

[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](#)

Środki przeciwbólowe zwiększają masę mięśni

Naukowcy z Ball State University w Muncie, zaprezentowali na dorocznym spotkaniu Amerykańskiego Towarzystwa Fizjologicznego swoje wyniki na podstawie, których stwierdzili, że zażywając środki przeciwbólowe lub przeciwzapalne nie tylko uwolnimy się od cierpienia, ale także

będziemy mieć większe mięśnie. Dotyczy to zwłaszcza osób starszych, które jednocześnie z braniem leków przeciwbólowych odwiedzają siłownię. Badania przeprowadzono na 36 osobach w wieku od 60 do 78 lat, nie skarżących się na większe dolegliwości. Grupa ta uczestniczyła w 3-miesięcznym treningu wytrzymałościowym. Ich zadaniem było podnoszenie ciężarów przez trzy dni w tygodniu przez 15-20 minut. Część badanych codziennie zażywała maksymalną dopuszczalną dawkę jednego z leków o działaniu przeciwbólowym i przeciwzapalnym – ibuprofenu lub acetaminofenu. Druga grupa dostawała od lekarzy placebo. Obie grupy po trzech miesiącach treningu mogły pochwalić się lepszą kondycją i przyrostem tkanki mięśniowej z tą różnicą, że u osób łykających tabletki mięsień czterogłowy uda był bardziej widoczny. Wcześniejsze badania wykazały, że ibuprofen oraz acetaminofen nie sprzyjały produkcji białek mięśniowych, bo blokowały enzym o nazwie cyklooksygenaza (COX). Mięśnie nie chciały rosnąć i tego samego spodziewali się naukowcy po tym badaniu. Naukowcy zastanawiają się nad sprawdzeniem wpływu środków przeciwbólowych na mięśnie młodych ludzi. Póki nie przeprowadzą odpowiednich testów, nie zalecamy wprowadzania do diety przeciwbólowych tabletek.

MC

<http://laboratoria.net/aktualnosci/5080.html>



24-04-2024

Potrzebne regulacje dot. norm i zasad hałasu turbin wiatrowych

Uważa prof. Anna Preis z Uniwersytetu Adama Mickiewicza.



24-04-2024

Naukowcy zbadali, jakie obrazy zapadają częściej w pamięć

Wynika z badania opublikowanego w Nature Human Behaviour.



24-04-2024

Człowiek poprzez emisję gazów spowodował ocieplenie

Przypomnieli członkowie Komitetu przy Prezydium PAN.



24-04-2024

Sztuczna inteligencja diagnozuje spektrum autyzmu

Robi to lepiej niż specjaliści.



24-04-2024

Autonomiczne hulajnogi elektryczne

Mogłyby same wracać do punktów ładowania.



24-04-2024

Wydano pierwszy atlas geologiczny Księżyca

Zestaw map został wydany w języku chińskim i angielskim.



24-04-2024

Cechach psychopatyczne, a hałaśliwe samochody

Nowe badania profesor psychologii Julie Aitken Schermer .



24-04-2024

Szczepienia dorosłych są tak samo ważne, jak szczepienia dzieci

Uważają lekarze i epidemiolodzy.

Informacje dnia: [Potrzebne regulacje dot. norm i zasad hałasu turbin wiatrowych](#) [Naukowcy zbadali, jakie obrazy zapadają częściej w pamięć](#) [Człowiek poprzez emisję gazów spowodował ocieplenie](#) [Sztuczna inteligencja diagnozuje spektrum autyzmu](#) [Autonomiczne hulajnogi elektryczne](#) [Wydano pierwszy atlas geologiczny Księżyca](#) [Potrzebne regulacje dot. norm i zasad hałasu turbin wiatrowych](#) [Naukowcy zbadali, jakie obrazy zapadają częściej w pamięć](#) [Człowiek poprzez emisję gazów spowodował ocieplenie](#) [Sztuczna inteligencja diagnozuje spektrum autyzmu](#) [Autonomiczne](#)

[hulajnogi elektryczne](#) [Wydano pierwszy atlas geologiczny Księżyca](#) [Potrzebne regulacje dot. norm i zasad hałasu turbin wiatrowych](#) [Naukowcy zbadali, jakie obrazy zapadają częściej w pamięć](#) [Człowiek poprzez emisję gazów spowodował ocieplenie](#) [Sztuczna inteligencja diagnozuje spektrum autyzmu](#) [Autonomiczne hulajnogi elektryczne](#) [Wydano pierwszy atlas geologiczny Księżyca](#)

Partnerzy