

# Interdyscyplinarna Konferencja Naukowa ROGO V

21 maja 2022 r.



## KSIĘGA ABSTRAKTÓW



Interdyscyplinarna Konferencja Naukowa

# ROGO V

KSIĘGA ABSTRAKTÓW

Olsztyn, wrzesień 2022

**Komitet Naukowy:**  
dr hab. Anna Cieślińska, prof. UWM  
mgr inż. Dominika Rozmus

**Projekt okładki:**  
Tomasz Kapusta

**Wydawnictwo**  
CEKONA

Druk publikacji wykonano na podstawie dostarczonych oryginalnych  
tekstów, na odpowiedzialność autorów poszczególnych prezentacji

ISBN: 978-83-964451-0-0

## SPIS TREŚCI

### STYMULACJA POLISENSORYCZNA

Agnieszka Anna Kwaśniewska . . . . . 7

### ROMANIAN-KOREAN LINGUISTIC INTERFERENCES: SOME LINGUISTIC REMARKS REGARDING THE ADAPTATION OF KOREAN WORDS TO THE ROMANIAN LANGUAGE – PLURAL

Irina-Marinela Deftu. . . . . 8

### ZASADNOŚĆ PODZIAŁU NA FORMALNE I MATERIALNE KONCEPCJE PRAWORZĄDNOŚCI NA TLE DOKTRYNY LONA L. FULLERA

Jakub Wiecha . . . . . 9

### „POLSKI ŁAD” A SKŁADKA ZDROWOTNA - PRZEGLĄD NAJWAŻNIEJSZYCH ZMIAN

Patryk Puto . . . . . 10

### DIETA WEGETARIAŃSKA

Aleksandra Lubera . . . . . 11

### STRES ZAWODOWY PERSONELU PIELEŃNIARSKIEGO

Dorota Trybusińska, Mariola Mendrycka, Aneta Musiał. . . . . 12

### WPŁYW WITAMINY C NA SKÓRĘ

Edyta Rótkowska . . . . . 13

### CONTACTS BETWEEN LANGUAGES: FROM CULTURAL IMPERIALISM TO LINGUISTIC IMPERIALISM. LINGUISTIC BEHAVIORS AND ATTITUDES. ADAPTATION TO THE ROMANIAN LANGUAGE SYSTEM OF SOME KOREAN STRUCTURES: PLEONASTIC STRUCTURES

Irina-Marinela Deftu. . . . . 14

### MIKROFLORA JELITOWA I JEJ WYBRANE ZABURZENIA – PRACA PRZEGLĄDOWA

Julia Mikulska, Aleksandra Purkiewicz, Renata Pietrzak-Fiećko . . . . . 15

WAREHOUSE MANAGEMENT SYSTEM (WMS) - CASE STUDY	
Karol Bierczyński . . . . .	16
DIETA W TRĄDZIKU POSPOLITYM	
Karolina Łukasiewicz . . . . .	17
ETYCZNE STANDARDY URZĘDNIKÓW	
Klaudia Majewska . . . . .	18
OTYŁOŚĆ WISCERALNA	
Klaudia Majewska, Katarzyna Złotkowska . . . . .	19
MECHANIZMY OBRONNE ORGANIZMU PRZED DROBNOUSTROJAMI	
Mariola Mendrycka, Anna Dziuba, Paulina Markiewicz . . . . .	20
ZNACZENIE BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH W MONITOROWANIU STANU ODŻYWIENIA	
Marta Kaczmarczyk, Karolina Łukasiewicz, Paulina Prostko . . . . .	21
MIASTENIA – OD PANIKI DO KLINIKI	
Weronika Lebda . . . . .	22

# STYMULACJA POLISENSORYCZNA

Agnieszka Anna Kwaśniewska

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

Poznawanie świata zmysłami, czyli stymulacja polisensoryczna, to tak naprawdę wszystko to, co się wokół nas znajduje – drzewa, papier, folia aluminiowa, worki, farby, ziemia – to wszystko może nam posłużyć do zabawy z dzieckiem. Dokładając do tych rzeczy trochę naszej fantazji, stworzymy dziecku bezpieczny pozbawiony lęku świat. Bawiąc się z dzieckiem, zachęcajmy go do poznawania otoczenia, w takiej formie jaka mu odpowiada – dotykiem, wzrokiem, słuchem a nawet smakiem (większość dzieci bada przedmioty wkładając je do buzi) – dając mu czas na zaakceptowanie zmian i środowiska, w którym przebywa. Badając otoczenie za pośrednictwem tych zmysłów pobudzamy naszą ciekawość, kształtujemy wyobrażenie o najbliższym otoczeniu, poznajemy i doświadczamy rzeczy, o których istnieniu nie zdawaliśmy sobie sprawy.

