

### [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](#)

## Smog sprzyja depresji i samobójstwom

Zanieczyszczenie powietrza wydaje się mieć związek z podwyższonym ryzykiem depresji i samobójstw - informują naukowcy na łamach "Environmental Health Perspectives".

O ile wpływ oddychania zanieczyszczonym powietrzem na organizm został stosunkowo dobrze poznany, pojawiają się również badania wskazujące, że zanieczyszczenie może wpływać na zdrowie psychiczne.

Zespół Isobel Braithwaite z University College London przeprowadził metaanalizę 25 prac, opublikowanych do końca roku 2017. Jak wynika z metaanalizy, narażenie na zanieczyszczenie powietrza wiąże się z większym ryzykiem depresji i samobójstw.

Okazało się, że osoba przebywająca przez co najmniej sześć miesięcy na terenach, gdzie stężenie drobnego pyłu zawieszonego (PM<sub>2,5</sub>) dwukrotnie przekracza limit zalecany przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) - miałyby o około 10 proc. wyższe ryzyko zachorowania na depresję niż na obszarze, gdzie limit nie został przekroczony.

Zgodnie z wytycznymi WHO w ciągu roku PM<sub>2,5</sub> nie powinien przekraczać średnio 10 mikrogramów na metr sześcienny powietrza (10 µg/m<sup>3</sup>). To średni poziom w Wielkiej Brytanii. W Londynie średnia wartość jest wyższa (13,3 µg/m<sup>3</sup>), a w Delhi sięga około 133 µg/m<sup>3</sup>.

W przypadku samobójstwa stwierdzono związek z krótkotrwałą ekspozycją na zanieczyszczenie nieco większymi cząsteczkami - PM<sub>10</sub>. Każde zwiększenie PM<sub>10</sub> o 10 µg/m<sup>3</sup>, na które dana osoba była narażona w okresie trzech dni, wiązało się ze wzrostem ryzyka samobójstwa o 2 proc.

Badania dotyczące związku pomiędzy zdrowiem psychicznym a zanieczyszczeniem powietrza mają dziesięciolecia opóźnień wobec badań nad wpływem zanieczyszczonego powietrza na zdrowie fizyczne. Jednak zdaniem autorów badań to, czy zanieczyszczone powietrze bezpośrednio powoduje choroby psychiczne, może się wyjaśnić w ciągu 5-10 lat.

Na razie ekspertów zaciekało, że związek pomiędzy stężeniem PM<sub>2,5</sub> a depresją jest podobny dla ludzi na całym świecie. Wykazują go zupełnie różne badania.

Chociaż dokładne mechanizmy wpływu zanieczyszczeń na nasze mózgi nie zostały dokładnie poznane - istnieją dowody, że drobne cząstki stałe mogą dostać się do krwi człowieka i dotrzeć do jego mózgu. Wiadomo również, że zanieczyszczenie powietrza wpływa na stany zapalne, które - jak się uważa - są związane z depresją. Niektóre dowody pozwalają również sądzić, że narażenie na smog może wpływać na hormony stresu.

Jednak wpływ innych czynników - zwłaszcza takich, jak hałas i zamieszkiwanie w pobliżu terenów zielonych - utrudnia powiązanie zanieczyszczenia powietrza ze zdrowiem psychicznym. Zespół Braithwaite nie znalazł żadnych powiązań między zanieczyszczeniem a psychozą lub chorobą dwubiegową, a jedynie ograniczone dowody na związek z lękiem.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29393.html>



07-04-2025

## **Nowy wskaźnik zwiększający ryzyko arytmii komorowej**

Kardiolodzy z Opola go zdefiniowali.



07-04-2025

## **Nowa metoda odzyskiwania pierwiastków ziem rzadkich**

Naukowcy z Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie opracowali ją.



07-04-2025

## **Publikowanie filmików płaczących dzieci to forma cyberprzemocy**

Przestrzegają badaczki tego zjawiska.



07-04-2025

## **W poszukiwaniu furtek w prawie zamówień publicznych**

Środowisko akademickie od lat apeluje o zmiany.



07-04-2025

## **Na terenie Polski żyje ok. 45 tysięcy par bocianów**

Podsumował koordynator spisu.



07-04-2025

## **Nadciśnienie wcześniej uszkadza nerki**

Powoduje zmiany w nerkach już na wczesnym etapie choroby.



07-04-2025

## **Ruszył nabór do 8. edycji programu stypendialnego**

Przeznaczony dla Polonii na studia w Polsce.



07-04-2025

## Wykorzystanie 500 mln zł przez NCN wymaga zmian

Narodowe Centrum Nauki nie może wykorzystać 500 mln zł w obligacjach.

**Informacje dnia:** [Nowy wskaźnik zwiększający ryzyko arytmii komorowej](#) [Nowa metoda odzyskiwania pierwiastków ziem rzadkich](#) [Publikowanie filmików płaczących dzieci to forma cyberprzemocy](#) [W poszukiwaniu furtek w prawie zamówień publicznych](#) [Na terenie Polski żyje ok. 45 tysięcy par bocianów](#) [Nadciśnienie wcześniej uszkadza nerki](#) [Nowy wskaźnik zwiększający ryzyko arytmii komorowej](#) [Nowa metoda odzyskiwania pierwiastków ziem rzadkich](#) [Publikowanie filmików płaczących dzieci to forma cyberprzemocy](#) [W poszukiwaniu furtek w prawie zamówień publicznych](#) [Na terenie Polski żyje ok. 45 tysięcy par bocianów](#) [Nadciśnienie wcześniej uszkadza nerki](#) [Nowy wskaźnik zwiększający ryzyko arytmii komorowej](#) [Nowa metoda odzyskiwania pierwiastków ziem rzadkich](#) [Publikowanie filmików płaczących dzieci to forma cyberprzemocy](#) [W poszukiwaniu furtek w prawie zamówień publicznych](#) [Na terenie Polski żyje ok. 45 tysięcy par bocianów](#) [Nadciśnienie wcześniej uszkadza nerki](#)

**Partnerzy**