

[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](#)

Tryb życia zwiększa ryzyko zwyrodnienia plamki żółtej



Rozwój zwyrodnienia plamki żółtej u osób z genetycznymi predyspozycjami jest bardziej prawdopodobny, jeśli osoby te przez długi czas paliły papierosy, źle się odżywiały, nie były aktywne fizycznie oraz miały niedobór witaminy D. Informują o tym naukowcy z Uniwersytetu Wisconsin-Madison. Ich wnioski publikuje pismo "Ophthalmology".

Zwyrodnienie plamki żółtej związane z wiekiem (ang. age-related macular degeneration, AMD) jest chorobą, w wyniku której dochodzi do uszkodzenia centralnej części siatkówki, gdzie znajduje się najwięcej fotoreceptorów. W środku pola widzenia pojawia się wówczas ciemna plama. Choroba ta jest jedną z głównych przyczyn utraty wzroku u osób po 50. roku życia.

Obserwacje prowadzone były w grupie 1663 kobiet w wieku 50-79 lat, uczestniczących w szerzej zakrojonych badaniach CAREDS (Carotenoids in Age-Related Eye Disease Study), podczas których zbierano dane na temat zdrowia i trybu życia od 1991 roku. Zwyrodnienie plamki żółtej rozwinęło się u 337 kobiet.

Po porównaniu informacji oraz uwzględnieniu ryzyka związanego z posiadaniem mutacji genu CFH, zwiększającego prawdopodobieństwo rozwoju zwyrodnienia, naukowcy ustalili, że dieta, aktywność fizyczna i nałóg nikotynowy w dużym stopniu wpływały na rozwój choroby w grupie ryzyka genetycznego. Dodatkowo ryzyko zwiększał niedobór witaminy D, która hamuje rozwój stanu zapalnego.

Jak zauważa autorka badań dr Julie A. Mares, dobrą wiadomością dla osób z genetycznym ryzykiem rozwoju AMD jest to, że mogą zmniejszyć prawdopodobieństwo wystąpienia choroby poprzez modyfikację trybu życia.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<https://laboratoria.net/aktualnosci/24175.html>



21-05-2026

Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich

[naturalnych siedlisk](#)

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

[Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#)

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

[Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

[Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet](#)

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy