

[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.

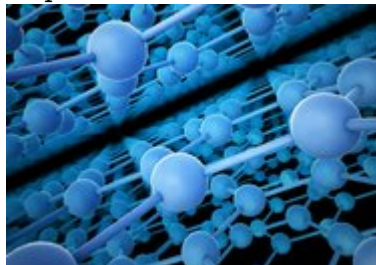
W badaniach naukowcy wykorzystali dane z ośmiu randomizowanych prób klinicznych (w każdej uczestniczyło ponad tysiąc osób). Prawie 90 proc. badanych stanowiły kobiety, których średnia wieku wynosiła 70 lat.

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>



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