

[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](#)

Mniej zamożni mogą chorować na serce z niewyspania

Częstsze występowanie chorób serca wśród osób o niższym statusie socjoekonomicznym może mieć związek z niedoborem snu - informuje pismo "Cardiovascular Research".

Osoby mniej zarabiające śpią mniej z różnych powodów: mogą pracować w kilku miejscach, pracować na zmiany, żyć w hałaśliwym otoczeniu i mieć wyższy poziom stresu emocjonalnego oraz finansowego.

Dusan Petrovic z University Centre of General Medicine and Public Health (unisanté) w Lozannie (Szwajcaria) przeprowadził pierwsze duże badanie populacyjne, sprawdzające, czy brak snu może częściowo wyjaśnić, dlaczego osoby o niskich dochodach częściej chorują na serce.

Badanie było częścią projektu Lifepath i zebrało dane z ośmiu kohort (w sumie 111 205 uczestników z czterech krajów europejskich). Status społeczno-ekonomiczny został sklasyfikowany jako niski, średni lub wysoki na podstawie zawodu danej osoby oraz zawodu jej ojca. Historię choroby niedokrwiennej serca i udaru uzyskano na podstawie oceny klinicznej, dokumentacji medycznej oraz raportu własnego. Średni czas snu deklarowany przez uczestników badania został sklasyfikowany jako zalecany lub normalny sen (od 6 do 8,5 godziny), krótki sen (poniżej 6 godzin) i długi sen (ponad 8,5 godziny) w ciągu nocy. Wpływ niewystarczającego snu badano za pomocą metody statystycznej zwanej analizą mediacji. Ocenia ona wpływ czynnika pośredniego (snu) na związek pomiędzy główną ekspozycją (status społeczno-ekonomiczny) a głównym wynikiem (choroba niedokrwienność serca lub udar mózgu).

Jak się okazało, zbyt krótki sen wyjaśniał w 13,4 proc. związek pomiędzy pracą zawodową a chorobą wieńcową u mężczyzn. Zdaniem Petrovica brak związku krótkiego snu z chorobami serca u kobiet może wynikać ze słabszego związku pomiędzy pracą zawodową a czasem trwania snu w porównaniu do mężczyzn. „Na każdym poziomie społeczeństwa potrzebne są reformy strukturalne, które dałyby ludziom możliwość dłuższego snu. Chodzi na przykład o próby zmniejszenia hałasu, który jest ważnym źródłem zakłóceń snu - podwójne szyby, ograniczanie ruchu i niebudowanie domów obok lotnisk lub autostrad” - powiedział.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29303.html>



05-12-2019

Tak się nie odchudzaj!

Oto 10 najczęściej popełnianych błędów w odchudzaniu.



05-12-2019

Rak trzustki nie zawsze musi kończyć się źle

Zamiast koncentrować się na złych prognozach, warto znać objawy oraz czynniki ryzyka.



05-12-2019

Wykryto czarną dziurę o "niemożliwej" masie

W naszej Galaktyce wykryto czarną dziurę o niestandardowej masie.



05-12-2019

Planszówki a sprawność umysłu

Osoby grające w gry planszowe cechują się lepszym funkcjonowaniem poznawczym w podeszłym wieku.



05-12-2019

Gdy rośnie zanieczyszczenie powietrza, w szpitalach przybywa pacjentów

Nawet krótkotrwałe narażenie na drobne cząstki stałe może prowadzić do zaostrzenia choroby.



WSPÓLNIE PRZECIW BIAŁACZC

05-12-2019

Uczelnie rejestrują dawców szpiku - akcja trwa do 8 grudnia

Akcja rejestrowania potencjalnych dawców szpiku trwa na 57 uczelniach w Polsce.



03-12-2019

Czym grozi podwyższone stężenie trójglicerydów we krwi?

Kto powinien mieć się szczególnie na baczności i jak zmniejszyć jej stężenie za pomocą diety?



03-12-2019

Czosnek raka nie leczy, ale może przed nim

chronić

Osoby, które go często jedzą, rzadziej chorują na raka niż te, w których diecie jest go mało.

Informacje dnia: [Tak się nie odchudzaj! Rak trzustki nie zawsze musi kończyć się źle Wykryto czarną dziurę o "niemożliwej" masie Planszówki a sprawność umysłu Gdy rośnie zanieczyszczenie powietrza, w szpitalach przybywa pacjentów Uczelnie rejestrują dawców szpiku - akcja trwa do 8 grudnia](#) [Tak się nie odchudzaj! Rak trzustki nie zawsze musi kończyć się źle Wykryto czarną dziurę o "niemożliwej" masie Planszówki a sprawność umysłu Gdy rośnie zanieczyszczenie powietrza, w szpitalach przybywa pacjentów Uczelnie rejestrują dawców szpiku - akcja trwa do 8 grudnia](#) [Tak się nie odchudzaj! Rak trzustki nie zawsze musi kończyć się źle Wykryto czarną dziurę o "niemożliwej" masie Planszówki a sprawność umysłu Gdy rośnie zanieczyszczenie powietrza, w szpitalach przybywa pacjentów Uczelnie rejestrują dawców szpiku - akcja trwa do 8 grudnia](#)

Partnerzy



-
- [Baza wiedzy](#)
- [Forum](#)
- [Humor](#)
- [Regulamin](#)
- [Oferta reklamy](#)
- [O nas](#)
-

Copyright © 2013 by Laboratoria.net | Aktualizacja: 05.12.2019 10:21