

[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](#)

Mikroorganizmy sterują naszym umysłem



Każdy człowiek w swoim przewododzie pokarmowym nosi kilka kilogramów bakterii, które ułatwiają nam trawienie. Metaanaliza, wykonana ostatnio przez grupę naukowców z Ameryki, wykazała, że mikroorganizmy te wpływają także na nasz umysł. W jakimś stopniu kontrolują go, na szczęście w niewielkim.

Grupa badaczy z Uniwersytetu Kalifornijskiego w San Francisco, Uniwersytetu Nowego Meksyku oraz Uniwersytetu Stanowego Arizony podjęła się zadania przeanalizowania wszystkich najnowszych badań, które mówią o wpływie bakterii na zachowania żywieniowe człowieka. Jak się okazało, istnieje między nimi zależność- bakterie wpływają tak na nasz umysł, że kupujemy, spożywamy takie artykuły żywnościowe, które stanowią dla bakterii najlepszą pożywkę.

Bakterie są różne; jedne potrzebują więcej tłuszczów, inne więcej cukrów. Naukowcy nie odkryli jeszcze dokładnego systemu za pomocą którego bakterie wpływają na nasze myśli ale ponieważ wiadomo, że układ pokarmowy jest silnie sprzężony z układem hormonalnym, odpornościowym oraz nerwowym, mogą powstawać hipotezy, że na przykład w jelitach są uwalniane cząsteczki sygnałowe. Cząsteczki te mogą wpływać na nerw błędny i zmieniać działanie receptorów smakowych sprawiając, że chcemy zjeść dany pokarm lub wytwarzać toksyny, przez które czujemy się źle po zjedzeniu niektórych pokarmów.

Badacze zauważają, że mamy możliwość kontroli nad bakteriami zażywając probiotyki, prebiotyki, antybiotyki, czy stosując transplantacje kału (metoda używana w ciężkich przypadkach, gdy jest potrzeba natychmiastowej odnowy flory bakteryjnej jelit).

Naukowcy dodają, że trzeba wykonać dalsze badania- istnieje przypuszczenie, że wiele chorób cywilizacyjnych, jak na przykład cukrzyca, może być spowodowanych przez bakterie, które wpływają na nas podczas wyboru pokarmów.

Źródło: [University of California](http://www.universityofcalifornia.edu)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/22459.html>



07-11-2024

PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

[Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#)

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

[Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

[Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia](#)

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy