

ПРИМЉЕНО 15. 09. 2025			
Орг. јед.	Број	Примог	Вредност
05	4881		

СМК 08.28 О-01
Верзија: 01

УНИВЕРЗИТЕТ У КРАГУЈЕВЦУ
ФАКУЛТЕТ МЕДИЦИНСКИХ НАУКА

Извешај о урађеном завршном (мастер) раду

Наслов рада	Исхрана и суплементација код жена у менопаузи оболелих од Хашимото тиреоидитиса
Кандидат	Драгана Дивац
Ментор	Проф. др Далибор Стајић
Чланови комисије	1. Проф. др Нела Ђоновић, председник 2. Проф. др Далибор Стајић, ментор и члан 3. Проф. др Марија Секулић, члан

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

Циљ рада заснива се на приказивању утицаја адекватне исхране и суплементације код жена са дијагностикованим Хашимотом тиреоидитисом у периоду менопаузе. Избалансиран унос макро и микро нутријената, значајно утичу на општи организам и саму функцију штитасте жлезде код жена. Правилна суплементација има важну улогу у надокнади нутријената који су често дефицитарни код жена у менопаузи са дијагностикованим Хашимотом тиреоидитисом. Циљ указује на претходно наведене ставове те дубље анализира и истражује ефекте које адекватна исхрана и суплементација пружа као што су смањење умора и побољшање квалитета живота код жена у менопаузи.

Истраживање је обухватило неколико главних питања. Прво је анализирано који су најчешћи нутритивни дефицити код жена у менопаузи са Хашимотом тиреоидитисом. Посебно је разматрано у којој мери витамин D и селен имају утицај на рад штитасте жлезде и функцију имуног система. Посебно је анализирано колико адекватна исхрана и суплементација могу допринети ублажавању симптома менопаузе.

Истраживање се базира на прегледу релевантне научне литературе, клиничких студија и метаанализа објављених у последњих неколико година о суплементацији витамина D, селена и индивидуалном плану исхране код жена у менопаузи са Хашимотом тиреоидитисом.

*Остварени резултати истраживања
(највише 1500 карактера)*

Резултати истраживања показују да значај број жена у менопаузи са Хашимотом тиреоидитисом има дефицит витамина D, селена и других есенцијалних нутријената, што негативно утиче симптоме и опште здравствено стање. Истраживања такође показују да адекватна исхране и суплементације доприноси ублажавању симптома, побољшању функције штитасте жлезде, стабилизацији хормонских параметара, побољшању сна као и когнитивних способности и укупног квалитета живота.

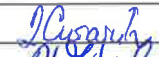
Структура урађеног мастер рада

У уводном делу рада су у кратким цртама приказани општи појмови исхране и суплементације као и појам менопаузе. Дефинисан циљ рада. Затим је представљен преглед исхране у друштву, као и промене у исхрани жена од пубертета до менопаузе, са посебним освртом на различите фазе менопаузе. Прво поглавље се односи на исхрану и суплементацију код жена са фокусом на следеће сегменте: принципе исхране и различити типови исхране, суплементација, специфичност исхране жена у односу на мушкарце, менопауза и промене које се дешавају у организму жене. Друго поглавље се односи на појам Хашимота тиреоидитиса као једне од аутоимуних болести. Улоге исхране и суплементације жена оболелих од Хашимота, утицај Хашимота тиреоидитиса у периоду менопаузе, разлике и специфичност Хашимота код жена и мушкараца. Треће поглавље се односи на преглед и анализу постојећег истраживања, дискусију истраживања. У закључку се истичу најважнија сазнања која показују да адекватна исхрана и суплементација позитивно утичу на функцију штитасте жлезде, смањују умор, побољшавају когнитивне способности и квалитет живота жена у менопаузи са Хашимотом тиреоидитисом. На крају се налази списак релевантне литературе коришћене за израду овог рада.

Закључак и предлог комисије

На основу свега наведеног, Комисија за оцену и одбрану мастер рада кандидата Драгане Дивац под насловом „ Исхрана и суплементација код жена у менопаузи оболелих од Хашимото тиреоидитиса “, 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	
Датум	

ПРИМЉЕНО: 15. 09. 2025			
Ост. рад	Број	Вредност	Вредност
05	7881/1		

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 жена у менопаузи оболелих од Хашимото тиреоидитиса“

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,

Кандидат

ПРИЈЕМАЦИ		15. 09. 2025	
Орг. јед.	Земља	Почини предност	
05	7881/2		

Факултет медицинских наука у Крагујевцу

Прегледавши завршни мастер рад кандидата Драгане Дивац под називом „Исхрана и суплементација код жена у менопаузи оболелих од Хашимото тиреоидитиса“

Сматрам да исти може да уђе у даљу процедуру.

У Крагујевцу,

Ментор

_____, године

проф. др Слободан Јамбош