

Программа курса «Здоровый ЖКТ – основа твоего здоровья»

Название вебинара	Содержание
Модуль 1. С чего начать	
Введение в курс	Для кого этот курс Погружение в ЖКТ. Важность кишечника или "Кишечник-самый могущественный орган, который управляет нами". ЖКТ - это огромная система организма. Цель курса. Из каких частей состоит ЖКТ
Модуль 2. Ротовая полость	
Ротовая полость	Строение ротовой полости. Функции слюны. Проблемы со слюноотделением (гипер/гипосаливация). Функции миндалин. Аденоиды. Язык, как показатель состояния ЖКТ.
Модуль 3. Гормоны и ферменты пищеварения	
Гормоны и ферменты ЖКТ.	Гормоны и ферменты, влияющие на пищеварение. Их функции.
Модуль 4. Желудок	
Пищевод. Ахалазия. ГЭРБ.	Строение пищевода. Спазм нижнего пищеводного отверстия/ Ахалазия. Другие проблемы пищевода. Слабость нижнего пищеводного отверстия. ГЭРБ, диагностика, коррекция. Пищевод Баррета. Кальций, Цинк. Холин, Лецитин, 5-НТР, ГАБА.
Желудок. Профилактика онкообразований.	Желудок Строение желудка Расположение желудка Функция желудка Соляная кислота Роль слизи в защите желудка Профилактика онкообразований. Гастрин – как фактор риска. Последствия гипогликемии. Роль Калия при проблемах ЖКТ. Пептидные биорегуляторы
Желудок. Коррекция гипоацидности.	Программа 4 (5) R (удаление, возмещение, заселение, восстановление)
Кожа и ЖКТ.	Спикер – Алия Тукаева, Врач-косметолог, нутрициолог. Кожа, как индикатор состояния ЖКТ.
Хеликобактер. "Друг" или "Враг"? Принципы и нюансы борьбы с Хеликобактер.	«КТО ТАКОЙ» Helicobacter pylori? Какая связь между аутоиммунными заболеваниями и с Хеликобактер? Когда Хеликобактер становится опасным? Болезнь Крона, аллергические заболевания и Хеликобактер пилори. Как успокоить Helicobacter pylori, если он вышел из-под контроля? Когда ОПАСНО начинать борьбу с Хеликобактером? Рекомендации по эффективной терапии от Хеликобактер пилори.
Кандидоз. Причины	Кандида — «кто» это? Диагностика кандидоза. Тесты для выявления кандидоза. 6 основных причин кандидоза
Как эффективно бороться с кандидой и кандиды.	Как эффективно бороться с кандидой и кандиды. С чего начать Этапы борьбы с кандидой. Опасность для организма во время борьбы с кандидой. Ацетальдегит. Аллоксан. Этап Remove. Биопленки. Антимикробная терапия - второй блок. Чем следует заселить (Reinoculate). Чем можно заживить. Один из

	вариантов схем антикандидной 4 (5) R программы
Антикандидный протокол.	Данный протокол применим ко всем видам грибов.
Гиперацидность. Гистаминовая чувствительность.	Причины повышения кислотности. Коррекция. Что такое гистаминовая чувствительность. Последствия. Как убрать?
Модуль 5. Желчный пузырь	
Введение. Роль желчного пузыря. Билиарный сладж	Роль желчного пузыря. Функция и состав желчи. Роль желчных кислот. «БИЛИАРНЫЙ СЛАДЖ». Причина образований. Что делать?
Желчнокаменная болезнь	Желчнокаменная болезнь. Причины. Профилактика. Недостаток лецитина и желчных кислот, как риск образования камней. Виды желчных камней. Как профилактировать образование камней?
ДЖВП (Дискинезия желчевыводящих путей)	Симптомы гипо- и гипертонической формы ДЖВП. Коррекция.
Холецистит. Воспаление ЖП.	Жалобы. Клиника. Практические рекомендации
Разбираем анализы при патологиях ЖП.	АСТ, АЛТ, Билирубин общий/прямой/непрямой, Коэффициент ДеРитиса, Альбумины, холинэстераза, щелочная фосфатаза
Как обезвреживается токсичный билирубин.	Схемы. Как по анализам понять о застоях желчи. Причина застоя желчи. На что обратить внимание.
Проблемы, связанные с нарушением функции желчного пузыря.	Научитесь, как в повседневные проблемы и жалобы связаны с желчной системой.
Роль гормона Холецистокинина.	Зачем нам нужен этот гормон. При каких обстоятельствах выделяется?
Нутриенты при патологиях желчного пузыря.	Рассмотрим все необходимые нутриенты для хорошей работы желчного пузыря.
Как жить после удаления желчного пузыря	Практические рекомендации для восстановления после удаления желчного пузыря.
Нарушение деконъюгации желчных кислот и коррекция этой проблемы.	Что такое нарушение деконъюгация желчных кислот? Как в норме происходит деконъюгация желчных кислот? Что такое «Демпинг желчи»? Почему важен процесс деконъюгации? Как в домашних условиях определить, есть ли это нарушение? Как предотвратить нарушение деконъюгации желчных кислот? Профилактические меры. Что делать, если уже есть нарушение деконъюгации желчных кислот?
Модуль 6. Поджелудочная железа.	
Почему поджелудочная	Поджелудочная железа. Строение. Функция. Ферменты ПЖЖ. Хронический панкреатит. Причины. Влияние желудка и 12 п.к.

