

[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](#)

Kurkumina poprawia pamięć

Codziennie spożywanie kurkuminy, stanowiącej składnik przyprawy curry, wpływa na poprawę pamięci oraz nastroju u osób z łagodnymi zaburzeniami poznawczymi związanymi z wiekiem - informuje "American Journal of Geriatric Psychiatry".

Naukowcy z Uniwersytetu Kalifornijskiego w Los Angeles badali działanie suplementu zawierającego kurkuminę w grupie 40 osób w wieku od 50 do 90 lat. Połowa uczestników przyjmowała przez 18 miesięcy dwa razy dziennie 90 mg kurkuminy, a druga połowa - placebo.

Na początku badań (DOI: 10.1016/j.jagp.2017.10.010), a następnie co sześć miesięcy, uczestnicy przechodzili testy funkcji poznawczych, a u 30 osób dodatkowo wykonano pozytronową tomografię emisyjną (PET) na początku badań oraz po upływie 18 miesięcy w celu ustalenia poziomu amyloidu beta oraz białka tau w mózgu (czynników rozwoju choroby Alzheimera).

Testy wykazały, że u osób przyjmujących kurkuminę pamięć poprawiła się o 28 proc. w ciągu 18 miesięcy. W grupie tej zaobserwowano ponadto poprawę zdolności koncentracji, nastroju oraz znacznie mniejszy poziom białka tau o amyloidu beta w obszarze ciała migdałowatego i podwzgórza. Łagodne efekty uboczne w postaci bólu brzucha i nudności wystąpiły u czterech osób przyjmujących kurkuminę oraz dwóch osób przyjmujących placebo.

"Choć nie znamy jeszcze dokładnego mechanizmu działania kurkuminy, podejrzewamy, że rolę odgrywają tu właściwości pozwalające zmniejszać poziom stanu zapalnego w mózgu, który ma związek z rozwojem zarówno choroby Alzheimera, jak i depresji" - mówi autor badań dr Gary Small.

Naukowcy zamierzają kontynuować badania nad wpływem kurkuminy na funkcje poznawcze, a także na objawy depresji w większej grupie pacjentów.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/28111.html>



03-10-2024

Studenci poszerzają wiedzę medyczną

Dzięki grze w wirtualnej rzeczywistości.



03-10-2024

Ponad 218 tys. studentów korzysta z

[mLegitymacji](#)

Informuje Ministerstwo Cyfryzacji.



03-10-2024

[Psycholog o pomocy powodzianom](#)

Mamy naturalną potrzebę pomagania ludziom.



03-10-2024

[Muzyka pomocna w leczeniu osób](#)

Z zaburzeniami wynikającymi z używania narkotyków czy alkoholu.



03-10-2024

[Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#)

Podobnie jest też w innych krajach.



03-10-2024

Potrafimy zapędzić bakterie do roboty

Odpowiednio zaprogramowane bakterie produkują leki, białka i żywność.



03-10-2024

Mikrożele zmieniające właściwości podczas druku 3D

Dla lepszego poznania raka piersi.



03-10-2024

System ewaluacji działalności naukowej wymaga zmian

Poważniejsze zmiany powinny wejść w życie od następnego okresu.

Informacje dnia: [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#) [Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#) [Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów](#)

[korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#)
[Kardiochirurgia zmaga się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#)

Partnerzy