also integrated in the same context. Thus, I will highlight the forms in the Korean language doubled by the one in the Romanian language and I will indicate the appropriate form in case of such situations. The recommended variant will consist in preserving the word in Romanian and the elimination of the Korean word from the end of the toponym in order not to generate pleonastic structures. The materials used for this study are several articles that promote tourism in South Korea, and various brochures disseminating information and curiosities about Korea's geographical space (e.g., 한국의 어제와 오늘, Informații despre Coreea, Sejong-si, Korean Culture and Information Service, Ministry of Culture, Sports and Tourism, Galmae-ro, Sejong-si, Government Complex-Sejong, 2015). The conclusions that emerge from my study are that the gradual penetration of Korean words in Romanian is motivated by the process of internationalization of lexemes in European languages. Regarding the Romanian language, the approach of the phenomenon revealed the fact that most words in the Korean language are doubled by a Romanian determinant that equals the meaning of the Korean language. I consider that pleonastic structures are generated following the use of sequences of Korean words together with those from Romanian, as the meaning of the Korean sequence is obscure, unknown by Romanians. I opted to eliminate the Korean words and keep the Romanian words in order to render the meaning of the Korean sequence

SPOSOBY PRZECHOWYWANIA WARZYW TRWAŁYCH

Joanna Browarek

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Nauki o Żywności

Katedra Przetwórstwa Surowców i Chemii Surowców Roślinnych

Przechowywanie produktów rolnych jest ważnym elementem, który pozwala na przedłużenie trwałości i zachowanie cech zdrowotnych i organoleptycznych surowców. Odpowiednie warunki przechowywania warzyw trwałych pozwala na możliwość dłuższego ich wykorzystywania w niezmienionej formie. Ważną czynnością przed przechowywaniem warzyw jest ich schładzanie. Jeżeli chodzi o sposoby wyróżnia się przechowywanie: w przechowalniach tradycyjnych, w przechowalniach adoptowanych, w piwnicach i na strychach, w ziemiankach, zimowanie bezpośrednio na polu, dołowanie warzyw, kopcowanie warzyw, w kopcach technicznych. Celem pracy było przedstawienie sposobów i warunków przechowywania warzyw trwałych

STOSOWANE ŚRODKI PRZEDŁUŻAJĄCE TRWAŁOŚĆ WARZYW I OWOCÓW

Joanna Browarek

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Nauki o Żywności

Katedra Przetwórstwa Surowców i Chemii Surowców Roślinnych

Obecnie dąży się do przedłużania trwałości przechowalniczej owoców i warzyw, tak aby zapobiec zjawisku sezonowości jak również ograniczeniu przetwarzania surowców na półprodukty i produkty na rzecz oryginalnej formy zebranych owoców i warzyw. W tym celu stosuje się środki fizyczne i chemiczne, które mają na celu spowolnienie procesów dojrzewania owoców i warzyw. Najbardziej pożądane są metody, które nie wpływają na cechy jakościowe i zdrowotne jednakże nie są one tak skuteczne jak stosowanie środków chemicznych. Do środków chemicznych zaliczyć można środki grzybobójcze (fungicydy), biopreparaty, ozon i inne gazy szlachetne, 1-metylocyklopropan (1-MPC) jak również woski naturalne i sztuczne oraz hydrazyd maleinowy. W przypadku środków fizycznych głównym środkiem jest przechowywanie w atmosferze kontrolowanej chłodni, schładzanie w lodowatej wodzie oraz przechowywanie próżniowe.

Celem badań była analiza i przedstawienie stosowanych środków chemicznych przedłużających trwałość przechowalniczą warzyw i owoców.

