

[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

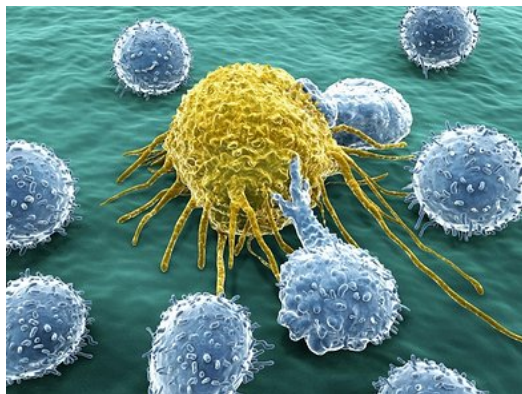
Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Siedzący tryb życia powiązany z ryzykiem raka



Siedzący tryb życia koreluje z większym prawdopodobieństwem zachorowania na raka okrężnicy, macicy i płuc - informują naukowcy na łamach „Journal of the National Cancer Institute”.

Metaanaliza przeprowadzona przez badaczy z Uniwersytetu Regensburg (Niemcy) wykazała, że długotrwałe przebywanie w pozycji siedzącej może sprzyjać zachorowaniu na raka. Każde kolejne dwie godziny spędzone na siedząco zwiększają ryzyko raka jelita grubego (o 8 proc.), nowotworu błony śluzowej trzonu macicy (o 10 proc.) oraz raka płuc (o 6 proc.).

W dodatku prawdopodobieństwo wystąpienia raka związane z siedzącym trybem życia jest niezależne od zaangażowania w aktywność fizyczną.

„Siedzący tryb życia wywiera szkodliwy wpływ w kwestii zachorowania na raka nawet na osoby, które są aktywne fizycznie, co oznacza, że ograniczenie czasu spędzanego na siedząco może odgrywać istotną rolę w zapobieganiu nowotworom” - podkreślają autorzy artykułu.

W trakcie badania brano pod uwagę ogólną ilość czasu spędzanego w pozycji siedzącej, a także poszczególne elementy prowadzące do takiego trybu życia, jak oglądanie telewizji, siedzenie w pracy i siedzenie rekreacyjne.

Okazało się, że ilość czasu poświęcanego na oglądanie telewizji najsilniej korelowała z występowaniem raka okrężnicy i nowotworu macicy, prawdopodobnie dlatego, że taka forma spędzania wolnego czasu często wiąże się ze spożywaniem niezdrowych posiłków oraz słodzonych napojów.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21704.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