

## [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](#) [Szkozenia](#) [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](#)

## Dużo chrapiasz? Sprawdź czy nie masz...

Chrapanie jest podstawowym objawem schorzenia określanego jako bezdech senny. To zaburzenie oddychania objawia się okresowym zatrzymaniem oddechu w czasie snu. Liczba zatrzymań oddechu może dochodzić do 30 razy w ciągu jednej nocy i powodować znaczne niedotlenienie organizmu.

Nie od dziś wiadomo, że osoby cierpiące na bezdech gorzej śpią, często budzą się w nocy i dlatego bywają senne i zmęczone w ciągu dnia.

Zaburzenie to zwiększa również ryzyko poważniejszych schorzeń, jak choroby układu sercowo-naczyniowego, np. nadciśnienie, zawał serca, udar mózgu. W ostatnim czasie, coraz więcej badań dowodzi też, że bezdech senny jest ściśle związany z cukrzycą typu 2.

Z najnowszego raportu przygotowanego przez Międzynarodową Federację Cukrzycy (IDF - International Diabetes Federation) wynika, że aż 40 proc. pacjentów cierpiących na bezdech ma również cukrzycę (a 23 proc. cukrzyków ma zaburzenia oddychania w czasie snu).

"Nie ma wątpliwości co do związku między tymi schorzeniami" - komentuje Paul Z. Zimmeta przewodniczący grupy zadaniowej IDF ds. epidemiologii i prewencji chorób w Melbourne w Australii. Dlatego, specjaliści z IDF zalecają, by pacjentów, którzy mają jedno z tych schorzeń poddawać testom na wykrywanie drugiego.

Bardzo ważne jest też przeprowadzenie w przyszłości badań, które pozwolą zrozumieć przyczyny związku między bezdechem a cukrzycą.

[PAP/Onet](http://laboratoria.net/aktualnosci/5079.html)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/5079.html>



22-01-2021

## [W Polsce wzrost obszarów zurbanizowanych](#)

Przewyższa on przyrost liczby ludności - informuje Uniwersytet Warszawski.



22-01-2021

## [Kolejna jednodawkowa szczepionka przeciwko COVID-19](#)

Amerykańskiej firmy Johnson&Johnson może być skuteczna nawet w 100 proc.



22-01-2021

## [Europejski Zielony Ład może zwiększyć emisję CO2 w innych państwach](#)

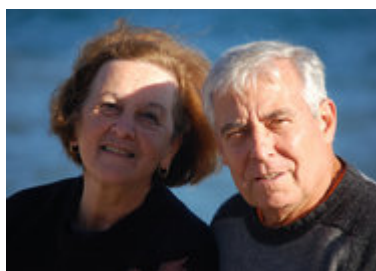
Może on zwiększyć emisję CO2 w innych państwach.



22-01-2021

## [EMA opublikowała uzupełniony raport o szczepionce firmy Moderna](#)

Najczęstsze zaobserwowane w badaniach działania niepożądane to ból w miejscu wstrzyknięcia.



22-01-2021

## [Nie ma górnej granicy ćwiczeń](#)

Im jest ich więcej, tym lepiej dla serca i dla zdrowia.



22-01-2021

## "Czeski szczep" koronawirusa jest dość popularny

Podobnie jak duński w białku S wirusa brakuje mu dwóch aminokwasów.



18-01-2021

## Dziś Blue Monday czyli "najbardziej depresyjny dzień roku"

Uważa się, że to najbardziej depresyjny dzień w roku, choć ta teoria nie ma żadnego potwierdzenia.



18-01-2021

## W czwartek poznamy zwycięzców konkursu Popularyzator Nauki 2020

Nagrody i wyróżnienia otrzymają uczeni, społecznicy, zespoły i instytucje.

**Informacje dnia:** [W Polsce wzrost obszarów zurbanizowanych](#) [Kolejna jednodawkowa szczepionka przeciwko COVID-19](#) [Europejski Zielony Ład może zwiększyć emisję CO2 w innych państwach](#) [EMA opublikowała uzupełniony raport o szczepionce firmy Moderna](#) [Nie ma górnej granicy ćwiczeń](#) ["Czeski szczep" koronawirusa jest dość popularny](#) [W Polsce wzrost obszarów zurbanizowanych](#)

[Kolejna jednodawkowa szczepionka przeciwko COVID-19 Europejski Zielony Ład może zwiększyć emisję CO2 w innych państwach](#) [EMA opublikowała uzupełniony raport o szczepionce firmy Moderna](#) [Nie ma górnej granicy ćwiczeń "Czeski szczep" koronawirusa jest dość popularny](#) [W Polsce wzrost obszarów zurbanizowanych](#) [Kolejna jednodawkowa szczepionka przeciwko COVID-19 Europejski Zielony Ład może zwiększyć emisję CO2 w innych państwach](#) [EMA opublikowała uzupełniony raport o szczepionce firmy Moderna](#) [Nie ma górnej granicy ćwiczeń "Czeski szczep" koronawirusa jest dość popularny](#)

## **Partnerzy**