CHARAKTERYSTYKA ALG I WODOROSTÓW JAKO PRZYKŁAD ALTERNATYWNYCH ŹRÓDEŁ POŻYWIENIA

Joanna Browarek

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Nauki o Żywności

Katedra Przetwórstwa Surowców i Chemii Surowców Roślinnych

Algi i wodorosty są pierwszymi formami życia, które zdolne są do fotosyntezy. Algi to grupa plechowatych organizmów zarodnikowych żyjących w środowisku wodnym i niekiedy lądowym. Mogą występować zarówno w słodkich jak i słonych wodach, w chłodnych i ciepłych. Agencja Żywności i Leków (Food Drug Administration – FDA) w 2012 roku potwierdziła, że algi nie stanowią ryzyka dla zdrowia człowieka. Natomiast jeżeli chodzi o wodorosty to rośliny, którym do życia niezbędne jest dostęp światła słonecznego. Dziś znanych jest ok. 40 000 gatunków wodorostów obecnych w wodach słodkich i słonych. Spożycie alg pomaga w redukowaniu efektów napromieniowania osób. używano ich do leczenia przeziębień, kaszlu, zapalenia oskrzeli, otyłości, chorób wenerycznych, dny moczanowej czy powiększonej tarczycy. Składniki przeróżnych maści, kremów i środków znieczulających. Charakteryzują się działaniem antyoksydacyjnym, przeciwzapalnym, antybakteryjnym. Obecnie jada się ponad 100 gatunków wodorostów. Pasjonaci morskiej trawy cenią ją sobie za niski stopień przetworzenia oraz liczne wartości odżywcze i smakowe. Morskie rośliny to swoiste źródło takich witamin jak: A, C, E, K oraz z grupy B. Ponadto dostarczają też wapnia, magnezu, żelaza i jodu. Włączenie ich do diety to dobry sposób na uzupełnienie niedoborów witamin i minerałów. Wykazują silne właściwości oczyszczające z toksyn, pomagają zrzucić zbędne kilogramy, wzmacniają odporność i działają przeciwzapalnie. Uważa się, że pomagają na wiele dolegliwości, jak: anemia, cukrzyca, astma, reumatyzm, a nawet bezpłodność.

COLOSTRUM, CZYLI PRZYKŁAD „CUDOWNEJ”, NOWEJ ŻYWNOŚCI W ŻYWIENIU CZŁOWIEKA

Joanna Browarek

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Nauki o Żywności

Katedra Przetwórstwa Surowców i Chemii Surowców Roślinnych

Colostrum bovinum, czyli inaczej siara bydlęca, jest to płyn wydzielany przez gruczoły mleczne u samic takich ssaków jak min. krowy, owce czy kozy. Zawarte w nim składniki cechuje działanie odżywcze, ale również immunologiczne. Dzięki temu colostrum wspiera odporność i wspomaga ochronę przed infekcjami. W jej składzie znajdziemy między innymi laktozę, laktoferynę, kolostroninę, immunoglobuliny, a także wiele witamin oraz minerałów. Każdy z tych związków charakteryzują wyjątkowe właściwości, które powodują, że substancja ta wspiera pracę całego organizmu. *Colostrum bovinum*, czyli inaczej siara bydlęca, jest to płyn wydzielany przez gruczoły mleczne u samic takich ssaków jak min. krowy, owce czy kozy. Zawarte w nim składniki cechuje działanie odżywcze, ale również immunologiczne. Dzięki temu colostrum wspiera odporność i wspomaga ochronę przed infekcjami. W jej składzie znajdziemy między innymi laktozę, laktoferynę, kolostroninę, immunoglobuliny, a także wiele witamin oraz minerałów. Każdy z tych związków charakteryzują wyjątkowe właściwości, które powodują, że substancja ta wspiera pracę całego organizmu.

Celem pracy było przedstawienie colostrum jako nową żywność i scharakteryzowanie jego wpływu na ludzkie zdrowie.

