

[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](#)

Zielona herbata może chronić mózg

Antyutleniacze występujące w zielonej herbacie dodawane do wody, którą piły szczury laboratoryjne, chroniły je - jak się wydaje - przed skutkami powtarzanej, krótkiej deprivacji tlenowej. Deprivacja ta imitowała zatrzymanie przepływu powietrza trwające 10 sekund i dłużej u osób cierpiących na obturacyjny bezdech senny (OSA).

Wyniki sugerują, że potrzebne są dalsze badania nad związkami występującymi w zielonej herbacie - napisali autorzy badań w artykule na łamach "American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine". Do bezdechu dochodzi, kiedy podczas snu miękkie tkanki w gardle zaczynają blokować drogi oddechowe, powodując wielokrotne przerwy w oddychaniu. Bezpośrednie objawy bezdechu to głośne chrapanie i wzdychanie, a także senność w ciągu dnia.

Nieleczony bezdech może mieć rozległe skutki; ma związek z wysokim ciśnieniem krwi, badania sugerują też, że przerwy w dostawie tlenu do mózgu mogą zwiększać trudności z zapamiętywaniem.

Doktor David Gozal wraz z zespołem ze Szkoły Medycyny Uniwersytetu Louisville w Kentucky badali ochronny wpływ katechin występujących w zielonej herbacie na mózg poddawany przerwom w dostawie tlenu.

Katechiny działają jak antyutleniacze - pomagają w neutralizowaniu wolnych rodników, które uszkadzają komórki. Wolne rodniki są normalnym produktem ubocznym metabolizmu, ale ich nadmiar może prowadzić do tzw. stresu oksydacyjnego.

Uważa się, że przerwy w dostawie tlenu podczas bezdechu u cierpiących na OSA prowadzą do stresu oksydacyjnego, którym przynajmniej w części wyjaśnić można problemy poznawcze tych osób.

Zespół dra Gozala odkrył, że poddawanie szczurów powtarzającej się krótkiej deprivacji tlenowej przez 14 dni zwiększało oznaki stresu oksydacyjnego w mózgu. Nie dochodziło do tego, jeśli szczury dostawały wodę z katechinami z zielonej herbaty.

Ponadto w porównaniu ze szczurami, które dostawały tylko czystą wodę, zwierzęta te radziły sobie lepiej ze standardowym testem uczenia się i zapamiętywania w specjalnym labiryncie.

Jak powiedział Gozal, teoretycznie regularne wypijanie filiżanki zielonej herbaty może korzystnie wspomagać standardowe leczenie OSA. Na razie jednak trzeba poczekać na badania prowadzone na ludziach, żeby zdobyć definitywne dowody, że zielona herbata ma taką moc.

[PAP/Onet.pl](http://laboratoria.net/aktualnosci/4884.html)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/4884.html>



14-04-2021

[Ślęscy naukowcy opracowali model opieki kardoonkologicznej](#)

W publikacji opisano okres od marca 2016 r. do grudnia 2019 r.



14-04-2021

Blizny można leczyć

Blizna bywa dla pacjenta problemem nie tylko kosmetycznym.



14-04-2021

1/3 pracowników woli złożyć wypowiedzenie, niż wrócić do biura

Wiele osób, które świadczą pracę z domu nie jest jeszcze gotowych na powrót do biura.



14-04-2021

COVID-19 wyzwała w płucach nieoczekiwany mechanizm

W komórkach płuc wirus SARS-CoV-2 wyzwała szlak biochemiczny, zwany układem dopełniacza.



14-04-2021

Choroba meningokokowa jest lekceważona

Mimo, iż może w ciągu 24 godzin doprowadzić do zgonu dziecka.



14-04-2021

Przyjmujący leki alergicy są mniej podatni na zakażenie COVID-19

Badania wskazują, że alergicy przyjmujący leki rzadziej zarażają się koronawirusem.



14-04-2021

Szczepionki mRNA a możliwość zakażenia SARS-CoV-2

Możliwe jest złapanie koronawirusa po szczepieniu, ale ryzyko jest naprawdę niewielkie.



12-04-2021

Istnieje związek między szczepieniem przeciwko grypie i...

Podobne dane płyną z całego świata, to wciąż nie udało się dokładnie tego ustalić.

Informacje dnia: [Śląscy naukowcy opracowali model opieki kardiologicznej](#) [Blizny można leczyć](#) [1/3 pracowników woli złożyć wypowiedzenie, niż wrócić do biura](#) [COVID-19 wyzwała w płucach nieoczekiwany mechanizm](#) [Choroba meningokokowa jest lekceważona](#) [Przyjmujący leki alergicy są mniej podatni na zakażenie COVID-19](#) [Śląscy naukowcy opracowali model opieki kardiologicznej](#) [Blizny można leczyć](#) [1/3 pracowników woli złożyć wypowiedzenie, niż wrócić do biura](#) [COVID-19 wyzwała w płucach nieoczekiwany mechanizm](#) [Choroba meningokokowa jest lekceważona](#) [Przyjmujący leki alergicy są mniej podatni na zakażenie COVID-19](#)

Partnerzy