железа выходит из строя?	на здоровье ПЖЖ. Роль хронической интоксикации в проблеме ПЖЖ. Важность желчеоттока для качественной работы ПЖЖ. Кальцинаты в поджелудочной железе. Причины. На какие анализы обратить внимание? Роль паратгормона. Кисты в поджелудочной железе. Диагностика проблем ПЖЖ: Жалобы. Амилаза в крови. Амилаза панкреатическая. Липаза . Диастаза в моче. Панкреатическая Эластаза-1 в кале. УЗИ. Как решить проблемы ПЖЖ?
Модуль 7. Кишечник	
Кишечник. Общие положения. Симптомы и Диагностика СИБРа	Кишечник. Отделы. Строение. Функция. Влияние работы кишечника на поджелудочную железу, желчный пузырь. Проекция органов ЖКТ на область живота. Синдром избыточного бактериального роста(СИБР). Симптомы. Причины. Диагностика СИБР. Органические кислоты в моче при СИБР. Метеоризм. Виды газов. Практические рекомендации. NMDA рецепторы. Их роль. Причина «панических атак» при СИБР. Синдром селезеночного изгиб Синдром печеночного угла. Синдром слепой кишки Разбор хмс по Осипову. Водородно- дыхательный тест. Про ген FUT2.
Восстановление микробиоты кишечника при СИБР на основе 4 (5) R программы.	Что такое 4 (5) R программа. Общие принципы. Почему такой подход? FODMAP диета. Меню на неделю. Когда опасен ребиоз кишечника (восстановление микробиоты) при СИБР? Строгий протокол восстановления мкробиоты кишечника при СИБР. 4 (5) R программа. Подробный разбор программы по этапам.
Что нужно знать о Клостридиях?	Вред Клостридий или почему нужно бороться с ними. Диагностика. Практические рекомендации в борьбе с Клостридиями.
Микробиом и микробиота	Что такое микробиома и микробиота, их роль в нашем организме. Иммунная система кишечника.
СРК-синдром раздраженного кишечника/ СПКП–синдром повышенной кишечной проницаемости. ВЗК– воспалительные заболевания кишечника.	Синдром повышенной кишечной проницаемости (СПКП)/ Синдром раздраженного кишечника(СРК). Причины. Что такое межклеточные контакты. Их значение. Роль кальция в регуляции межклеточных контактов. Диагностика: Кальпротектин кала. Зонулин кала. Эозинофильный протеин. Аутоиммунные заболевания. Почему рост динамики АИЗ? Примеры аутоиммунных заболеваний. Язвенный колит. Диагностика. Болезнь Крона. Диагностика. 1- кальпротектин кала 2- АТ к БКК (бокаловидным клеткам) 3- АТ к GP2 4- АТ к сахаромецетам Коррекция рациона при ВЗК. Важные правила, на которые нужно обратить внимание.
Основы кетодиеты (1, 2 часть)	Вебинар как грамотно начинать кето диету от кето-консультанта Марии Ершовой

Ссылка на курс https://usainova.online/kurs_gkt