# ROMANIAN-KOREAN LINGUISTIC INTERFERENCES: SOME LINGUISTIC REMARKS REGARDING THE ADAPTATION OF KOREAN WORDS TO THE ROMANIAN LANGUAGE – PLURAL

Irina-Marinela Deftu

Alexandru Ioan Cuza University of Iasi (Romania)

The linguists have noted the influence of some languages on others, regardless of the nature of that language system. But does language change occur in waves or suddenly, coming from a cultural center of innovation as opposed to one that accepts innovation and is allowed because of the prestige of the culture that generates it, for example? The language community is perceived as a dynamic framework, and changes occur due to social forces. Therefore, the linguistic border is placed not according to the geographical area, but according to the cultural framework in our case. Metamorphoses in the social structure determine certain changes in the structure of language and implicitly in the discourse of speakers as there is a connection between social and linguistic structures. Linguistic mobility takes place at the level of societies and is a special phenomenon due to social, cultural, economic changes, etc., but also within a micro-community, ie the social communities that harmonize these changes. Given the relationship of language with changes in society and its implications, language receives phenomena and attitudes, frequency and circularity, turmoil and serenity in the social sphere, facts that are directly reflected on it. Thus, language is an indicator of social change and a form of social behavior. In this article, I intend to analyze the ways of how the influence of Romanian language manifests on Korean words used by young Romanians by examining a grammatical category that belongs to the field of morphology – the plural for nouns. I will analyse the ways and levels of linguistic interference and I will observe the dynamics of the current Romanian lexicon. My attention will be focused on the grammatical category of number, achievable in both Romanian and Korean. Thus, in this study, I will present some of the most used Korean words by young Romanians and I will describe what the interference consists of, highlighting the plural forms that are formed. The materials used for this study are several sites that promote Korean culture, the K-pop Romania group on the social networking platform Facebook, <https://kpopro.wordpress.com/>, specialized sites regarding the culinary, sports, cultural fields, etc. The conclusions that emerge from my study are that the gradual penetration of Korean words in Romanian is motivated by the process of internationalization of lexemes in European languages. Regarding the Romanian language, the approach of the phenomenon revealed the fact that most words in the Korean language are adapted to the Romanian language. The tendency of Korean words to adapt to the Romanian language system creates barbaric, disharmonious, incorrect contexts even from the point of view of the grammar of the target language: „Există un show de televiziune coreean numit <<Idol Maknae Rebellion>>, lansat în 2009. Acest program se concentrează evident pe maknae și dificultățile acestora în fața unor situații din zilele de astăzi, încurajând totodată și industria divertismentului.”; „a vorbit cu ele, le-a numit unnie”. Thus, in the previous case, the singular form of the Korean word and the structure that follows it in the plural form creates the sensation / impression / effect of a grammatical disagreement, giving the impression of a sufficient ignorance of grammatical norms (both in Romanian and of the Korean language).



# ZASADNOŚĆ PODZIAŁU NA FORMALNE I MATERIALNE KONCEPCJE PRAWORZĄDNOŚCI NA TLE DOKTRYNY LONA L. FULLERA

**Jakub Wiecha**

Uniwersytet Śląski w Katowicach  
Wydział Prawa i Administracji

Celem prezentacji jest rozważenie zasadności podziału na formalne i materialne koncepcje praworządności na tle doktryny amerykańskiego filozofa prawa Lona L. Fullera. Powszechnie przyjęte jest rozróżnienie na formalne koncepcje praworządności, które zawierają postulaty dotyczące formy i procedury związanej z prawem oraz na materialne koncepcje, które oprócz tego postulują realizację i ochronę wybranych wartości. Po ustaleniu fundamentalnych teleologicznych twierdzeń doktryny Lona L. Fullera, twórcy „wewnętrznej moralności prawa”, która jest reprezentacją postulatów formalnych oraz „formalnym prawem natury”, zostają przytoczone jego rozważania na temat materialnych celów prawa. Pokazuje on, że nie zawsze możliwe jest naruszanie powszechnie przyjętych w społeczeństwie wartości bez naruszania postulatów formalnych, co – według tej doktryny – prowadzi do degradacji porządku prawnego. Również sama wewnętrzna moralność prawa może zostać uznana za wartość samą w sobie. Tym samym postulaty formalne mogą implikować wymóg poszanowania wartości danego społeczeństwa.

