

### [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](#)

## Flawonole wspomagają pamięć



**Flawonole pozyskane z nasion owoców kakaowca hamują proces pogarszania się pamięci u seniorów - wykazały badania, o których informuje miesięcznik "Nature Neuroscience".**

Naukowcy z Columbia University Medical Center (CUMC) dowodzą, że do pogarszania się pamięci wraz z wiekiem przyczyniają się zmiany zachodzące w obszarze mózgu zwanym zakrętem zębatym, wchodzącym w skład formacji hipokampa (struktury odpowiedzialnej za pamięć). Temu rodzajowi utraty pamięci można, jak się okazuje, zapobiegać poprzez wzbogacenie jadłospisu o kakao.

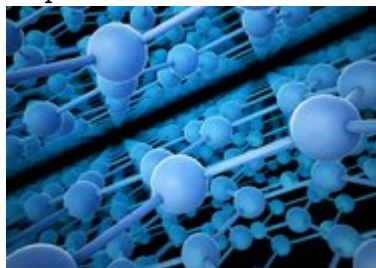
Badaniami objęto 37 zdrowych osób w wieku od 50 do 69 lat, z których połowa przez trzy miesiące była na diecie zawierającej wysoki poziom flawonoli (900 mg dziennie), a połowa na diecie zawierającej niski poziom flawonoli (10 mg dziennie). Wcześniej u uczestników przeprowadzono testy badające pamięć oraz na podstawie obrazowania mózgu oceniono objętość krwi krążącej w obrębie zakrętu zębatego.

Po upływie trzech miesięcy u grupy konsumującej flawonole pochodzące z kakao (w formie specjalnie przygotowanego przez badaczy napoju) zaobserwowano poprawę funkcjonowania zakrętu zębatego, a także lepsze wyniki podczas testów.

"Uczestnicy, których pamięć na początku badań była typowa dla 60-latków, po trzech miesiącach wypadali na testach jak 30- czy 40-latkowie" - mówi autor badań dr Adam M. Brickman, dodając, że wyniki te należy jeszcze potwierdzić podczas badań na większej grupie osób.

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

<http://laboratoria.net/aktualnosci/22437.html>



28-05-2024

## **Drżące nanorurki**

Właściwości zależą m.in. od tego, w jaki sposób struktury te wibrują.



28-05-2024

## [Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#)

Informuje "Nature".



28-05-2024

## [ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#)

W roku 2022 dzieci z diagnozą ADHD było o milion więcej niż w roku 2016.



28-05-2024

## [Testy na obecność HPV](#)

Co osiem lat równie skuteczne, co regularna cytologia.



28-05-2024

## **Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO**

Przeznaczonych do walki z malarią.



28-05-2024

## **Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku**

Niektóre gatunki owadów są w stanie zjadać plastik.



28-05-2024

## **Terapia daremna przedłuża cierpienie, przedłuża agonię**

Terapia daremna nie jest w stanie pomóc pacjentowi.



28-05-2024

## Widzimy eskalację zaburzeń związanych ze stresem

Szeroko rozumianych lękowo-depresyjnych.

**Informacje dnia:** [Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#) [Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#) [Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#) [Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#) [Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#) [Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#)

**Partnerzy**