METALE CIĘŻKIE JAKO CZYNNIKI ANTYODŻYWCZE WYSTĘPUJĄCE W ŻYWNOŚCI I SUROWCACH POCHODZENIA ROŚLINNEGO

Joanna Browarek

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Nauki o Żywności

Katedra Przetwórstwa Surowców i Chemii Surowców Roślinnych

Toksyny to trucizny organiczne wytwarzane przez drobnoustroje, rośliny i zwierzęta. Mogą być pochodzenia naturalnego (występujące w surowcach) jak i być pobierane z powietrza, wody czy też gleby. Spowodowane może to być szeroką działalnością gospodarczą i przemysłową produkującą duże ilości szkodliwych substancji. Metale ciężkie charakteryzują się dużą toksycznością, zaliczane są do podstawowych zanieczyszczeń przemysłowych jak i środowiskowych. Najczęściej metalami ciężkimi powodującymi problemy zdrowotne są metale takie jak kadm, ołów, rtęć i arsen. Drog skażenia surowców roślinnych oraz żywności metalami ciężkimi może być wiele i ciężko jest zapewnić brak takiego skażenia. Niestety nawet śladowe ilości wywoływać mogą choroby niezakaźne, które z kolei charakteryzują się odległymi skutkami działania. Szczególnymi restrykcjami prawnymi objęta jest żywność dla niemowląt – surowce i dodatki do żywności i dodatki pomocnicze muszą spełniać szereg wymagań, tak, aby produkt gotowy charakteryzował się jak najwyższą jakością i brakiem zanieczyszczeń chemicznych, mikrobiologicznych i fizycznych i aby gotowy produkt nie stwarzał ryzyka dla zdrowia najmłodszych konsumentów. Celem badań było przedstawienie charakterystyki głównych toksyn obecnych w żywności (ołów, kadm, rtęć i arsen) oraz ich działanie niekorzystne na organizm ludzki oraz miejsca i surowce, w których mogą to one występować.

WYKORZYSTANIE KWIATÓW JADALNYCH W ŻYWNOŚCI

Joanna Browarek

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Nauki o Żywności

Katedra Przetwórstwa Surowców i Chemii Surowców Roślinnych

Kwiaty, które można bezpiecznie spożywać stanowią zarówno konwencjonalny, jak i funkcjonalny składnik żywności. Kwiaty mogą być też używane jako przyprawa i źródło barwników spożywczych. Kwiaty mogą być spożywane jako główna część posiłku lub jako dodatek. Mogą być spożywane świeże lub suszone, w postaci kandyzowanej, krystalizowanej, marynowanej lub gotowanej. Służą do przyrządzania herbat, syropów, nalewek, win, zup, deserów, sałatek i różnych potraw. To między innymi kwiaty takie jak stokrotka pospolita, koniczyzna czerwona, kwiaty lawendy, nasturcja, kwiaty cukinii. Kwiaty ogórecznika, pigwy jak również storczyka również nadają się do wykorzystania w kuchni. Rośliny z pięknymi kolorowymi płatkami, dodane do codziennego menu, wykazują mnóstwo korzystnych właściwości dla zdrowia, takich jak pomoc w walce z wolnymi rodnikami, dzięki czemu zatrzymują procesy utleniania w organizmie, zwiększenie przyswajalności żelaza z pokarmu, leczenie chorób skórnych, zwiększanie odporności organizmu jak również przyspieszanie gojenie się ran. Intensywniejsza barwa płatków kwiatów jadalnych świadczy o wyższej zawartości substancji tak cennych dla naszego zdrowia. Celem pracy była charakterystyka wybranych kwiatów jadalnych, które stosowane są na co dzień w kuchni i przedstawienie ich wpływu na zdrowie człowieka.

SPOSOBY PRZECHOWYWANIA WARZYW TRWAŁYCH

Julia Mikulska¹, Aleksandra Purkiewicz², Renata Pietrzak-Fiećko²

¹Kosmetologia. Trychologia. Dietetyka mgr Julia Mikulska, ul. Żeglarska 4/U3, 11-500
Giżycko

²Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, Wydział Nauki o Żywności, Katedra
Towaroznawstwa i Badań Żywności

W prezentacji przedstawiono znaczenie mikroflory jelitowej na organizm człowieka. Celem pracy jest przegląd literatury dotyczącej roli mikroflory jelitowej w postawaniu wybranych zaburzeń. Mogą one powodować między innymi grzybicę przewodu pokarmowego, czy pochwy. Na podstawie przeprowadzonej analizy można stwierdzić, że istnieje szereg dolegliwości, jakie może wywołać zachwiana flora bakteryjna. Istnieje potrzeba edukacji w zakresie roli mikroflory jelitowej w powstawaniu chorób m.in. przewodu pokarmowego.