# **„POLSKI ŁAD” A SKŁADKA ZDROWOTNA - PRZEGLĄD NAJWAŻNIEJSZYCH ZMIAN**

**Patryk Puto**

Politechnika Częstochowska  
Wydział Zarządzania

Celem prezentacji jest przedstawienie i analiza najważniejszych zmian prawnych wprowadzonych przez tzw. „Polski Ład”, czyli ustawę z dnia 29 października 2021 r. o zmianie ustawy o podatku dochodowym od osób fizycznych, ustawy o podatku dochodowym od osób prawnych oraz niektórych innych ustaw (Dz. U. poz. 2105 z późn. zm.) – w zakresie zmian dotyczących sposobu ustalania wymiaru i obowiązku opłacania składki zdrowotnej. Mimo wprowadzenia licznych zmian w tej materii, analiza dotyczy tylko najważniejszych zmian, zmieniających fundamentalnie istotę omawianej daniny publicznej.

Pierwsza część prezentacji skupia się na syntetycznym porównaniu rozwiązań wprowadzonych przez ustawę „Polski Ład” z tymi, które obowiązywały do 31 grudnia 2021 r. Autor porusza w tym miejscu kwestie związane z odliczeniem składki zdrowotnej od podatku, jej wysokości oraz podstawy wymiaru w zależności od formy opodatkowania, a także nowego tytułu do ubezpieczenia zdrowotnego.

W drugiej części przedstawione zostały przykłady kalkulacji wysokości składki zdrowotnej w ujęciach miesięcznym i rocznym w zależności od tego, czy płatnik składki rozlicza podatek dochodowy w formie ryczałtu, liniowej czy skali podatkowej. Przedstawiono również, jak wprowadzone zmiany wpłynęły na efektywny wzrost obciążenia z tytułu samej składki zdrowotnej, jak podatku dochodowego.

Ostatnia część prezentacji przybliży konsekwencje wprowadzonych zmian w zależności od sposobu rejestracji zdarzeń gospodarczych. Przytoczone zostało także obawy Rzecznika Praw Obywatelskich dotyczące niekonstytucyjności uchylecia prawa odliczenia składki zdrowotnej od podatku. Całość rozważań została zakończona syntetycznym podsumowaniem najnowszych zmian, które wejdą w życie od 1 lipca 2022 r.

# DIETA WEGETARIAŃSKA

Aleksandra Lubera

Prezentacja dotyczy różnych aspektów diety wegetariańskiej. Stosowanie diet roślinnych jest coraz bardziej popularne w Polsce i na świecie. Istnieje wiele różnych odmian diet roślinnych, zarówno bardzo restrykcyjnych, jak spożywanie jedynie surowych warzyw i owoców, jak i tych mniej restrykcyjnych. Przykładem diety elastycznej jest fleksitarianizm, czyli ograniczenie spożycia mięsa i produktów odzwierzęcych z wyjątkiem różnych okazji. Warto również rozważyć pozytywne jak i negatywne aspekty diety wykluczającej. Istotne jest, aby pamiętać o tym, że taka dieta może być niedoborowa, dlatego tak ważne jest odpowiednie zbilansowanie diety. Jednak badanie EPIC które brało pod uwagę zwyczajnie dietetyczne ponad 30 tys. badanych, w tym wegetarian i wegan, wskazuje na większą ilość niedoborów u osób na diecie tradycyjnej. Stosowanie takiej diety również ma korzystny wpływ na nasze zdrowie, przede wszystkim może zmniejszać ryzyko chorób cywilizacyjnych. W dietach roślinnych należy szczególną uwagę poświęcić makroskładnikom, głównie białku, gdyż wykluczając produkty mięsne może się okazać, że spożywamy go za mało. Najlepszym źródłem białka są rośliny strączkowe, przede wszystkim soja. Źle zbilansowana dieta może wiązać się z przykrymi konsekwencjami zdrowotnymi, takimi jak Marasmus i Kwashiorkor, niedobory żelaza czy wapnia. Dieta wegetariańska również nie jest rozwiązaniem na wszystkie problemy, zwłaszcza teraz, gdzie w każdym sklepie możemy znaleźć wiele wysoko przetworzonych produktów wegańskich czy wegetariańskich. Dlatego nie należy kategorizować wszystkich produktów z tym oznaczeniem jako zdrowe.

# STRES ZAWODOWY PERSONELU PIELEŃNIARSKIEGO

**Dorota Trybusińska, Mariola Mendrycka, Aneta Musiał**

Uniwersytet Technologiczno – Humanistyczny im. K. Pułaskiego w Radomiu, Wydział  
Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Katedra Pielęgniarstwa

