

[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](#) [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](#)

Tryb życia zwiększa ryzyko zwyrodnienia plamki żółtej



Rozwój zwyrodnienia plamki żółtej u osób z genetycznymi predyspozycjami jest bardziej prawdopodobny, jeśli osoby te przez długi czas paliły papierosy, źle się odżywiały, nie były aktywne fizycznie oraz miały niedobór witaminy D. Informują o tym naukowcy z Uniwersytetu Wisconsin-Madison. Ich wnioski publikuje pismo "Ophthalmology".

Zwyrodnienie plamki żółtej związane z wiekiem (ang. age-related macular degeneration, AMD) jest chorobą, w wyniku której dochodzi do uszkodzenia centralnej części siatkówki, gdzie znajduje się najwięcej fotoreceptorów. W środku pola widzenia pojawia się wówczas ciemna plama. Choroba ta jest jedną z głównych przyczyn utraty wzroku u osób po 50. roku życia.

Obserwacje prowadzone były w grupie 1663 kobiet w wieku 50-79 lat, uczestniczących w szerzej zakrojonych badaniach CAREDS (Carotenoids in Age-Related Eye Disease Study), podczas których zbierano dane na temat zdrowia i trybu życia od 1991 roku. Zwyrodnienie plamki żółtej rozwinęło się u 337 kobiet.

Po porównaniu informacji oraz uwzględnieniu ryzyka związanego z posiadaniem mutacji genu CFH, zwiększającego prawdopodobieństwo rozwoju zwyrodnienia, naukowcy ustalili, że dieta, aktywność fizyczna i nałóg nikotynowy w dużym stopniu wpływały na rozwój choroby w grupie ryzyka genetycznego. Dodatkowo ryzyko zwiększał niedobór witaminy D, która hamuje rozwój stanu zapalnego.

Jak zauważa autorka badań dr Julie A. Mares, dobrą wiadomością dla osób z genetycznym ryzykiem rozwoju AMD jest to, że mogą zmniejszyć prawdopodobieństwo wystąpienia choroby poprzez modyfikację trybu życia.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/24175.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

[Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#)

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

[Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody](#)

[słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

[Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#)

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

[Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

[Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia](#)

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy