

### [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](#)

## Stres, może zniszczyć neurony!



Stres niszczy neurony ludzkiego mózgu, zwłaszcza te zgromadzone

**w częściach odpowiedzialnych za emocje i pamięć. To jedna z przyczyn powstawania depresji, która może być następstwem długotrwałego stresu - ostrzega uczestnicząca w badaniach Uniwersytetu w Utrechcie Sylwia Koricka.**

To, w jaki sposób różne części ludzkiego mózgu reagują i radzą sobie ze stresem - wraz z uczonymi reprezentującymi różne dziedziny nauki - sprawdza magistrantka Sylwia Koricka. Swoje badania prowadzi na holenderskim Uniwersytecie w Utrechcie.

Koricka bada przede wszystkim, jak podczas sytuacji stresowych zachowuje się hipokamp, czyli część mózgu odpowiedzialna m.in. za proces uczenia się oraz regulację nastroju. Właśnie z tego powodu może być ona tak ważna przy powstawaniu depresji.

"Patrzemy też na ciało migdałowate, które jest centrum emocji. Badamy również przednią część mózgu, odpowiedzialną za planowanie i decyzje. Bierzymy pod uwagę różne aspekty stresu w wielu miejscach mózgu" - powiedziała PAP Sylwia Koricka.

Jak wyjaśniła, uczeni zaobserwowali, że podczas sytuacji stresujących gorzej zapamiętujemy obiekty "zwykcyjne", a pamięć obiektów wzbudzających emocje utrzymuje się na wysokim poziomie. "Na przykład bardzo dobrze zapamiętywane są wtedy krwawe sceny" - powiedziała.

Uczeni sprawdzili takie zachowanie ludzkiego mózgu stawiając badanych w jednej z najbardziej stresujących dla człowieka sytuacji: konieczności wystąpienia publicznego. "Zapraszaliśmy ochotników do badania, ale nie mówiliśmy im, że będą musieli się zaprezentować. W badaniu musieli opowiedzieć o sobie nieznanym osobom" - opisała młoda uczona.

Jak wyjaśniła, badani są wtedy bardzo zestresowani, zwłaszcza, że publiczność nie daje im żadnych oznak akceptacji. "Sprawdzamy wtedy ciśnienie, poziom kortyzolu (tzw. hormonu stresu - przyp. PAP) i potem dajemy do rozwiązania różne testy na pamięć emocjonalną i pamięć obiektów"- opisała młoda uczona.

Naukowcy badają także efekty stresu u samic i samców szczurów. Zaobserwowali, że niektóre jego rodzaje negatywnie wpływają na samice, a na samców pozytywnie lub nie wpływają wcale.

"Budujemy przezroczyste klatki i do jednej wkładamy szczura, a do drugiej węża lub kota. Klatki mają też kilka dziurek tak, by zwierzę mogło wyczuć, co jest w drugiej klatce" - wyjaśniła Sylwia Koricka. Uczeni zaobserwowali, że w efekcie tego stresu hipokamp u samic zmniejsza się co - jak sądzą - jest przyczyną częstszego występowania depresji u kobiet.

"Na pewno taki rodzaj uszkodzenia powoduje stres chroniczny, np. stresująca praca. Innym stresorem (bodźcem wywołującym stres - przyp. PAP) tego typu jest traumatyczne przeżycie" - dodała rozmówczyni PAP. Zapowiedziała, że badania powinny się zakończyć jeszcze w 2012 roku.

Koricka przyznała, że choć zamierzała studiować japonistykę na Uniwersytecie Warszawskim, to wszystko zmieniło się, kiedy podczas pobytu w Holandii znalazła informację o Uniwersytecie w Utrechcie.

"Stwierdziłam, że będę tam studiować. Wzięłam kilka kursów z kryminologii i psychologii to mnie doprowadziło do neurologii i już w tym zostałam" - wyjaśniła.

Wyniki swoich badań Sylwia Koricka zaprezentowała podczas konferencji "Science. Polish Perspectives", która między 19 a 21 października odbyła się na Uniwersytecie Oksfordzkim. Jednym

z patronów medialnych spotkania był serwis Nauka w Polsce – Polskiej Agencji Prasowej.

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

<http://laboratoria.net/aktualnosci/15501.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](#) [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**