Stres zawodowy stanowi jeden z najpoważniejszych problemów zdrowotnych we współczesnym świecie i wpływa niezwykle wyniszczająco na organizm człowieka. Według danych szacunkowych wynika, że na całym świecie, wśród personelu pielęgniarskiego, występuje on dość powszechnie i sięga od 9,2% do 67%. Osoby, którym to zjawisko towarzyszy w sposób przewlekły, narażone są na powstanie różnorodnych schorzeń, do których zaliczamy między innymi: choroby sercowo – naczyniowe, autoimmunologiczne, skórne, układu moczowo – płciowego, bóle i stany zapalne różnego pochodzenia, a nawet choroby nowotworowe. Charakter pracy wiąże się też ze szczególną specyfiką pracy na oddziałach oraz w placówkach medycznych. Ciągły kontakt z cierpieniem i śmiercią, czasami z pacjentami agresywnymi, wulgarnymi, pod wpływem alkoholu czy innych środków odurzających, to wszystko stanowi ogromne obciążenie dla zdrowia, zarówno fizycznego, jak i psychicznego wśród personelu pielęgniarskiego. Ponadto zwiększające się nieustannie wymagania ze strony przełożonych, przeciążenie pracą, niedobory kadrowe, zmieniające się przepisy i procedury, te wszystkie czynniki wywołują ogromny stres. Sytuacje trudne, przyczyniające się do powstawania stresu w środowisku pracy, wynikają z obowiązku oraz konieczności nadmiernej koncentracji, wzmożonego wysiłku fizycznego oraz skomplikowanych zadań do wykonania. Bardzo ważna jest profilaktyka stresu w miejscu pracy poprzez umiejętne i właściwe zarządzanie zasobami ludzkimi, wdrażanie metod bądź programów poprawiających sprawność fizyczną i psychiczną personelu. Istotne są regularne szkolenia dotyczące zarządzania czasem przez pracodawców, które uczą pracowników efektywnego wykorzystywania i gospodarowania czasem pracy. Edukowanie i zachęcanie pracowników do zdrowego stylu życia jest również jednym z elementów eliminowania czynników niepożądanych spowodowanych stresem. Efektem podjętych wszystkich takich działań jest poprawa wydajności wykonywanej pracy, a przede wszystkim zdrowia fizycznego i psychicznego.

# WPLYW WITAMINY C NA SKÓRĘ

Edyta Rótkowska

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, Szkoła Zdrowia Publicznego  
Studenckie Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywnościowej

Witamina C (kwas askorbinowy) jest z grupy witamin rozpuszczalnych w wodzie. Jest pozyskiwana przez organizm egzogenicznie, więc należy jej dostarczyć wraz z pożywieniem. Głównym jej źródłem są owoce i warzywa. Jest ona przeciwutleniaczem i niezbędnym kofaktorem metabolizmu karnityny i katecholamin. Wspomaga wchłanianie żelaza z diety. Niedobór witaminy C powoduje kruchość skóry, upośledzenie się gojenia ran itd.

Skóra jest największym narządem organizmu. Pełni wiele funkcji m.in. zapewnia barierę między środowiskiem zewnętrznym i wnętrzem. Pełni ochronę przed zagrożeniami mechanicznymi, chemicznymi, patogenami, promieniowaniem ultrafioletowym, a nawet przed odwodnieniem. Składa się z trzech głównych warstw: naskórka, skóry właściwej, oraz tkanki podskórnej.

Skóra normalna zawiera wysokie stężenia witaminy C, a zawartość w naskórku jest nawet pięciokrotnie wyższa, a w keranocytach naskórka występuje gradient stężenia. Badania wskazują, że nadmierna ekspozycja na stres oksydacyjny poprzez zanieczyszczenia lub promieniowanie UV wiąże się ze zubożonymi poziomami witaminy C w warstwie naskórka.

Miejscowe stosowanie witaminy C ma zastosowanie głównie, wtedy gdy jej poziom w osoczu jest niski. Ważne aby opracować odpowiednią formułę produktu zawierającego kwas askorbinowy, ze względu na jego naturalnie słabą penetrację w głąb skóry.

Najważniejsze korzyści witaminy C to: ochrona przed fotostarzeniem, fotokarcynogenezą oraz promieniowaniem UV, poprzez neutralizowanie stresu oksydacyjnego wynikającego z czynników środowiskowych. Witamina C również przyspiesza gojenie się ran, oraz pełni rolę środka przeciwpigmentacyjnego, poprzez zmniejszanie wydzielania melaniny.

