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

E-NEWSLETTER
ISSUE 04
APR 2018

佳評如潮的「營養醫學新時代 吃出好腦力」系列講座，即將於 5 月 5 日在台北再度登場！名額有限，報名要快！

面對精神疾病的治療瓶頸，還有什麼安全又有效的治療選項？從實證醫學出發，解謎複雜病因的身心疾病！透過與現有治療計畫的配合，在日常進行地中海飲食實踐，正確調控營養攝取，360 度樂活大腦，完整調養身與心！更多



學會消息 News



FDA 可以核准「地中海飲食指引」作為憂鬱症的治療嗎？

2017 年起，國際精神醫學研究學會（ISNPR）的 Felice Jacka 理事長及另一個澳洲研究團隊 Natalie Parletta 博士先後發表了以「地中海型飲食」介入（diet intervention）對憂鬱症病患進行隨機分配的臨床試驗，結果顯示「地中海型飲食」對憂鬱症的預防與治療有極為顯著的改善效果！一起從飲食生活型態全面迎擊憂鬱症！更多

學會活動 Events



你(妳)聽過磷蝦油（Krill oil）嗎？這種來自南極海域的小型紅色磷蝦有哪些大功用呢？

磷蝦是一種類似蝦子的海洋無脊椎動物，除了蝦殼富含幾丁質 / 甲殼素（Chitin）及具抗氧化的蝦紅素（Astaxanthin）外，蝦肉也富含 Omega-3。來自挪威 AkerBioMarine™公司研發部門的 Dr. Petter-Arnt Hals 日前訪台並前來拜訪學會，與團隊成員就 Omega-3 磷在中樞神經系統疾病的相關研究發現進行學術交流。更多

學術新知 Press



週產期憂鬱症病患體內多元不飽和脂肪酸與血中發炎標記的關聯

週產期憂鬱症（PND）在孕期婦女相當常見，不僅導致心理社會功能的失調和高自殺率，更甚影響產後對嬰兒的照顧。過去研究顯示 PND 婦女的血中 PUFAs (omega-3 或 n-3 多元不飽和脂肪酸) 濃度不足，這也將憂鬱症的致病機轉指向與體內慢性發炎有關。2018 年身心介面研究中心 (MBI-Lab) 團隊與波蘭研究團隊共同發表了 PND 婦女體內 PUFAs 濃度與發炎指數的研究。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.