

[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](#)

Wapń i witamina D sprzyjają dłuższemu życiu



Witamina D przyjmowana z wapniem może wpłynąć na zmniejszenie śmiertelności wśród seniorów - twierdzą duńscy naukowcy ze Szpitala Uniwersyteckiego

w Aarhus. Ich wnioski prezentuje "Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism" (JCEM).

W ciągu ostatniej dekady coraz większą uwagę zaczęto zwracać na działanie witaminy D. Wiadomo, że w połączeniu z wapniem zmniejsza ona ryzyko złamań. Z naszych badań wynika jednak, że zmniejszenie ryzyka zgonu nie było spowodowane mniejszą liczbą złamań, co sugeruje, że zakres działania tego duetu jest szerszy - piszą naukowcy.

W badaniach naukowcy wykorzystali dane z ośmiu randomizowanych prób klinicznych (w każdej uczestniczyło ponad tysiąc osób). Prawie 90 proc. badanych stanowiły kobiety, których średnia wieku wynosiła 70 lat.

W ciągu trzech lat obserwacji śmiertelność seniorów przyjmujących wapń i witaminę D zmniejszyła się o 9 proc., czego nie zaobserwowano u osób przyjmujących suplementy zawierające samą witaminę D.

To największe z dotychczas przeprowadzonych badań dotyczących wpływu wapnia i witaminy D na umieralność. Niektóre z analiz sugerowały, że suplementy zawierające wapń (sam lub w połączeniu z witaminą D) mogą niekorzystnie wpływać na układ krążenia. Choć nasze badania nie wykluczają całkowicie takiego działania, zaobserwowaliśmy, że przyjmowanie wapnia z witaminą D przez seniorów ogólnie nie ma szkodliwego wpływu na długość życia, podczas gdy może być korzystne dla zdrowia ogólnego mówi autor badań dr Lars Rejnmark.

Źródła: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/13628.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