

### [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](#)

## Bakterie pomagają sportowcom

**Sportowi mistrzowie mają w jelitach sprzymierzeńców - mikroorganizmy, które pomagają im rozkładać kwas mlekowy czy węglowodany. Naukowcy pracują już nad bakteryjnymi suplementami, które mają pomóc w osiągnięciu lepszych sportowych wyników.**

Badacze z Harvard Medical School postanowili znaleźć podstawy biologiczne, w tym genetyczne, wyjątkowej formy fizycznej najlepszych atletów.

„Kiedy zaczęliśmy o tym myśleć, zapytano mnie, czy można byłoby użyć genomiki do odnalezienia kolejnego Michaela Jordana” - opowiada dr Jonathan Scheiman, jeden z autorów pracy zaprezentowanej w czasie 254. edycji National Meeting & Exposition of the American Chemical Society. „Odpowiedziałem jednak, że istnieje lepsze pytanie: czy można wyizolować biologię Jordana i przekazać ją innym, aby pomóc w stworzeniu następnego Michaela Jordana” - tłumaczy naukowiec.

Swoje poszukiwania naukowcy zaczęli od analizy mikroorganizmów zamieszkujących układ pokarmowy. „Jesteśmy bardziej bakteriami niż ludźmi” - mówi dr Scheiman. „Bakterie w naszym jelicie wpływają na metabolizm, ułatwiają rozkładanie węglowodanów, białek, błonnika. Biorą też udział w stanach zapalnych i procesach neurologicznych. Być może więc mikrobiom (zamieszkujące organizm mikroorganizmy - przyp. red.) może być istotny dla wytrzymałości, regeneracji, a nawet odporności psychicznej” - opowiada badacz.

Najpierw zespół z Harvardu odkrył pewne szczególne bakterie w jelitach maratończyków. Okazało się, że po biegu silnie namnażały się u nich bakterie, które doskonale radzą sobie z rozkładaniem kwasu mlekowego. Substancja ta powstaje w czasie wysiłku i może powodować osłabienie oraz ból mięśni.

Kolejne eksperymenty wskazały natomiast, że różne bakterie mogą pomagać w innych dyscyplinach. Jelita przebadanych ultramaratończyków zamieszkiwały bakterie, które rozkładają węglowodany i błonnik. W ten sposób pomagały sportowcom w biegach na długie dystanse. Bakterii tych nie było na przykład u wioślarzy.

Zespół z Harvardu poszukuje kolejnych mikroorganizmów u sportowców innych dyscyplin. Działająca już firma Fitbiomics ma natomiast pozwolić na wykorzystanie odkrycia w praktyce. „Chcę myśleć, że w ciągu roku od startu, będziemy mogli wprowadzić na rynek nowe probiotyki” - mówi dr Scheiman.

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

<http://laboratoria.net/aktualnosci/27576.html>



23-04-2025

## **NAWA ogłosiła nowy pilotażowy program "Naukowcy w potrzebie"**

Z mW tym roku 10 wybranych projektów uzyska w sumie prawie 4,4 mln zł wsparcia.



23-04-2025

## **Misja z polskim astronautą**

W maju na Międzynarodową Stację Kosmiczną może ona wystartować.



23-04-2025

## **Kwantowa kontrola zderzeń nie tylko w ultraniskich temperaturach**

Badania te podsumowano w komunikacie Wydziału Fizyki UW.



23-04-2025

## **Podlaski Festiwal Nauki i Sztuki w dniach 9-18 maja**

Ponad 500 różnych wydarzeń.



23-04-2025

## [Popularyzator astronomii](#)

Po prostu patrzmy w niebo



23-04-2025

## [Tomografie komputerowe mogą odpowiadać za 5% wszystkich nowotworów...](#)

Informuje pismo „JAMA Internal Medicine”.



23-04-2025

## [Wszechświat może się bardzo wolno obracać](#)

Twierdzą naukowcy z University of Hawaii w Manoa.



23-04-2025

# Weganom może brakować lizyny i leucyny

Można je znaleźć m.in. w roślinach strączkowych, orzechach i nasionach.

**Informacje dnia:** [NAWA ogłosiła nowy pilotażowy program "Naukowcy w potrzebie" Misja z polskim astronautą](#) [Kwantowa kontrola zderzeń nie tylko w ultraniskich temperaturach](#) [Podlaski Festiwal Nauki i Sztuki w dniach 9-18 maja](#) [Popularyzator astronomii](#) [Tomografie komputerowe mogą odpowiadać za 5% wszystkich nowotworów w USA](#) [NAWA ogłosiła nowy pilotażowy program "Naukowcy w potrzebie" Misja z polskim astronautą](#) [Kwantowa kontrola zderzeń nie tylko w ultraniskich temperaturach](#) [Podlaski Festiwal Nauki i Sztuki w dniach 9-18 maja](#) [Popularyzator astronomii](#) [Tomografie komputerowe mogą odpowiadać za 5% wszystkich nowotworów w USA](#) [NAWA ogłosiła nowy pilotażowy program "Naukowcy w potrzebie" Misja z polskim astronautą](#) [Kwantowa kontrola zderzeń nie tylko w ultraniskich temperaturach](#) [Podlaski Festiwal Nauki i Sztuki w dniach 9-18 maja](#) [Popularyzator astronomii](#) [Tomografie komputerowe mogą odpowiadać za 5% wszystkich nowotworów w USA](#)

## **Partnerzy**