

### [Akceptuję](#)

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](#)

## Sen to okazja do remontu mózgu



**Podczas snu w mózgu powstają nowe komórki wytwarzające "materiał izolacyjny", mielinę - informuje „Journal of Neuroscience”.**

Mielina to biała, tłuszczowa substancja, która tworzy osłonkę włókien nerwowych i działa jak izolator. Naukowcy z zespołu dr Chiary Cirelli (University of Wisconsin) wykazali, że w mózgach śpiących myszy powstaje dwa razy więcej niedojrzałych oligodendrocytów - komórek gleju, które wytwarzają mielinę. Wzrost wytwarzania komórek był związany z fazą snu REM (której u ludzi odpowiadają marzenia sienne) i zależał od aktywności genów.

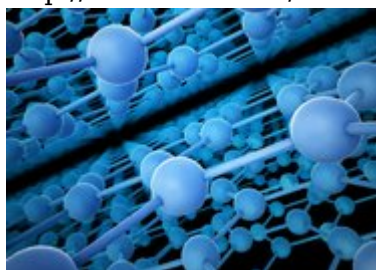
U myszy, którym uniemożliwiano zaśnięcie aktywowały się natomiast geny biorące udział w odpowiedzi na stres oraz odpowiadające za obumieranie komórek (apoptozę).

Odkrycie może się przyczynić do poznania roli snu we wzroście i naprawie mózgu, a także do lepszego zrozumienia chorób układu nerwowego, takich jak stwardnienie rozsiane (MS). Wydaje się, że brak snu może zaostrzać niektóre objawy MS - choroby, która wiąże się z uszkodzeniem mielinowych osłonek nerwów w mózgu i rdzeniu kręgowym przez nieprawidłowo działający układ odpornościowy.

Mimo niezliczonych badań i teorii naukowcy nadal nie są pewni, jakie właściwie znaczenie ma sen. Oczywiście jest niezbędny, aby móc prawidłowo funkcjonować i czuć się wypoczętym - ale nie wiadomo, jakie dokładnie procesy biologiczne za to odpowiadają.

Zespół dr Cirelli chce zbadać, czy brak snu - zwłaszcza w dzieciństwie - może mieć jakieś odległe, szkodliwe skutki.

Źródło: <http://www.nauka.pap.pl>  
<http://laboratoria.net/aktualnosci/19260.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](#)

**Partnerzy**