WAREHOUSE MANAGEMENT SYSTEM (WMS) - CASE STUDY

Karol Bierczyński

Wydział Mechaniczny
Politechnika Opolska

W prezentacji przedstawiono istotność systemu WMS, jako części Enterprise Resource Planning (ERP) i ich znaczenie dla idei Przemysłu 4.0. Dokonano analizy działania systemu na wybranym przykładzie, wskazując problemy jakie występują oraz możliwe do zastosowania rozwiązania. Celem badawczym była ocena działania systemu WMS, jego współpracy z nadrzędnym systemem ERP oraz sformułowanie ewentualnych propozycji rozwiązań korygujących. Problemy badawcze sformułowane zostały jako pytania współzależne: Czy zaimplementowany system WMS działa bez zarzutu? Jeżeli nie, czy możliwa jest poprawa tego stanu rzeczy i jakie działania naprawcze należy podjąć?

DIETA W TRĄDZIKU POSPOLITYM

Karolina Łukasiewicz

Szkoła Zdrowia Publicznego, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie
Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej

Trądzik pospolity jest jedną z najczęstszych chorób dermatologicznych. Choruje na nią do 95% osób między 16 a 19 rokiem życia, jednakże coraz częściej obserwowany jest u osób między 40 a 50 r.ż. Przyczyny trądziku związane są ze wzmożoną pracą gruczołów łojowych, zaburzeniami w procesie rogowacenia przewodów wyprowadzających gruczołów łojowych, oraz obecnością stanu zapalnego. To czy trądzik wystąpi u danej osoby, czy nie, jest natomiast zależne od czynników genetycznych oraz środowiskowych. Czynniki hormonalne również odgrywają w tej chorobie dużą rolę, ze względu na ich wpływ na aktywność gruczołów łojowych. Udowodniono, że zaburzenia w układzie dokrewnym mogą przyczyniać się do wystąpienia zmian trądzikowych. Do hormonów, na które zwraca się szczególną uwagę to androgeny, hormon wzrostu czy insulinopodobny czynnik wzrostu. Osoba z trądzikiem bardzo często cierpi społecznie oraz emocjonalnie. Osoby takie często, poczucia własnej wartości a w konsekwencji rozwojem depresji. Nastolatki z trądzikiem często są wykluczani społecznie oraz wyśmiewani lub z własnego wyboru wycofują się ze współżycia społecznego. Dlatego ważne jest, aby dokładnie zbadać i poznać najefektywniejsze sposoby leczenia trądziku, gdzie trądzik nieleczony może utrzymywać się wiele lat czy prowadzić do powstawania blizn. Jednym ze sposobów leczenia jest farmakoterapia oraz pielęgnacja zmian skórnych, które prowadzić będą do zmniejszenia aktywności gruczołów łojowych oraz obecnego stanu zapalnego, jednakże nie są to jedyne metody leczenia. Odpowiedni dobór diety w leczeniu trądziku jest nieoceniony. Jednymi z najczęściej wymienianymi sposobami łagodzenia zmian trądzikowych jest utrzymywanie diety o niskim ładunku/indeksie glikemiczny który, jak wskazują badania, w ciągu 12 tygodni może znacznie zmniejszyć zmiany trądzikowe. Należy również ograniczyć produkty mleczne z wyłączeniem produktów fermentowanych, które mogą zmniejszać nasilenie stanu zapalnego organizmu. Kolejnym aspektem, na który należy zwracać uwagę, jest stosunek kwasów omega-3 do kwasów omega-6. Uważa się, że kwasy omega-6 mają działanie prozapalne i mogą nasilać tym samym zmiany trądzikowe, a omega 3 ma działanie przeciwne. Jako jeden z przyczyn powstawania trądziku oprócz wcześniej wymienionych podaje się namnożenie się bakterii *Propionibacterium acnes* które są m.in. odpowiedzialne za produkcję substancji prozapalnych. Udowodniono, że probiotyki mogą hamować aktywność tej bakterii oraz posiadają działanie immunomodulujące, tym samym przyczyniając się do zmniejszenia stanu zapalnego. Bakteria *Staphylococcus epidermidis* chroni skórę przed nadmiernym rozrostem *P. acnes*, natomiast bakterie rodzaju *Lactobacillus* obecne w niektórych preparatach kosmetycznych mogą zmniejszać mediatory stanu zapalnego wytwarzane przez *P. acnes*.

