

[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

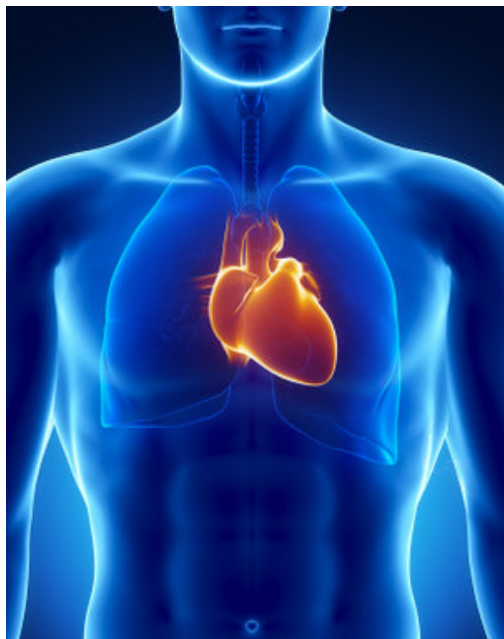
Nauka i biznes

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

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Groźne incydenty kardiologiczne rzadsze u radosnych ludzi

Ludzie o pogodnym usposobieniu są w mniejszym stopniu narażeni na występowanie komplikacji kardiologicznych - przekonują naukowcy na łamach "American Journal of Cardiology".



Badacze z Johns Hopkins University School of Medicine (USA) doszli do wniosku, że u osób, które zazwyczaj czują się radosne, odprężone, pełne energii i zadowolenia z życia rzadziej występują groźne incydenty kardiologiczne, np. zawał serca, nagła śmierć sercowa, ostry zespół wieńcowy, czy konieczność wszczęcia bypassów lub stentów.

"Jeśli jesteś z natury osobą pogodną i skupiasz się na jasnych stronach życia, jesteś najprawdopodobniej lepiej chroniony przed komplikacjami kardiologicznymi" - komentuje prof. Lisa R. Yanek.

Naukowcy przez 5 do 25 lat obserwowali stan zdrowotny rodzeństwa ludzi, którzy mieli do czynienia z niebezpiecznymi incydentami kardiologicznymi przed ukończeniem 60. roku życia, ponieważ ryzyko choroby jest wśród członków rodziny dwa razy większe niż normalnie. Osoby badane wypełniały także kwestionariusze badawcze, które mierzyły nastawienie do życia, nasilenie obaw związanych z chorobą, poziom niepokoju, energii oraz satysfakcji życiowej.

Okazało się, że prawdopodobieństwo wystąpienia komplikacji kardiologicznych było o 1/3 mniejsze u ludzi z pozytywnym nastawieniem do życia, a u osób szczególnie narażonych ryzyko było zredukowane o 50 proc.

Badacze dodatkowo przeprowadzili analizę danych pochodzących z narodowego badania ogólnej populacji i także w tej grupie stwierdzili o 13 proc. niższe ryzyko komplikacji kardiologicznych u osób z pogodnym usposobieniem.

Przyczyny tej sytuacji nie są do końca znane. Choć niektórzy sugerują, że pogoda ducha sprzyja dbaniu o zdrowie, autorzy badania nie zgadzają się z tym wyjaśnieniem. Wyniki ich badania pokazały bowiem, że pozytywnie nastawione do życia osoby posiadają nie mniej czynników ryzyka, które mogą doprowadzić do incydentu kardiologicznego niż inni ludzie. Wiadomo jedynie, że radosne usposobienie to cecha wrodzona, a nie łatwe do wyuczenia zachowanie.

Źródło: www.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/18602.html>



01-06-2026

Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

AGH uruchomiła laboratorium

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

[W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

[3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy