

### [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](#) [Szkozenia](#) [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](#)

## Cynamon pomaga regulować cykl miesięczkowy



**Codzienna dawka cynamonu może pomóc kobietom cierpiącym na wielotorbielowatość jajników - wynika z badań naukowców z Uniwersytetu Columbia (USA).**

Zaprezentowano je podczas zjazdu International Federation of Fertility Societies oraz Amerykańskiego Towarzystwa Medycyny Rozrodu, który zakończył się w czwartek w Bostonie.

Zespół policystycznych jajników dotyka od 5 do 10 proc. kobiet w wieku rozrodczym i jest najczęstszą przyczyną problemów z płodnością u kobiet. Do pierwszych symptomów należą nadwaga, nieregularne miesiączkowanie, trądzik i nadmierne owłosienie spowodowane dysproporcjonalnym poziomem hormonów męskich.

Podobnie jak w przypadku cukrzycy typu 2, początki schorzenia związane są z nadmierną produkcją insuliny. Nadwyżka tego hormonu prowadzi do zachwiania równowagi w jajnikach i nadmiernej aktywności androgenów, a to z kolei stymuluje rozwój torbieli.

W badaniach wzięło udział 16 kobiet cierpiących na zespół policystycznych jajników, z których 11 przez sześć miesięcy przyjmowało codziennie 1500 mg cynamonu w suplemencie diety, a pozostałe pięć kobiet - placebo. Przez cały czas naukowcy monitorowali dietę i poziom aktywności fizycznej uczestniczek.

Kobiety przyjmujące suplement zawierający cynamon zaobserwowały znaczną poprawę w zakresie regularności miesiączkowania (krwawienie wystąpiło średnio cztery razy w ciągu sześciu miesięcy, podczas gdy w grupie placebo średnio 2 razy). Po trzech miesiącach obserwacji dwie kobiety z pierwszej grupy zaszły w ciążę.

Istnieje duże zainteresowanie homeopatycznymi i naturalnymi metodami walki z tym schorzeniem. Choć nie znamy dokładnego mechanizmu, za pomocą którego cynamon wpływa na regularność miesiączkowania, może mieć to związek z lepszą zdolnością przetwarzania glukozy i insuliny. Wcześniejsze badania wykazały, że przyprawa ta może zmniejszać insulinooporność u diabetyków - mówi autor analizy dr Daniel Kort.

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

<http://laboratoria.net/aktualnosci/19734.html>



27-03-2025

## [Jak otworzyć laboratorium?](#)

Laboratorium może być dobrym pomysłem na biznes.



26-03-2025

## [Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo](#)

Dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nas.



26-03-2025

## [W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki](#)

Trójwymiarowy druk może stać się z czasem jednym z filarów produkcji.



26-03-2025

## [Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w...](#)

W aż puli 66 mln zł.



26-03-2025

## [Błonica - choroba groźna także dla dorosłych](#)

Po 40. roku życia choroba staje się równie groźna.



26-03-2025

## [87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

W 2024 roku z hejtem zetknęło się 45 proc. internautów.



26-03-2025

## [Nowe materiały do budowy okrętów wojskowych](#)

Naukowcy z Politechniki Wrocławskiej pracują nad nimi.



26-03-2025

## [Mandimycyna - nowy potencjalny środek przeciwgrzybiczy](#)

Zabija grzyby odporne na wiele leków.

**Informacje dnia:** [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

**Partnerzy**