ETYCZNE STANDARDY URZĘDNIKÓW

Klaudia Majewska

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

W społeczeństwie coraz częściej zwraca się uwagę na działania pracowników urzędów, którzy to podejmując często złożone decyzje winni kierować się przepisami prawnymi oraz działać w interesie publicznym. Uchybienia etyczne pracowników służby cywilnej m.in. takie jak np. niegrzeczne traktowanie petentów, opieszałość w wykonaniu obowiązków oraz nierzetelne przekazywanie informacji często bardzo istotnych dla interesantów, mogą wynikać z braku wiedzy, kultury osobistej urzędników.

Działania patologiczne w administracji skutkują marnowaniem zasobów publicznych oraz nieefektywną pracą. W przypadku wolnej od korupcji i rzetelnej pracy urzędników administracji mamy większe szanse na efektywne działanie instytucji publicznych. Korupcja jest najczęściej kojarzona z patologiami w administracji, pojawia się głównie w momencie, w którym pracownik urzędu jest osobą decyzyjną w rozstrzyganiu spraw urzędowych. Narasta wtedy, gdy prawo jest nieprzejrzyste czy też złe oraz dochodzi do wadliwych rozwiązań w sferze strukturalno-organizacyjnej urzędów. Odpowiedzialność prawna za naruszenie norm etyczno-moralnych w Polsce regulowana jest prawie pracy, cywilnym, karnym, administracyjnym. Kodeks Dobrej Administracji wprowadza pięć zasad, są nimi: niedyskryminowanie, praworządność, współmierność, obiektywność oraz konsekwentne i zgodne z oczekiwaniem działania. Kodeks etyczny urzędników administracji winien być głównym mechanizmem, który służy budowaniu efektywnej, przejrzystej oraz kompetentnej pracy administracji publicznej, która dba o interesy petentów i działa zgodnie z normami prawa.

OTYŁOŚĆ WISCERALNA

Klaudia Majewska

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Prawa i Administracji

Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej UWM w Olsztynie

inż. Katarzyna Złotkowska

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Wydział Nauki o Żywności

Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej UWM w Olsztynie

Otyłość, która jest rozumiana poprzez nadmierny rozwój tkanki tłuszczowej powoduje zwiększenie masy ciała. Liczba osób z otyłością stale wzrasta, a coraz częściej mówi się o panowaniu epidemii otyłości na świecie. Otyłość brzuszna, czyli nadmierne nagromadzenie tkanki tłuszczowej w jamie brzusznej nieproporcjonalne do całkowitej zawartości tłuszczu w organizmie. Otyłość brzuszną można ocenić poprzez wskaźnik WHR, WHtR, wymiar strzałkowy brzuszny, obwód talii oraz bezpośrednie badania otyłości brzusznej. Otyłość brzuszna ma wiele przyczyn występowania, a są to m.in. wiek, płeć, czynniki genetyczne, stres, sposób żywienia i zbyt mała aktywność fizyczna. Otyłość wisceralną można leczyć przede wszystkim poprzez modyfikację stylu życia oraz zmianę diety. Występowanie otyłości brzusznej niesie ze sobą również negatywne skutki, przyczynia się ona do wzrostu poziomu cholesterolu, rozwoju insulinooporności, wzrostu nadciśnienia tętniczego oraz rozwoju nowotworów. Przy leczeniu otyłości brzusznej należy również pamiętać, że warto być pod opieką dietetyka oraz lekarza.

MECHANIZMY OBRONNE ORGANIZMU PRZED DROBNOUSTROJAMI

Mariola Mendrycka¹, Anna Dziuba², Paulina Markiewicz³

¹Uniwersytet Technologiczno – Humanistyczny im. K. Pułaskiego w Radomiu, Wydział
Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Katedra Pielęgniarstwa

²Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Collegium Medicum, Katedra
Medycyny Zabiegowej z Pracownią Genetyki Medycznej

³Uniwersytet Technologiczno – Humanistyczny im. K. Pułaskiego w Radomiu, Wydział
Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Katedra Kosmetologii

