

### [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](#)

## Światło słoneczne obniża ciśnienie krwi



**Wystawienie skóry na działanie promieniowania ultrafioletowego powoduje obniżenie ciśnienia krwi. Przez to wpływa na zmniejszenie ryzyka wystąpienia ataku serca i wylewu - informuje „Journal of Investigative Dermatology”.**

Naukowcy z Uniwersytetu w Southampton (Wielka Brytania) zaobserwowali, że światło słoneczne korzystnie oddziałuje na układ krwionośny człowieka i poprzez zmianę zawartości tlenku azotu (NO) w skórze i we krwi wywołuje redukcję ciśnienia.

„NO wraz z produktami jego rozpadu jest zaangażowane w regulację ciśnienia krwi. W momencie wystawienia na światło słoneczne, małe ilości NO są przenoszone ze skóry do układu krążenia i następuje obniżenie ciśnienia” - mówi Martin Feelisch, współautor badania.

Już wcześniej zauważono, że poziom ciśnienia krwi i częstotliwość występowania chorób układu krążenia mają związek z porą roku i szerokością geograficzną. Wyższe wskaźniki obserwuje się zimą i w krajach oddalonych od równika, gdzie promieniowanie ultrafioletowe jest niższe.

Badacze przeprowadzili wraz z osobami badanymi dwie sesje naświetlania specjalnymi lampami. Każda sesja trwała 20 min., ale tylko jedna obejmowała naświetlanie połączone z wystawieniem na działanie promieni UVA.

Okazało się, że ultrafiolet powodował rozszerzenie naczyń krwionośnych, znacznie obniżenie ciśnienia krwi oraz zmianę ilości tlenku azotu w układzie krążenia.

„Wystrzeganie się nadmiernego kontaktu ze światłem słonecznym jest niezbędne do ochrony przed rakiem skóry, ale całkowite unikanie słońca, czy to ze względu na strach, czy styl życia, może nasilać ryzyko wystąpienia chorób układu krążenia” - podsumowuje Feelisch.

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



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 zmaga 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 zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#)

**Partnerzy**