# CONTACTS BETWEEN LANGUAGES: FROM CULTURAL IMPERIALISM TO LINGUISTIC IMPERIALISM. LINGUISTIC BEHAVIORS AND ATTITUDES. ADAPTATION TO THE ROMANIAN LANGUAGE SYSTEM OF SOME KOREAN STRUCTURES: PLEONASTIC STRUCTURES

Irina-Marinela Deftu

Alexandru Ioan Cuza University of Iasi (Romania)

Most Korean toponyms, when they are used in Romanian language contexts, can create involuntary pleonastic forms, and this is very difficult to avoid. Expressing the same idea using more words than necessary generates the appearance of an excess of words that build these pleonastic structures. Depending on the context and the intention to use such structures - often indicates a mistake of logic, or that who uses these words in Korean doesn't know the meaning of these words and the rules of construction of toponyms in the language Korean, and as a consequence the one who uses such word combinations does not know that it can cause redundancy when transmitting that information. In the linguistic field, the linguistic phenomenon called pleonasm is described as a mistake of logic. Other linguists believe that pleonasm is often an involuntary act of stylistic expression in terms of deviating from the norms of constructing rational phrases. Some pleonastic structures create overlaps in terms of their content as the same idea is reproduced both by a word in Romanian and by a Korean one, due to the lack of knowledge that the Korean word is attached to the end of the toponym, and the word in Romanian is no longer needed. In this article, I intend to analyze the various pleonastic structures used by Romanian speakers in contexts in which both a Korean word and one in Romanian language are used. My attention will be focused on the Korean toponyms, where a group of sounds is attached at the end, the meaning of which is equivalent to the word in Romanian, also integrated in the same context. Thus, I will highlight the forms in the Korean language doubled by the one in the Romanian language and I will indicate the appropriate form in case of such situations. The recommended variant will consist in preserving the word in Romanian and the elimination of the Korean word from the end of the toponym in order not to generate pleonastic structures. The materials used for this study are several articles that promote tourism in South Korea, and various brochures disseminating information and curiosities about Korea's geographical space (e.g., 한국의 어제와 오늘, Informații despre Coreea, Sejong-si, Korean Culture and Information Service, Ministry of Culture, Sports and Tourism, Galmae-ro, Sejong-si, Government Complex-Sejong, 2015). The conclusions that emerge from my study are that the gradual penetration of Korean words in Romanian is motivated by the process of internationalization of lexemes in European languages. Regarding the Romanian language, the approach of the phenomenon revealed the fact that most words in the Korean language are doubled by a Romanian determinant that equals the meaning of the Korean language. I consider that pleonastic structures are generated following the use of sequences of Korean words together with those from Romanian, as the meaning of the Korean sequence is obscure, unknown by Romanians. I opted to eliminate the Korean words and keep the Romanian words in order to render the meaning of the Korean sequence in the description of Korean toponyms and to make the information accessible to the readers. Following the analysis, I highlighted the Korean language forms doubled by the Romanian language and I indicated the appropriate form in case of such situations, where the meaning of Korean groups are not known by Romanian speakers. Following the analysis undertaken, we ask ourselves if we should be concerned that due to the fact that the meaning of the Korean words is unknown, these words are used together with Romanian words, which determine pleonastic forms due to semantic repetitiveness of some tautologies. The question is whether these syllables are used correctly and balanced in relation to those in Romanian. If it is decided to use Korean words to render certain information, then these words should be used responsibly in terms of semantic coherence. Foreign words are considered necessary in terms of reference only if the target language (Romanian, in our case) does not have words that are equivalent to the meaning of the Korean word. We could approach this phenomenon depending on the pragmatic-functional and linguistic utility of the respective Korean syllables. Since the Romanian language has the necessary words to semantically equate the content of the Korean sound blocks, we consider the Korean sequences to be useless and the alternation of the two options in the same context is inappropriate.

## MIKROFLORA JELITOWA I JEJ WYBRANE ZABURZENIA – PRACA PRZEGLĄDOWA

<sup>1</sup>Julia Mikulska, <sup>2</sup>Aleksandra Purkiewicz, <sup>2</sup>Renata Pietrzak-Fiećko

<sup>1</sup>Kosmetologia. Trychologia. Dietetyka mgr Julia Mikulska, ul. Żeglarska 4/U3, 11-500  
Giżycko

<sup>2</sup>Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, Wydział Nauki o Żywności, Katedra  
Towaroznawstwa i Badań Żywności

W prezentacji przedstawiono znaczenie mikroflory jelitowej na organizm człowieka. Celem pracy jest przegląd literatury dotyczącej roli mikroflory jelitowej w postawaniu wybranych zaburzeń. Mogą one powodować między innymi grzybicę przewodu pokarmowego, czy pochwy. Na podstawie przeprowadzonej analizy można stwierdzić, że istnieje szereg dolegliwości, jakie może wywołać zachwiana flora bakteryjna. Istnieje potrzeba edukacji w zakresie roli mikroflory jelitowej w powstawaniu chorób m.in. przewodu pokarmowego.

