

[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

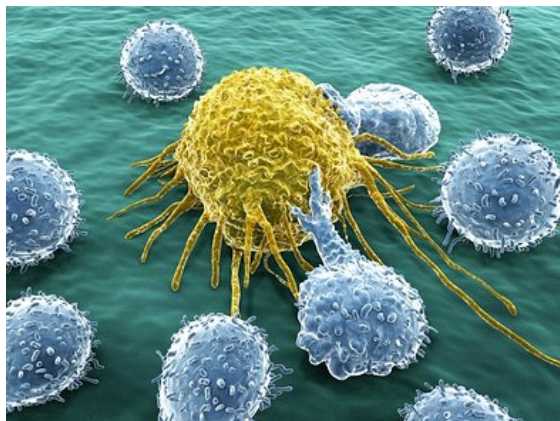
Naukowy styl życia

Nauka i biznes

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

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Nieregularny sen sprzyja nowotworom



Zmieniające się godziny snu zwiększają w przypadku myszy ryzyko zachorowania na raka piersi - informuje pismo „Current Biology”.

Naukowcy z Uniwersytetu Erazma w Rotterdamie (Holandia) przeprowadzili badania na myszach z genetyczną skłonnością do zachorowania na raka piersi. Przez rok ich naturalny rytm snu i czuwania był opóźniany poprzez zmianę godziny, o której robiło się ciemno - co tydzień o 12 godzin.

W normalnych warunkach rak piersi rozwijał się u takich myszy po około 50 tygodniach - jednak w przypadku zakłóconego rytmu snu i czuwania guzy pojawiały się o osiem tygodni wcześniej. Zwierzęta śpiące o nieregularnych porach były także o 20 proc. cięższe od grupy kontrolnej - choć wszystkie jadły tyle samo.

Wyniki badań mogą być kolejnym dowodem, że praca na zmiany czy częsta zmiana stref czasowych (jak w przypadku personelu latającego) szkodzą zdrowiu. Wcześniejsze badania sugerowały między innymi związek pracy zmianowej z rakiem piersi. Zakłócenia wewnętrznego rytmu organizmu wydają się zwiększać ryzyko chorób, choć trzeba brać pod uwagę także inne czynniki wpływające na wynik - na przykład poziom aktywności, sytuację społeczną czy poziom witaminy D.

Autorzy zaznaczają, że konieczne są dalsze badania dotyczące ludzi, jednak uważają, że kobiety, w których rodzinach zdarzały się przypadki raka piersi nie powinny nigdy pracować na zmiany. Choć wyniki badań na myszach trudno przenieść na ludzi (a czasem nie jest to możliwe), według autorów można przypuszczać, że ciągła zmiana godzin snu mogłaby w przypadku przeciętnej osoby spowodować przybranie na wadze o 10 kilogramów, a u kobiet z genetycznym ryzykiem raka piersi - przyspieszyć zachorowanie o pięć lat.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/23946.html>



24-09-2024

[Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

[Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec](#)

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

[I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#)

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

[Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#)

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

[Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#)

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

[Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją](#)

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

[SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa](#)

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy