

### [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.

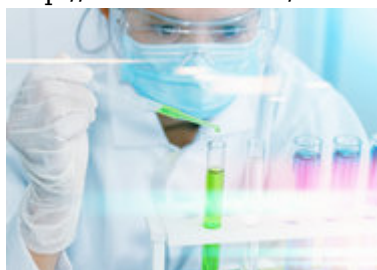
U myszy, którym uniemożliwiano zaśnięcie aktywowały się natomiast geny biorące udział w odpowiedzi na stres oraz odpowiadające za obumieranie komórek (apoptozę).

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>



29-11-2024

**[W Polsce żyje miasto ludzi uratowanych](#)**

## [dzięki przeszczepom szpiku](#)

Wskazał w rozmowie z PAP prof. Wiesław Jędrzejczak.



29-11-2024

## [Popularny lek na tarczycę może mieć związek z zanikiem kości](#)

Wynika z nowych badań.



29-11-2024

## [W ostatnich 60 latach światowa produkcja żywności stale rosła](#)

Wynika z nowych analiz opublikowanych w PLOS ONE.



29-11-2024

## [Sztuczna inteligencja niesie zagrożenia dla rynku pracy](#)

Podkreślali uczestniczący w konferencji poświęconej tej tematyce.



29-11-2024

## [Program naprawczy dla NCBR](#)

Stwierdza Minister Wieczorek dla PAP.



29-11-2024

## [IChF PAN z grantem KE](#)

Utworzy ośrodek badań nad zastosowaniem nienaturalnych aminokwasów.



29-11-2024

## [Słoneczny sposób na zamianę “banalnego” metanu](#)

Francuscy badacze opracowali katalizator.



29-11-2024

# Algorytm poeta?

A\Zbadano, jak odbiorcy reagują na poezję autorstwa AI oraz człowieka

**Informacje dnia:** [W Polsce żyje miasto ludzi uratowanych dzięki przeszczepom szpiku](#) [Popularny lek na tarczycę może mieć związek z zanikiem kości](#) [W ostatnich 60 latach światowa produkcja żywności stale rosła](#) [Sztuczna inteligencja niesie zagrożenia dla rynku pracy](#) [Program naprawczy dla NCBR IChF PAN z grantem KE](#) [W Polsce żyje miasto ludzi uratowanych dzięki przeszczepom szpiku](#) [Popularny lek na tarczycę może mieć związek z zanikiem kości](#) [W ostatnich 60 latach światowa produkcja żywności stale rosła](#) [Sztuczna inteligencja niesie zagrożenia dla rynku pracy](#) [Program naprawczy dla NCBR IChF PAN z grantem KE](#) [W Polsce żyje miasto ludzi uratowanych dzięki przeszczepom szpiku](#) [Popularny lek na tarczycę może mieć związek z zanikiem kości](#) [W ostatnich 60 latach światowa produkcja żywności stale rosła](#) [Sztuczna inteligencja niesie zagrożenia dla rynku pracy](#) [Program naprawczy dla NCBR IChF PAN z grantem KE](#)

## **Partnerzy**