# WAREHOUSE MANAGEMENT SYSTEM (WMS) - CASE STUDY

**Karol Bierczyński**

Politechnika Opolska, Szkoła doktorska Politechniki Opolskiej

W prezentacji przedstawiono istotność systemu WMS, jako części Enterprise Resource Planning (ERP) i ich znaczenie dla idei Przemysłu 4.0. Dokonano analizy działania systemu na wybranym przykładzie, wskazując problemy jakie występują oraz możliwe do zastosowania rozwiązania. Celem badawczym była ocena działania systemu WMS, jego współpracy z nadrzędnym systemem ERP oraz sformułowanie ewentualnych propozycji rozwiązań korygujących. Problemy badawcze sformułowane zostały jako pytania współzależne: Czy zaimplementowany system WMS działa bez zarzutu? Jeżeli nie, czy możliwa jest poprawa tego stanu rzeczy i jakie działania naprawcze należy podjąć?



# DIETA W TRĄDZIKU POSPOLITYM

Karolina Łukasiewicz

Szkoła Zdrowia Publicznego, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie  
Kóło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej

Trądzik pospolity jest jedną z najczęstszych chorób dermatologicznych. Choruje na nią do 95% osób między 16 a 19 rokiem życia, jednakże coraz częściej obserwowany jest u osób między 40 a 50 r.ż. Przyczyny trądziku związane są ze wzmożoną pracą gruczołów łojowych, zaburzeniami w procesie rogowacenia przewodów wyprowadzających gruczołów łojowych, oraz obecnością stanu zapalnego. To czy trądzik wystąpi u danej osoby, czy nie, jest natomiast zależne od czynników genetycznych oraz środowiskowych. Czynniki hormonalne również odgrywają w tej chorobie dużą rolę, ze względu na ich wpływ na aktywność gruczołów łojowych. Udowodniono, że zaburzenia w układzie dokrewnym mogą przyczyniać się do wystąpienia zmian trądzikowych. Do hormonów, na które zwraca się szczególną uwagę to androgeny, hormon wzrostu czy insulinopodobny czynnik wzrostu. Osoba z trądzikiem bardzo często cierpi społecznie oraz emocjonalnie. Osoby takie często, poczucia własnej wartości a w konsekwencji rozwojem depresji. Nastolatkarze z trądzikiem często są wykluczani społecznie oraz wyśmiewani lub z własnego wyboru wycofują się ze współżycia społecznego. Dlatego ważne jest, aby dokładnie zbadać i poznać najefektywniejsze sposoby leczenia trądziku, gdzie trądzik nieleczony może utrzymywać się wiele lat czy prowadzić do powstawania blizn. Jednym ze sposobów leczenia jest farmakoterapia oraz pielęgnacja zmian skórnych, które prowadzić będą do zmniejszenia aktywności gruczołów łojowych oraz obecnego stanu zapalnego, jednakże nie są to jedyne metody leczenia. Odpowiedni dobór diety w leczeniu trądziku jest nieoceniony. Jednymi z najczęściej wymienianymi sposobami łagodzenia zmian trądzikowych jest utrzymywanie diety o niskim ładunku/indeksie glikemiczny który, jak wskazują badania, w ciągu 12 tygodni może znacznie zmniejszyć zmiany trądzikowe. Należy również ograniczyć produkty mleczne z wyłączeniem produktów fermentowanych, które mogą zmniejszać nasilenie stanu zapalnego organizmu. Kolejnym aspektem, na który należy zwracać uwagę, jest stosunek kwasów omega-3 do kwasów omega-6. Uważa się, że kwasy omega-6 mają działanie prozapalne i mogą nasilać tym samym zmiany trądzikowe, a omega 3 ma działanie przeciwne. Jako jeden z przyczyn powstawania trądziku oprócz wcześniej wymienionych podaje się namnożenie się bakterii *Propionibacterium acnes* które są m.in. odpowiedzialne za produkcję substancji prozapalnych. Udowodniono, że probiotyki mogą hamować aktywność tej bakterii oraz posiadają działanie immunomodulujące, tym samym przyczyniając się do zmniejszenia stanu zapalnego. Bakteria *Staphylococcus epidermidis* chroni skórę przed nadmiernym rozrostem *P. acnes*, natomiast bakterie rodzaju *Lactobacillus* obecne w niektórych preparatach kosmetycznych mogą zmniejszać mediatory stanu zapalnego wytwarzane przez *P. acnes*.

# ETYCZNE STANDARDY URZĘDNIKÓW

**Klaudia Majewska**

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

W społeczeństwie coraz częściej zwraca się uwagę na działania pracowników urzędów, którzy to podejmując często złożone decyzje winni kierować się przepisami prawnymi oraz działać w interesie publicznym. Uchybienia etyczne pracowników służby cywilnej m.in. takie jak np. niegrzeczne traktowanie petentów, opieszałość w wykonaniu obowiązków oraz nierzetelne przekazywanie informacji często bardzo istotnych dla interesantów, mogą wynikać z braku wiedzy, kultury osobistej urzędników.

