

[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](#)

Częste spożywanie mięsa szkodzi nerkom



Kolejne złe wiadomości dla zwolenników mięsa: częste spożywanie wieprzowiny nie tylko grozi rakiem żołądka, naraża również na przewlekłą niewydolność nerek. Informuje o tym „Journal of the American Society of Nephrology”.

Magazyn "JAMA" w 2012 opublikował wyniki obserwacji prawie 24 tys. osób. Wynika z nich, że częste spożywanie czerwonego mięsa zwiększa zarówno ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, jak i nowotworów, w tym szczególnie tych związanych z przewodem pokarmowym, takich jak rak żołądka i jelita grubego.

Woon-Puay Koh wraz ze swym zespołem z Narodowego Uniwersytetu Singapuru w ramach nowego badania analizował dane ponad 63 tys. osób w wieku 45-74 lat. Tym razem się okazało, że osoby, które jedzą najwięcej czerwonego mięsa, o 40 proc. częściej cierpią z powodu schyłkowej niewydolności nerek aniżeli ci, którzy spożywają je najrzadziej.

Obserwacje te trwały ponad 15 lat. Nie stwierdzono, żeby choroby nerek powodowało częste spożywanie ryb, drobiu, jajek oraz produktów mlecznych. Zauważono jedynie to, o czym było wiadomo już wcześniej: że przed rakiem chronią rośliny strączkowe oraz soja.

Koh twierdzi, że wystarczy raz w tygodniu zrezygnować z czerwonego mięsa, żeby zmniejszyć ryzyko schyłkowej niewydolności nerek o 62 proc.

Najnowsze badania potwierdzają wcześniejsze spostrzeżenia w innych krajach. W Japonii zauważono, że w tych regionach, w który jest większe spożycia białka zwierzęcego, częściej zdarza się schyłkowa niewydolność nerek.

Prowadzone od wielu lat w USA badanie Nurses' Health Study wykazało, że osoby spożywające więcej czerwonego mięsa oraz wędlin częściej wykazują objawy niewydolności nerek.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/25806.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