

[Akceptuję](#)

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](#)

Dieta zachodnia zwiększa ryzyko zapalenia jelit i infekcji

Stosowanie tzw. diety zachodniej osłabia układ odpornościowy w sposób, który może zwiększać ryzyko infekcji i nieswoistego zapalenia jelit - udowodnili naukowcy

z Washington University School of Medicine (USA).

Badanie było prowadzone na myszach oraz ludziach. Wykazało, że dieta bogata w cukier i tłuszcz powoduje uszkodzenie komórek Panetha. Są to komórki zlokalizowane w jelitach, biorące udział w procesach odpornościowych (reakcjach obronnych jelit i fagocytozie mikroorganizmów) oraz pomagające w kontrolowaniu stanu zapalnego. Kiedy komórki Panetha nie działają prawidłowo, układ odpornościowy w rejonie jelit jest nadmiernie podatny na stany zapalne, co może prowadzić do zapalenia jelit i osłabia skuteczną kontrolę nad drobnoustrojami chorobotwórczymi.

„Nieswoiste zapalenia jelit stanowiły w przeszłości problem głównie w krajach zachodnich, takich jak Stany Zjednoczone, jednak teraz stają się coraz powszechniejsze także we wszystkich innych rejonach świata, ponieważ coraz więcej ludzi przyjmuje zachodni styl życia - tłumaczy główny autor omawianego badania prof. Ta-Chiang Liu. - Tymczasem nasze badanie wykazało, że długotrwałe stosowanie diety bogatej w tłuszcze i cukier upośledza funkcjonowanie komórek odpornościowych jelit, co z kolei sprzyja zapaleniom i zwiększa ryzyko infekcji”.

Naukowiec wyjaśnia, że upośledzenie pracy komórek Panetha jest kluczową cechą nieswoistego zapalenia jelit. Np. osoby z chorobą Leśniowskiego-Crohna, charakteryzującej się bólami brzucha, biegunką, anemią i zmęczeniem, często mają całkowicie niesprawne komórki Panetha.

Liu i jego zespół przeanalizowali dane demograficzne i kliniczne 400 dorosłych osób. Posiadali także informacje o stanie komórek Panetha każdej z nich. Odkryli, że wysoki wskaźnik masy ciała (BMI) był ściśle powiązany z tymi komórkami - otyłość przekładała się na ich nieprawidłowy obraz pod mikroskopem. „A im wyższe było BMI danej osoby, tym gorzej wyglądały jej komórki Panetha” - opowiada prof. Liu.

Aby lepiej zrozumieć tę zależność badacze poddali eksperymentom dwa szczepy myszy, które były genetycznie predysponowane do otyłości. Zwierzęta takie permanentnie się przejadają się, ponieważ posiadają mutacje, które zaburzają odczuwanie sytości.

Ku zaskoczeniu wszystkich komórki Panetha otyłych myszy wyglądały jednak normalnie.

Ponieważ u ludzi otyłość jest często wynikiem stosowania nieodpowiedniej diety, czyli takiej, w której jest za dużo tłuszczów oraz cukru, naukowcy postanowili zmienić dietę myszy na analogiczną do ludzkiej diety zachodniej: 40 proc. wszystkich spożywanych przez nie kalorii pochodziło z tłuszczu lub cukru.

Po dwóch miesiącach takiego karmienia zdrowe myszy stały się otyłe, a ich komórki Paneth przybrały nieprawidłowy wygląd.

„Czyli to nie otyłość sama w sobie była problemem - mówi Liu. - Spożywanie nadmiernych ilości zdrowych rzeczy nie wpływało na komórki Panetha, choć prowadziło do nadwagi. Dopiero dieta wysokotłuszczowa i bogata w cukier okazała się być problemem”. Kiedy zwierzęta ponownie przestawiono na zdrowy sposób żywienia, już po upływie czterech tygodni ich komórki Panetha wróciły do normy. Czy więc ludzie, którzy na co dzień stosują dietę zachodnią, mogliby poprawić swoją odporność poprzez zmianę sposobu odżywiania?

„Nasz eksperyment był krótkotrwały, prowadziliśmy go tylko przez osiem tygodni - mówi naukowiec. - U ludzi otyłość nie pojawia się z dnia na dzień, a nawet w ciągu ośmiu tygodni. Ludzie prowadzą nieoptymalny tryb życia przez 20, 30 lat, zanim staną się otyli. Możliwe więc, że jeśli stosuje się dietę

zachodnią przez tak długi czas, przekracza się punkt, z którego nie ma powrotu i komórki Panetha nie są w stanie wrócić do zdrowia. I nawet zmiana diety tu nie pomoże. Musielibyśmy przeprowadzić więcej badań, zanim będziemy mogli stwierdzić, czy ten proces jest odwracalny także u ludzi”.

Źródło: pap.pl

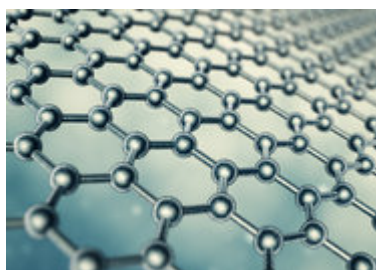
<http://laboratoria.net/aktualnosci/30630.html>



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