Działania patologiczne w administracji skutkują marnowaniem zasobów publicznych oraz nieefektywną pracą. W przypadku wolnej od korupcji i rzetelnej pracy urzędników administracji mamy większe szanse na efektywne działanie instytucji publicznych. Korupcja jest najczęściej kojarzona z patologiami w administracji, pojawia się głównie w momencie, w którym pracownik urzędu jest osobą decyzyjną w rozstrzyganiu spraw urzędowych. Narasta wtedy, gdy prawo jest nieprzejrzyste czy też złe oraz dochodzi do wadliwych rozwiązań w sferze strukturalno-organizacyjnej urzędów. Odpowiedzialność prawna za naruszenie norm etyczno-moralnych w Polsce regulowana jest prawie pracy, cywilnym, karnym, administracyjnym. Kodeks Dobrej Administracji wprowadza pięć zasad, są nimi: niedyskryminowanie, praworządność, współmierność, obiektywność oraz konsekwentne i zgodne z oczekiwaniem działania. Kodeks etyczny urzędników administracji winien być głównym mechanizmem, który służy budowaniu efektywnej, przejrzystej oraz kompetentnej pracy administracji publicznej, która dba o interesy petentów i działa zgodnie z normami prawa.

## OTYŁOŚĆ WISCERALNA

<sup>1</sup>Klaudia Majewska, <sup>2</sup>Katarzyna Złotkowska

<sup>1</sup>Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie  
Wydział Prawa i Administracji

Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej UWM w Olsztynie

<sup>2</sup>Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie  
Wydział Nauki o Żywności

Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej UWM w Olsztynie

Otyłość, która jest rozumiana poprzez nadmierny rozwój tkanki tłuszczowej powoduje zwiększenie masy ciała. Liczba osób z otyłością stale wzrasta, a coraz częściej mówi się o panowaniu epidemii otyłości na świecie. Otyłość brzuszna, czyli nadmierne nagromadzenie tkanki tłuszczowej w jamie brzusznej nieproporcjonalne do całkowitej zawartości tłuszczu w organizmie. Otyłość brzuszną można ocenić poprzez wskaźnik WHR, WHtR, wymiar strzałkowy brzuszny, obwód talii oraz bezpośrednio badania otyłości brzusznej. Otyłość brzuszna ma wiele przyczyn występowania, a są to m.in. wiek, płeć, czynniki genetyczne, stres, sposób żywienia i zbyt mała aktywność fizyczna. Otyłość wisceralną można leczyć przede wszystkim poprzez modyfikację stylu życia oraz zmianę diety. Występowanie otyłości brzusznej niesie ze sobą również negatywne skutki, przyczynia się ona do wzrostu poziomu cholesterolu, rozwoju insulinooporności, wzrostu nadciśnienia tętniczego oraz rozwoju nowotworów. Przy leczeniu otyłości brzusznej należy również pamiętać, że warto być pod opieką dietetyka oraz lekarza.

# MECHANIZMY OBRONNE ORGANIZMU PRZED DROBNOUSTROJAMI

<sup>1</sup>Mariola Mendrycka, <sup>2</sup>Anna Dziuba, <sup>3</sup>Paulina Markiewicz

<sup>1</sup>Uniwersytet Technologiczno – Humanistyczny im. K. Pułaskiego w Radomiu, Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Katedra Pielęgniarstwa

<sup>2</sup>Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Collegium Medicum, Katedra Medycyny Zabiegowej z Pracownią Genetyki Medycznej

<sup>3</sup>Uniwersytet Technologiczno – Humanistyczny im. K. Pułaskiego w Radomiu, Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Katedra Kosmetologii

