

[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://laboratoria.net/aktualnosci/15411.html>



19-01-2022

[PCI Days - Pharma Cosmetic Industry Days](#)

Już 22-23 czerwca 2022 w Expo XXI w Warszawie odbędzie się kolejna edycja targów.



18-01-2022

[W razie kryzysu psychicznego trzeba sięgać po pomoc](#)

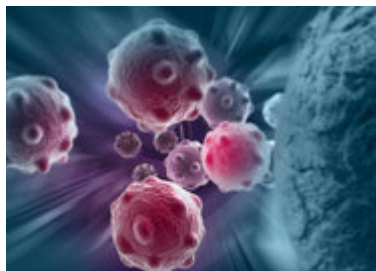
Osoba w kryzysie samobójczym może liczyć na pomoc.



18-01-2022

[Pamięć immunologiczna jest słabsza po ciężkim COVID-19](#)

Oznacza to, że ich odporność jest nieco niższa.



18-01-2022

Omikron "wgra" odporność długoterminową

To nas uodporni na kolejne warianty.



18-01-2022

Kontakt z naturą pomaga zaakceptować swój wygląd

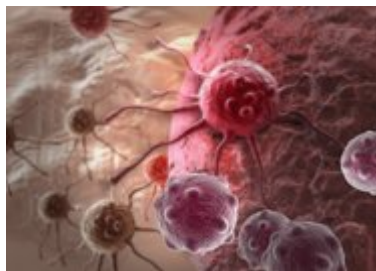
Sprawia, że mamy więcej akceptacji dla tego, jak wygląda nasze ciało.



18-01-2022

Poziom hormonów tarczycy a problemy behawioralne u synów

Czytamy o tym w piśmie „Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism”.



18-01-2022

[Wirus Epsteina-Barr może być główną przyczyną stwardnienia rozsianego](#)

Tak informuje „Science“.



18-01-2022

[Zamknięcie szkół polepszyło sen nastolatków](#)

Przekonują naukowcy z Uniwersytetu w Zurychu na łamach „JAMA Network Open“.

Informacje dnia: [PCI Days - Pharma Cosmetic Industry Days](#) [W razie kryzysu psychicznego trzeba sięgać po pomoc](#) [Pamięć immunologiczna jest słabsza po ciężkim COVID-19 Omikron "wgra"](#) [odporność długoterminową](#) [Kontakt z naturą pomaga zaakceptować swój wygląd](#) [Poziom hormonów tarczycy a problemy behawioralne u synów](#) [PCI Days - Pharma Cosmetic Industry Days](#) [W razie kryzysu psychicznego trzeba sięgać po pomoc](#) [Pamięć immunologiczna jest słabsza po ciężkim COVID-19 Omikron "wgra"](#) [odporność długoterminową](#) [Kontakt z naturą pomaga zaakceptować swój wygląd](#) [Poziom hormonów tarczycy a problemy behawioralne u synów](#)

Partnerzy