

[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](#)

Dodatkowy sen poprawia pamięć



Kilka godzin nadprogramowego snu wystarcza, by procesy pamięciowe u muszek owocowych z defektami neurologicznymi wróciły do normy - zawiadamia magazyn „Current Biology”.

Naukowcy z Uniwersytetu Waszyngtońskiego w St. Louis (USA) twierdzą, że dodatkowa drzemka może stanowić znakomite narzędzie do walki z problemami w obrębie funkcjonowania pamięci.

Badacze poprzez zablokowanie specyficznych genów doprowadzili do upośledzenia procesów pamięciowych u muszek owocowych (*Drosophila melanogaster*), wywołując u części z nich objawy przypominające chorobę Alzheimera, a u pozostałych trudności ze wzmacnianiem połączeń nerwowych kodujących wspomnienia lub likwidowaniem niepotrzebnych powiązań.

Następnie przy pomocy różnych metod (leków, stymulacji odpowiedniej grupy komórek lub zwiększenia poziomu specyficznego białka) sprowokowali zwierzęta do dłuższego wypoczynku w ciągu doby (o 3 do 4 godzin).

Okazało się, że wystarczyły dwa dni z dodatkową porcją snu, by muszki zaczęły funkcjonować jak dawniej. Ich procesy pamięciowe wróciły do normy i to w każdym przypadku.

„Wyniki naszego badania pokazują, że dodatkowy sen może zaradzić każdemu z tych problemów. Musi to być odpowiedni rodzaj snu i nie jesteśmy jeszcze pewni, jak wywołać go u ludzi, ale badanie sugeruje, że jeśli opracowalibyśmy odpowiednią metodę, mogłaby ona mieć duży potencjał terapeutyczny” - mówi członek zespołu Paul Shaw.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/23524.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](#) [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