Organizm człowieka jest ekspozycyjny na działanie różnych czynników zewnętrznych, w tym drobnoustrojów, takich jak bakterie i wirusy, mogących powodować zagrożenie dla życia i zdrowia. Drobnoustroje są przyczyną wielu chorób, w tym zakaźnych, przebiegających z różnym nasileniem oraz ciężkością objawów klinicznych. Obrona organizmu przed drobnoustrojami może mieć charakter odpowiedzi nieswoistej (wrodzonej) lub swoistej (nabytej). W odpowiedzi swoistej biorą udział dwa rodzaje limfocytów – T i B, które nieustannie krążą po organizmie w poszukiwaniu zagrożenia. Limfocyty T po opuszczeniu grasicy migrują do obwodowych narządów limfatycznych. Na swojej powierzchni posiadają receptor swoisty dla antygeny – TCR. Pod wpływem stymulacji antygenowej prowadzą do odpowiedzi odpornościowej typu komórkowego. W organizmie ludzkim krążą miliony limfocytów B, z których każdy ma na swojej powierzchni unikatowy receptor zdolny do rozpoznania konkretnej determinanty. Odpowiedź nieswoista jest natychmiastowa i nie ma w niej ukierunkowania na konkretny patogen – są to mechanizmy powtarzalne i każdorazowo takie same. Rozwój odpowiedzi swoistej wymaga natomiast czasu. Pozwala ona jednak na wzbudzenie o wiele bardziej precyzyjnych i skutecznych mechanizmów obronnych oraz na wytworzenie, tzw. pamięci immunologicznej. Oba rodzaje odporności wzajemnie ze sobą oddziałują, a ich współdziałanie pozwala w większości przypadków na skuteczną obronę organizmu. W przypadku gdy komórki zupełnie różnego pochodzenia lub też różne cząsteczki, mają podobne lub takie same determinanty antygenowe, wówczas zachodzi zjawisko odpowiedzi krzyżowej. Może to nieść ze sobą bardzo poważne konsekwencje, w tym szereg chorób autoimmunizacyjnych, gdy przeciwciała swoiste wobec obcego antygeny reagują również na komórki własne organizmu i uszkadzają je. Przykładem takiej choroby jest między innymi gorączka reumatyczna. Najlepszą obroną organizmu jest jednak sprawnie funkcjonujący układ immunologiczny, który wstrzymuje, np. replikację wirusa, dzięki elementom pamięci immunologicznej, chroniąc przed następną infekcją. Znajomość budowy i funkcjonowania układu immunologicznego pozwala na lepsze zrozumienie mechanizmów obronnych przed drobnoustrojami. Powyższe zagadnienie wykorzystywane jest w opracowywaniu szczepionek, jako jednej z metod zaktywowania układu odpornościowego i ograniczenia rozprzestrzeniania się infekcji.

# ZNACZENIE BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH W MONITOROWANIU STANU ODŻYWIENIA

**Marta Kaczmarczyk, Karolina Łukasiewicz, Paulina Prostko**

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Szkoła Zdrowia Publicznego

Koło Naukowe Żywnienia i Profilaktyki Żywieniowej WNoŻ, UWM w Olsztynie

Stan odżywienia to stan zdrowia wynikający ze zwyczajowego spożycia żywności oraz procesów trawienia wchłaniania oraz wykorzystywania składników odżywczych. Wpływ na te procesy mają czynniki patologiczne, jak na przykład stany chorobowe wpływające na wydajność procesu wchłaniania. Do oceny stanu odżywienia możemy użyć badań antropometrycznych, a na ich podstawie wyliczyć wskaźniki takie jak BMI czy wskaźnik otyłości brzusznej. Kolejnym narzędziem jest wywiad żywieniowy czy formularze dla pacjentów, jednak są one mało obiektywne i zależne od pamięci pacjenta. Najbardziej obiektywnym oraz powtarzalnym sposobem są badania laboratoryjne. W sytuacji pobytu w szpitalu do oceny stanu odżywienia wykorzystywane jest stężenie albuminy, prealbuminy, transferyny, całkowitej liczby limfocytów czy bilans azotowy. Do oceny stanu odżywienia samodzielnie możemy wykorzystać pomiar glukozy na czczo, wykonanie lipidogramu, pomiaru ferrytyny, stężenia witaminy B12 czy 25(OH)D. Najprostszym parametrem oceny funkcji nerek będzie ogólne badanie moczu. Stan odżywienia ma bezpośrednie przełożenie na stan zdrowia oraz w sytuacji choroby, na proces leczenia. Szacuje się, że 3/5 pacjentów onkologicznych umiera z powodu niedożywienia, a nie samego procesu chorobowego.

# MIASTENIA – OD PANIKI DO KLINIKI

Weronika Lebda

Kierunek Lekarski, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie  
Koło Naukowe Żywienia i Profilaktyki Żywieniowej UWM

Miastenia jest chorobą autoimmunologiczną złącza nerwowo-mięśniowego, charakteryzującą się zaburzeniami transmisji nerwowo-mięśniowej objawiającymi się nużliwością mięśniową. Częstość choroby wynosi około 50–200 na milion osób z dwoma szczytami zachorowań. Patomechanizm opiera się na powstawaniu przeciwciał skierowanych przeciwko receptorom dla acetylocholinyl skutkując osłabieniem siły mięśniowej. Niebezpiecznym stanem jest przełom miasteniczny prowadzący do niewydolności oddechowej. Kluczowe znaczenie ma szybkie rozpoznanie tego schorzenia. Opracowano nowe metody leczenia co znacząco poprawiło jakość życia chorych i zmniejszyło śmiertelność. Stosuje się głównie farmakoterapie opartą o inhibitory acetylocholinoesterazy oraz leki immunosupresyjne.