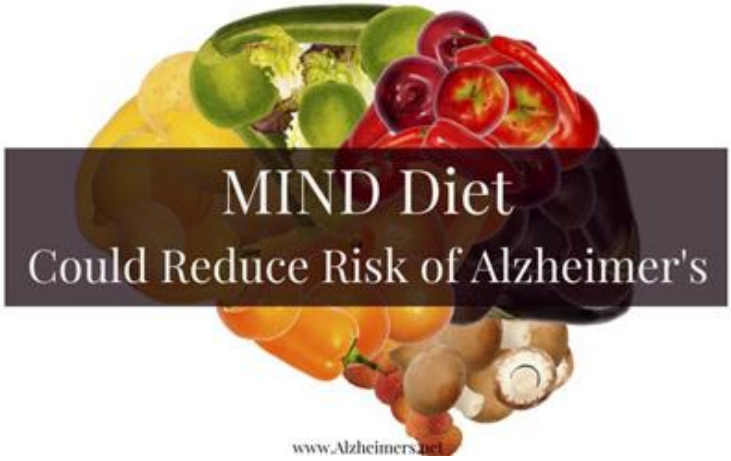
TSNPR
台灣營養精神醫學研究學會
Taiwanese Society for Nutritional Psychiatry Research

E-NEWSLETTER
ISSUE 01
Jan 2017

Omega-3 飲食改善老人失智症

魚油富含 omega-3 多元不飽和脂肪酸，其中 EPA、DHA 除了是細胞膜上重要的組成，它們具有抗發炎與抗氧化作用，並可調節神經傳遞。研究指出 EPA、DHA 會使腦中免疫細胞小膠質細胞(microglia)釋放抗發炎因子 IL-10，進而改善因神經發炎(neuroinflammation) 造成的阿茲海默症。臨床研究中也證實，長期服用 EPA、DHA 能改善失智症患者的症狀。顯示更多



最新消息 News



2017 年跟著 TSNPR 一起腦力「雞」盪

親愛的學會會員，感謝您過去一年對我們的支持與愛護。迎接 2017 金雞年，學會將舉辦一系列的講座與課程，除了持續推動營養精神醫學的新觀念，更要教您吃對營養、提升大腦滿滿的正能量！請您密切關注，因為您的參與是學會成長的最大動力。顯示更多

最新活動 Events



第七屆身心介面國際研討會，2/1 開放線上投稿

身心介面國際研討會將於 11/3-11/4 中國醫藥大學舉辦，探討飲食和營養攝取對於身心平衡的重要性，也將針對一系列相關的主題進行討論，包括營養精神醫學研究的機轉與應用、腸道與大腦的關聯、免疫醫學、代謝疾病及分子醫學等。請敬請期待！更多資訊請持續鎖定研討會網站。

學術新知 Press



研究指出「瑜伽」不但能減壓更能增進幸福感！

作者在本篇文章中研究「瑜伽」減壓效果的分子機制，針對有心理困擾的社區婦女，進行每周 1 小時為期 8 周的瑜珈訓練後，測量血清白介素-6（IL-6），腫瘤壞死因子（TNF）和 C-反應蛋白（CRP）蛋白的表現量，以及這些基因和 LINE-1 的 DNA 甲基化程度。證實「瑜伽」減壓的分子機制與 CRP 蛋白表現量、IL-6、CRP 和 LINE-1 基因的甲基化有中度相關性。顯示更多

若您的收信軟體不支援 html 格式的文件、或是無法正常看到電子報內容，請按此。 若此封信件造成您的不便，請回信至 info@tsnpr.org.tw ，謝謝！

台灣營養精神醫學研究學會 Taiwanese Society for Nutritional Psychiatry Research
地址. 台中市北區育德路 2 號 中國醫藥大學附設醫院 精神醫學部 Add. No.2 Yu-Der Rd., Taichung, 404, Taiwan
Tel. +886-4-2205-2121 ext. 4126 Fax. +886-4-2236-1230 info@tsnpr.org.tw
Copyright © 2015 TSNPR 台灣營養精神醫學研究學會 All rights reserved.