

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkozenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Wiśnie pomagają na dnę moczanową



Osoby, które jedzą wiśnie są mniej narażone na ataki dny moczanowej,

popularnie nazywanej podagrą - informuje pismo "Arthritis & Rheumatism".

Dna moczanowa to rodzaj zapalenia stawów spowodowany zbyt wysokim poziomem mocznika we krwi. Jego kryształki odkładają się pod skórą i w okolicach stawów - zwłaszcza stóp - powodując bardzo bolesne ataki i obrzęk. Może także dochodzić do uszkodzenia kłębuszków nerkowych i kamicy nerkowej. Wystąpieniu choroby sprzyjają niezdrowy tryb życia - nadwaga, nadmiar alkoholu, za duże spożycie mięsa - oraz stosowanie niektórych leków. Dotyka mniej więcej jedną osobę na sto, przy czym mężczyźni cierpią na nią 2 do 3 razy częściej.

Jak wykazał zespół doktora Yuqinga Zhanga z Boston University, pacjenci z dną moczanową, którzy dwa dni wcześniej spożywali wiśnie byli o 35 proc. mniej narażeni na bolesne ataki dny niż ci, którzy wiśni nie jedli. W badaniach wzięło udział 633 pacjentów chorych na dnę, przede wszystkim mężczyzn - średnia ich wieku wynosiła 54 lata. Losy badanych śledzono online przez rok, odnotowując między innymi szczegóły dotyczące diety i zgłaszanych objawów. Ogółem w ciągu całego okresu badań odnotowano 1247 ataków dny. Wiśnie lub wyciąg z nich spożywało około 42 proc. badanych.

Korzystne działanie wiśni obserwowano tylko wówczas, gdy były one spożywane w postaci nie więcej niż trzech porcji (porcja to 10 do 12 owoców) w ciągu dwóch dni. Wyższe dawki nie miały mocniejszego działania. Jedzący wiśnie mieli ataki dny o 37 proc. częściej niż ci, którzy w ogóle nie spożywali tych owoców.

Jeśli pacjenci jedli wiśnie lub wyciąg z wiśni i przyjmowali typowy lek przeciwko dnie - allopurinol - wówczas ryzyko ataków było o 75 proc. mniejsze niż w przypadku, gdy nie robili żadnej z tych rzeczy.

Zdaniem specjalistów wyjaśnieniem może być fakt, że wiśnie zawierają antocyjany - przeciwutleniacze o właściwościach przeciwzapalnych. Podobne właściwości mają leki przeciwzapalne, na przykład ibuprofen.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/15054.html>



27-03-2025

Jak otworzyć laboratorium?

Laboratorium może być dobrym pomysłem na biznes.



26-03-2025

[Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo](#)

Dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nas.



26-03-2025

[W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki](#)

Trójwymiarowy druk może stać się z czasem jednym z filarów produkcji.



26-03-2025

[Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w...](#)

W aż puli 66 mln zł.



26-03-2025

Błonica - choroba groźna także dla dorosłych

Po 40. roku życia choroba staje się równie groźna.



26-03-2025

87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny

W 2024 roku z hejtem zetknęło się 45 proc. internautów.



26-03-2025

Nowe materiały do budowy okrętów wojskowych

Naukowcy z Politechniki Wrocławskiej pracują nad nimi.



26-03-2025

Mandimycyna - nowy potencjalny środek przeciwgrzybiczy

Zabija grzyby odporne na wiele leków.

Informacje dnia: [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

Partnerzy