Organizm człowieka jest ekspozowany na działanie różnych czynników zewnętrznych, w tym drobnoustrojów, takich jak bakterie i wirusy, mogących powodować zagrożenie dla życia i zdrowia. Drobnoustroje są przyczyną wielu chorób, w tym zakaźnych, przebiegających z różnym nasileniem oraz ciężkością objawów klinicznych. Obrona organizmu przed drobnoustrojami może mieć charakter odpowiedzi nieswoistej (wrodzonej) lub swoistej (nabytej). W odpowiedzi swoistej biorą udział dwa rodzaje limfocytów – T i B, które nieustannie krążą po organizmie w poszukiwaniu zagrożenia. Limfocyty T po opuszczeniu grasicy migrują do obwodowych narządów limfatycznych. Na swojej powierzchni posiadają receptor swoisty dla antygeny – TCR. Pod wpływem stymulacji antygenowej prowadzą do odpowiedzi odpornościowej typu komórkowego. W organizmie ludzkim krążą miliony limfocytów B, z których każdy ma na swojej powierzchni unikatowy receptor zdolny do rozpoznania konkretnej determinanty. Odpowiedź nieswoista jest natychmiastowa i nie ma w niej ukierunkowania na konkretny patogen – są to mechanizmy powtarzalne i każdorazowo takie same. Rozwój odpowiedzi swoistej wymaga natomiast czasu. Pozwala ona jednak na wzbudzenie o wiele bardziej precyzyjnych i skutecznych mechanizmów obronnych oraz na wytworzenie, tzw. pamięci immunologicznej. Oba rodzaje odporności wzajemnie ze sobą oddziałują, a ich współdziałanie pozwala w większości przypadków na skuteczną obronę organizmu. W przypadku gdy komórki zupełnie różnego pochodzenia lub też różne cząsteczki, mają podobne lub takie same determinanty antygenowe, wówczas zachodzi zjawisko odpowiedzi krzyżowej. Może to nieść ze sobą bardzo poważne konsekwencje, w tym szereg chorób autoimmunizacyjnych, gdy przeciwciała swoiste wobec obcego antygeny reagują również na komórki własne organizmu i uszkadzają je. Przykładem takiej choroby jest między innymi gorączka reumatyczna. Najlepszą obroną organizmu jest jednak sprawnie funkcjonujący układ immunologiczny, który wstrzymuje, np. replikację wirusa, dzięki elementom pamięci immunologicznej, chroniąc przed następną infekcją. Znajomość budowy i funkcjonowania układu immunologicznego pozwala na lepsze zrozumienie mechanizmów obronnych przed drobnoustrojami. Powyższe zagadnienie wykorzystywane jest w opracowywaniu szczepionek, jako jednej z metod zaktywowania układu odpornościowego i ograniczenia rozprzestrzeniania się infekcji.

ZNACZENIE BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH W MONITOROWANIU STANU ODŻYWIENIA

Marta Kaczmarczyk, Karolina Łukasiewicz, Paulina Prostko

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Szkoła Zdrowia Publicznego

Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej WNoŻ, UWM w Olsztynie

Stan odżywienia to stan zdrowia wynikający ze zwyczajowego spożycia żywności oraz procesów trawienia wchłaniania oraz wykorzystywania składników odżywczych. Wpływ na te procesy mają czynniki patologiczne, jak na przykład stany chorobowe wpływające na wydajność procesu wchłaniania. Do oceny stanu odżywienia możemy użyć badań antropometrycznych, a na ich podstawie wyliczyć wskaźniki takie jak BMI czy wskaźnik otyłości brzusznej. Kolejnym narzędziem jest wywiad żywieniowy czy formularze dla pacjentów, jednak są one mało obiektywne i zależne od pamięci pacjenta. Najbardziej obiektywnym oraz powtarzalnym sposobem są badania laboratoryjne. W sytuacji pobytu w szpitalu do oceny stanu odżywienia wykorzystywane jest stężenie albuminy, prealbuminy, transferryny, całkowitej liczby limfocytów czy bilans azotowy. Do oceny stanu odżywienia samodzielnie możemy wykorzystać pomiar glukozy na czczo, wykonanie lipidogramu, pomiaru ferrytyny, stężenia witaminy B12 czy 25(OH)D. Najprostszym parametrem oceny funkcji nerek będzie ogólne badanie moczu. Stan odżywienia ma bezpośrednie przełożenie na stan zdrowia oraz w sytuacji choroby, na proces leczenia. Szacuje się, że 3/5 pacjentów onkologicznych umiera z powodu niedożywienia, a nie samego procesu chorobowego.