

### [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](#)

## Niesolony sok pomidorowy zmniejsza ryzyko chorób serca

Picie niesolonego soku pomidorowego obniża ciśnienie krwi i poziom cholesterolu LDL u dorosłych zagrożonych chorobami układu krążenia - udowodnili naukowcy z Japonii. Wyniki

**swojej pracy opisali na łamach pisma „ Food Science & Nutrition”.**

Do badania zaprosili 481 osób (184 mężczyzn i 297 kobiet), w średnim wieku ok. 57 lat. Uczestnicy przez cały rok pili niesolony sok pomidorowy w takich ilościach, na jakie mieli ochotę. Przed oraz po zakończeniu eksperymentu badano ich pod kątem markerów ryzyka sercowo-naczyniowego, czyli ciśnienia krwi, profilu lipidowego w surowicy i tolerancji glukozy.

Okazało się, że po roku regularnego spożywania niedosalanego soku z pomidorów ciśnienie krwi u 94 uczestników z zdiagnozowanym wcześniej, ale nieleczonym nadciśnieniem znacznie spadło.

Ponadto poziom cholesterolu LDL u 125 uczestników ze zbyt wysokim poziomem tej frakcji obniżył się z 155,0 do 149,9 mg/dl.

Korzyści te były na podobnym poziomie u kobiet i u mężczyzn oraz w różnych grupach wiekowych. Naukowcy wykluczyli też możliwość, aby były zależne od zmiany stylu życia uczestników.

„Nasze badanie jest pierwszym tak długim studium poświęconym wpływowi spożywania soku pomidorowego na markery ryzyka chorób układu krążenia” - podkreślają autorzy pracy.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29059.html>



10-01-2025

## **Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce?**

Polski zespół naukowców odkrył istotę maszynerii produkującej białka.



10-01-2025

## [Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie](#)

Większość młodych ludzi czerpie informacje z Internetu.



23-12-2024

## [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

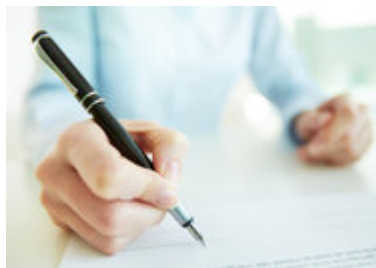
Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## [Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## [Zawał już dawno przestał być chorobą](#)

## mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

## Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.

**Informacje dnia:** [Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)  
[Świąteczna apteczka](#) [Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na](#)

[wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)  
[Świąteczna apteczka Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację](#)  
[szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na](#)  
[wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)  
[Świąteczna apteczka](#)

## **Partnerzy**