

[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](#)

Popularne specyfikiki wcale nie zapobiegają ubytkom poznawczym

Nie znaleziono dowodów na to, że leki, zioła, witaminy i suplementy diety zmniejszają ryzyko pogorszenia funkcji poznawczych u osób w podeszłym wieku - zawiadania "Canadian Medical Association Journal".



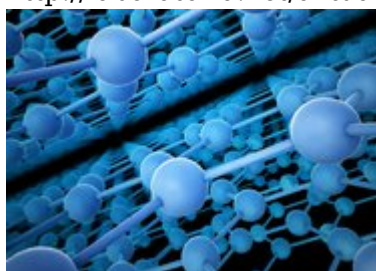
Kanadyjscy naukowcy z University of Toronto i St. Michael's Hospital przeanalizowali wyniki dotychczasowych badań nad skutecznością różnych metod zapobiegania ubytkom poznawczym u starszych osób i stwierdzili, że przyjmowanie specyfików począwszy od leków, a skończywszy na suplementach diety nie gwarantuje zachowania sprawności umysłowej.

Cudów nie zdołała ani kuracja farmakologiczna przy użyciu inhibitorów cholinesterazy, wpływająca na efektywność acetylocholiny - neuromediatora uczestniczącego w procesach pamięci, myślenia i dokonywania ocen, ani stosowanie ziół takich, jak miłorząb, ani przyjmowanie witaminy B6, czy spożywanie nienasyconych kwasów tłuszczowych.

Niewielkie korzyści przynoszą też ćwiczenia fizyczne.

Jedynym sposobem, który wydaje się dawać pozytywne efekty w zakresie utrzymania funkcji mózgu na wysokim poziomie, jest systematyczny trening umysłowy. Ćwiczenie funkcji poznawczych rzeczywiście pozwala dłużej cieszyć się dobrą kondycją mózgu.

Źródło: <http://www.naukawpolsce.pap.pl>
<http://laboratoria.net/aktualnosci/17553.html>



28-05-2024

Drżące nanorurki

Właściwości zależą m.in. od tego, w jaki sposób struktury te wibrują.



28-05-2024

Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu

Informuje "Nature".



28-05-2024

ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA

W roku 2022 dzieci z diagnozą ADHD było o milion więcej niż w roku 2016.



28-05-2024

Testy na obecność HPV

Co osiem lat równie skuteczne, co regularna cytologia.



28-05-2024

Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów

GMO

Przeznaczonych do walki z malarią.



28-05-2024

Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku

Niektóre gatunki owadów są w stanie zjadać plastik.



28-05-2024

Terapia daremna przedłuża cierpienie, przedłuża agonię

Terapia daremna nie jest w stanie pomóc pacjentowi.



28-05-2024

Widzimy eskalację zaburzeń związanych ze stresem

Szeroko rozumianych lękowo-depresyjnych.

Informacje dnia: [Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#)

Partnerzy