

[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](#)

Lek przeciw starzeniu dla wszystkich



Przeprowadzone w niedawnym czasie badania pokazują, że jednym z głównych powodów zgonów ludzi starszych jest utrata mięśni i spadek ich siły. Naukowcy udowodnili, że jest to przyczyna, a nie skutek, wielu chorób i wypadków. Dlatego też apelują - jeśli chcesz wydłużyć swoje życie - ćwicz!

Wnikliwy proces utraty tkanki mięśniowej ze względu na wiek nie został całkowicie poznany. Wszystko wskazuje na to, że przyczyną jest działanie wolnych rodników- genetycznie zmodyfikowane myszy, których mitochondria wytwarzają mniej tych związków, żyją o 20% procent dłużej, niż „normalne” myszy.

Badania wykazują, że wolne rodniki atakują receptory rianodyny. Powoduje to wyciek wapnia, a to osłabia włókna mięśniowe. Podczas badań na genetycznie zmodyfikowanych myszach zauważono, że zniszczenia receptorów są mniejsze, osobniki są silniejsze i chętniej oddają się ćwiczeniom.

Aktualnie są przeprowadzane testy kliniczne leków, których zadaniem jest ograniczanie zniszczeń u ludzi. Istnieje jednak prostsza i tańsza terapia- uprawianie ćwiczeń fizycznych.

Według badań mitochondria ludzi, którzy w starszym wieku utrzymują wysoki poziom aktywności fizycznej wyglądają jak u osób, które są dwa razy młodsze. Dlatego warto się zmotywować i zacząć uprawiać sport!

Źródło: [New Scientist](#)

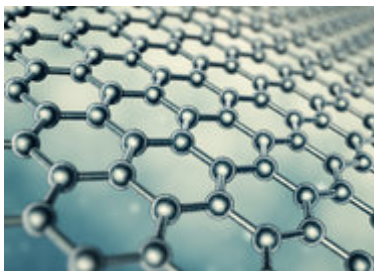
<http://laboratoria.net/aktualnosci/22458.html>



02-07-2024

Ekran dotykowy bez problematycznego indu

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

Świat atomów i cząsteczek

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

Żyjemy w czasach multitożsamości

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać

dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy