

ПРЕДЛОЖЕНО	01.07.2025
Оргјед	Бројност
03	5015

УНИВЕРЗИТЕТ У КРАГУЈЕВЦУ
ФАКУЛТЕТ МЕДИЦИНСКИХ НАУКА

Извешај о урађеном завршном (мастер) раду

Наслов рада	Исхрана и суплементација код синдрома иритабилног колона
Кандидат	Александра Михајловић
Ментор	Проф. др Марија Секулић
Чланови комисије	1.Проф.др Нела Ђоновић, председник 2.Проф. др Марија Секулић, метор и члан 3.Доц. др Далибор Стајић, члан

Циљ истраживања, истраживачка питања или хипотезе и методологија истраживања
(до 2000 карактера)

Циљ истраживања је био да се систематизују и анализирају најновија сазнања и решења из релевантних студија о ефектима одређених хранљивих и заштитних материја на синдром иритабилног колона и могуће терапијске и превентивне улоге исхране и суплементације код таквих пацијената.

Интересовање за исхрану и суплементацију код синдрома иритабилног колона је порасло последњих година. Стога је за клиничку праксу важно детаљно упознавање са потенцијалним нутритијентима који утичу на синдром иритабилног колона, као и ризицима и предностима различитих нутритивних интервенција.

Истраживачка питања у овом мастер раду односила су се на улогу исхране код синдрома иритабилног колона, од ограничења у исхрани, промоције употребе појединих намирница, до дијететских суплемената. Анализирани су утицаји одређених витамина, као и одређених сојева пробиотских култура и дијететских влакана на особе са синдромом иритабилног колона.

Методологија истраживања рада обухватала је прикупљање, обраду, структурирање и представљање најновијих сазнања о улози исхране и суплементације код синдрома иритабилног колона. Рад је заснован на подацима из новије литературе. Анализа одређених питања која се односе на предмет истраживања и синтеза података базира се на изворима са различитим мишљењем на основу чега се формира сопствено и показује како у пракси поступати у циљу купирања тегоба, примене суплемената и одговарајуће исхране, а све са циљем побољшања квалитета живота особа које имају синдром иритабилног колона.

*Остварени резултати истраживања
(највише 1500 карактера)*

Услед тегоба као што су нелагодност и болови у стомаку, надутост и промене у пражњењу црева попут опстипације и дијареје код особа са синдромом иритабилног колона често долази до разних поремећаја на физичком и психичком нивоу који нарушавају здравље и квалитет живота.

Исхрана представља један од кључних фактора у ублажавању синдрома иритабилног колона. Различите дијететске стратегије, као што су FODMAP дијета, mNICE дијета, избегавање тешке и масне хране, као и редовни и мањи оброци, показали су значајно побољшање симптома код пацијената са овим синдромом. Поред адекватне исхране, суплементација заузима важно место у терапији ових пацијената. Примена пробиотика, који могу позитивно утицати на цревну микрофлору и регулисати дигестивне процесе, уља пеперминта, као и суплемената као што су дијететска влакна попут псилијума и витамина D, показала је потенцијал за ублажавање симптома попут бола и надутости.

Овај рад се бавио истраживањем свих наведених аспеката који су важни у контексту управљања синдромом иритабилног колона и пружа интегрисан приступ који укључује исхрану, суплементацију и физичку активност као кључне факторе у лечењу овог често занемареног поремећаја. Посебно је потребно нагласити потребу за индивидуалним приступом у лечењу јер су одговори на дијету код сваког пацијента различити, што захтева прилагођавање исхране према специфичним потребама и симптомима.

Структура урађеног мастер рада

Мастер рад има следеће делове: 1. корице; 2. насловну страну; 3. сажетак; 4. садржај; 5. увод; 6. поглавља; 7. закључак; 8. библиографија;

1. Корице мастер рада ће бити стандардизоване према прилогу 1 Упутства за пријаву, писање и одбрану мастер рада. Носиће испис Факултета, назнаку да је у питању мастер рад, наслов, име и презиме студента, име и презиме ментора, место и годину завршетка мастер академских студија.

2. Насловна страна.

3. Сажетак рада који је представљен на српском и енглеском језику

4. Садржај рада који је формиран према прилогу 2 Упутства за пријаву и представља попис поглавља и подпоглавља са редним бројем страна на којима она започињу.

5. Увод који на јасан и концизан начин описује синдром иритабилног колона и дефинише га. Обрађена је његова етиологија, епидемиологија, патофизиологија, клиничке карактеристике, дијагноза, превенција, као и лечење иритабилног цревног колона

6. Средњи део рада састоји се од поглавља и подпоглавља одговарајућих наслова. Бави се значајем и улогом правилне исхране у лечењу IBS, функционалним дијетама као што су FODMAP дијета и mNICE дијета, оптимизацијом исхране кроз различите групе намирница, суплементацијом и физичком активношћу. Обухвата теоретски део, као и део рада који се заснива на анализи довољног броја релевантних извора података који су прикупљени, обрађени, структурирани и представљени из литературе која се односи на тему улоге исхране и суплементације у контроли синдрома иритабилног колона. Такође садржи део који обухвата коментаре, критике и мишљења о улози исхране и суплементације у контроли синдрома иритабилног колона.

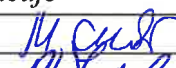
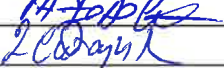
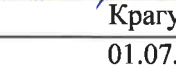
7. Закључак обухвата најважније одговоре на постављена питања и решења постављеног проблема истраживања уз давање препорука које се могу користити у пракси.

8. Библиографија обухвата све изворе и литературу наведене у тексту мастер рада.

Закључак и предлог комисије

На основу свега наведеног, Комисија за оцену и одбрану мастер рада кандидата Александре Михайловић под насловом „Исхрана и суплементација код синдрома иритабилног колона“, сматра да рад испуњава све услове за јавну одбрану и својим потписима по потврђује.

Чланови комисије

Потпис ментора и првог члана комисије	
Потпис другог члана комисије	
Потпис трећег члана комисије	
Место	Крагујевац
Датум	01.07.2025.

ПРИМЛАС		01.07.2025	
Орг. јед.		Потпис	
05	5015/1		

Изјава кандидата

Под пуном моралном, материјалном и кривичном одговорношћу изјављујем да су подаци изнети у Образложењу теме мастер рада под насловом: „Исхрана и суплементација код синдрома иритабилног колона“ моје ауторско дело, да сам без ограничења носилац ауторских права над њима (у складу са Законом о ауторском и сродним правима „Сл. гласник РС“, бр.104/2009, 99/2011, 119/2012, 29/2016-одлука УС) и да њиховим коришћењем не вређам права трећих лица.

У Крагујевцу,

01.07.2025.

Кандидат

Александра Михајловић

A. Mihajlovic

УНИВЕРЗИТЕТ У КРАГУЈЕВЦУ
ФАКУЛТЕТ МЕДИЦИНСКИХ НАУКА

ПРИМЛЕН	01.07.2025		
Име	Фами	Оцене	Бројност
05	5095/2		

Факултет медицинских наука у Крагујевцу

Прегледавши завршни мастер рад кандидата Александре Михајловић под називом
Исхрана и суплементација код синдрома иритабилног колона сматрам да исти може да уђе
у даљу процедуру.

У Крагујевцу,

01.07.2025. године

Ментор

проф.др Марија Секулић

