

Минимальный набор к занятию избыточный вес

Гормоны:

1. Проинсулин
2. Инсулин
3. Глюкагон
4. Соматостатин
5. Гормон роста
6. АКТГ
7. Кортизол
8. Альдостерон
9. Эстрадиол
10. Ароматаза
11. Тестостерон
12. Дийодтиронин
13. Монойодтиронин
14. ТТГ
15. Тироксин
16. Трийодтиронин
17. Т3 реверсивный
18. Серотонин
19. Дофамин

Обмен мочевой кислоты и фруктозы

20. Пурины
21. Ксантиноксидаза
22. Мочевая кислота
23. Фруктоза
24. АМФ дезаминаза
25. АМФ зависимая киназа
26. Фруктозо-1-фосфат
27. Аденозинмонофосфат
28. АТФ
29. Кетогексокиназа
30. Кукурузный сироп

Жирные кислоты и холестерин

31. Омега 6
32. Омега 3
33. Трансжир
34. Триглицерид
35. Окисленный ЛПНП
36. Холестерин ЛПНП
37. Холестерин ЛПВП
- Виды жира и ген ожирения
38. Ген FTO Ген ожирения
39. Висцеральный жир
40. Подкожный (белый) жир

41. Бурый жир

42. Липаза

Адипокины

43. Лептин

44. ФНО альфа

45. Ангиотензин

46. Оментин

47. Обестатин

48. Остеокальцин

49. Резистин

50. Нейропептид Y

51. Грелин

52. Плазминоген активирующий фактор

53. Иризин

54. Адипонектин

Токсины

55. Кандида/грибки

56. Нематоды

57. Трематоды

58. Цестоды

59. Токсические углеводороды

60. Токсические металлы

61. Нутриенты

62.

63. Электромагнитная нагрузка

64. Радиактивная нагрузка

65. Свинец

66. Кадмий

67. Ртуть

68. Полихлорированные бифенилы

69. Диоксин

70. Бисфенол А

71. Органохлорины

Указатели воспаления

72. С-реактивный белок

73. Th 1

74. Th2

75. Липополисахарид

76. Зонулин

77. Глютен

78. Казеин 1 типа

79. Лактоза

80. FODMAPS

Нутриенты

81. Альфалиповая кислота

82. Зеленый чай (EGCG)

83. Чеснок

84. Корица

85. Пиперин
86. Брокколи
87. Витамин А
88. Свекловичный порошок
89. Яблочный уксус
90. Витамин Е
91. Имбирь
92. Куркума
93. Кверцетин
94. Лютеолин
95. Кора морской осины
96. Витамин D3 / K2
97. Масло Сача Инчи
98. Омега 3
99. Докозогексаеновая кислота
100. Магний
101. Цинк
102. Хром
103. Ванадий
104. Йод
105. Марганец
106. Зеленые кофейные бобы
107. Инулин
108. Ацетил-Л-карнитин
109. В комплекс
110. Урсоловая кислота
111. Капсаицин
112. Цинк
113. Витамин С
114. Омега 3
115. Кокосовое масло
116. Льняное масло
117. Конъюгированная линолевая кислота
118. Лецитин из подсолнечника
119. Пальмитоолеиновая кислота
120. Железо
121. Масло орегано
122. Н-ацетилцистеин
123. 5 -гидрокситриптофан
124. L - теанин
125. САМ
126. Зостерин
127. Активированный уголь
128. Фолиемая кислота
129. Метилфолат
130. Кабаламин
131. Метилкабаламин