

**Prof. dr hab. Hanna Karakuła-Juchnowicz**

**I Klinika Psychiatrii, Psychoterapii i Wczesnej Interwencji**

**Uniwersytet Medyczny w Lublinie**

**INSULINOOPORNOŚĆ: CICHY SABOTAŻYSTA LECZENIA PSYCHIATRYCZNEGO**

Wykład koncentruje się na roli insulinooporności jako istotnego, często niedocenianego czynnika wpływającego na skuteczność leczenia psychiatrycznego. Zaburzenia metaboliczne, w tym insulinooporność, otyłość i cukrzyca typu 2, często współwystępują z chorobami psychicznymi oraz mogą być nasilane przez stosowaną psychofarmakoterapię. Zjawisko to wpisuje się w rozwijającą się koncepcję „psychiatrii metabolicznej”, która integruje podejście biologiczne, styl życia i interwencje farmakologiczne w celu poprawy wyników leczenia.

Mózg, mimo że stanowi około 2% masy ciała, zużywa aż 20% energii, co czyni go szczególnie wrażliwym na zaburzenia gospodarki glukozy. Insulinooporność prowadzi do zaburzeń sygnalizacji insulinowej, neurozapalenia, stresu oksydacyjnego oraz dysfunkcji mitochondrialnych, co może przekładać się na pogorszenie funkcjonowania poznawczego i nasilenie objawów psychicznych. Szczególną uwagę zwraca się na immunometaboliczny podtyp depresji oraz zjawisko „centralnego niedoboru energii”.

W praktyce klinicznej kluczowe znaczenie ma identyfikacja insulinooporności, m.in. z wykorzystaniem wskaźnika HOMA-IR, oraz wdrażanie odpowiednich interwencji terapeutycznych. Najlepiej udokumentowane strategie obejmują modyfikację stylu życia (redukcję masy ciała, dietę, aktywność fizyczną), farmakoterapię (np. metformina, agoniści GLP-1) oraz interwencje wspomagające.

Istotnym elementem jest także rola mikrobioty jelitowej. Dysbioza, zwiększona przepuszczalność bariery jelitowej i przewlekły stan zapalny sprzyjają rozwojowi insulinooporności. Probiotyki, szczególnie wieloszczepowe preparaty zawierające bakterie z rodzaju *Lactobacillus* i *Bifidobacterium*, wykazują umiarkowany, lecz istotny wpływ na poprawę parametrów metabolicznych i mogą stanowić element terapii wspomagającej.

Uwzględnienie aspektów metabolicznych w diagnostyce i leczeniu zaburzeń psychicznych otwiera nowe możliwości terapeutyczne i stanowi ważny krok w kierunku psychiatrii spersonalizowanej.