

### [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](#) [Szkolenia](#) [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](#)

## Witamina C chroni przed osteoporozą



Amerykańscy naukowcy udowodnili, że podawanie myszom witaminy C

## **zapobiega utracie przez nie gęstości kości. Wyniki badania opublikowano w internetowym wydaniu czasopisma "PLOS ONE".**

Badacze z Mount Sinai School of Medicine (USA) przeprowadzili eksperyment, który wykazał, że witamina C może zapobiegać osteoporozie u myszy. Dzieje się tak za sprawą wpływu witaminy C na aktywność osteoblastów (komórek kościotwórczych), przyczynianie się do dojrzewania niedojrzałych komórek kostnych i zapewnianie odpowiedniej mineralizacji.

"Świat medyczny wiedział już od jakiegoś czasu, że małe ilości witaminy C mogą powodować szkorbut i kruchość kości, a przyjmowanie witaminy C w obfitych dawkach wiąże się z większą gęstością kości u ludzi - mówi Mone Zaidi, profesor medycyny i główny autor badania. - To, co pokazuje nasze badanie to fakt, że duże dawki witaminy C, przyjmowane doustnie przez myszy, aktywnie stymulują formowanie się kości i tym sposobem chronią szkielet".

Naukowcy testowali działanie witaminy C na myszach, którym wcześniej usunęli jajniki, gdyż taki zabieg przyczynia się utraty gęstości kości. Na grupie kontrolnej przeprowadzono fałszywe operacje, które pozostawiły jajniki zwierząt w nietkniętym stanie.

Myszy pozbawione jajników podzielono na dwie grupy. Jednej z nich przez osiem tygodni podawano duże ilości witaminy C, a drugiej nie. U wszystkich gryzoni kontrolowano mineralną gęstość kości w odcinku lędźwiowym kręgosłupa, kości udowej i piszczelowej.

Zwierzęta, którym usunięto jajniki i nie podawano witaminy C miały znacznie mniejszą gęstość kości niż grupa kontrolna. Z kolei myszy bez jajników, ale przyjmujące duże dawki witaminy C nie różniły się pod względem gęstości kości od grupy kontrolnej, co oznaczało, iż witamina C zapobiegała pogorszeniu się stanu kości.

Osteoporoza to przypadłość, która dotyka wiele kobiet i mężczyzn w podeszłym wieku. Powoduje kruchość i łamliwość kości. Być może nowe odkrycie, co do właściwości witaminy C, pozwoli niebawem również na wykorzystanie jej jako środka prewencyjnego u ludzi.

"Dalsze badania mogą pokazać, że suplementy diety pomagają w zapobieganiu osteoporozie u ludzi. Jeśli rzeczywiście tak jest, wyniki badań byłyby użyteczne dla rozwijających się krajów, w których osteoporoza występuje powszechnie, a podstawowe leki są trudno dostępne i drogie" - komentuje dr Zaidi.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/15411.html>



07-11-2024

# **PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego**

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

## **Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy**

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

## **Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością**

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

## **Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej**

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

## **Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci**

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

## **Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci**

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

## **Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia**

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

## [Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

**Informacje dnia:** [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

**Partnerzy**