

### [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](#)

## Dieta zmniejszająca ryzyko demencji



**Choroba Alzheimera (AD) dotyka 50-70% osób cierpiących na demencję. Podczas jednego z projektów europejskich poczyniono znaczące postępy w tworzeniu specyficznych interwencji żywieniowych, mogących wpłynąć na AD.**

Uczestnicy finansowanego przez UE projektu [LIPIDIET](#) (Therapeutic and preventive impact of nutritional lipids on neuronal and cognitive performance in aging, Alzheimer's disease and vascular dementia) opracowali specyficzną dietę bogatą w składniki odżywcze, aby zmniejszyć ryzyko zaburzeń naczyniowo-mózgowych i opóźnić bądź zapobiec demencji naczyniowej oraz początkom AD.

Projekt LIPIDIET rozpoczął się w 2008 roku i umożliwił precyzyjne zidentyfikowanie czynników ryzyka związanych z dietą, trybem życia i genetyką, jak również kombinacji tych czynników, które korelują z większym ryzykiem demencji. Odkryto, że kluczowe czynniki ryzyka to geny, metabolizm lipidów i zapalenie. Naukowcy zidentyfikowali też nieznanne dotąd mechanizmy zaburzenia transmisji synaptycznej, różnicowania komórek i ich czynności przez wywołujące demencję molekuly amyloidowe.

Początkowo naukowcy badali neuroochronny mechanizm działania kwasu dokozaheksaenowego (DHA). Odkryli, że DHA polepsza funkcjonowanie synaps i bariery krew-mózg przy jednoczesnym zahamowaniu zapalnych szlaków sygnałowych i zmniejszeniu ilości reaktywnych form tlenu. Wpływa również pozytywnie na patologiczne szlaki wywołane przez apoE4, która jest głównym genetycznym czynnikiem ryzyka AD.

Uczestnicy projektu stworzyli różne formuły, z których Fortasyn Connect okazała się najskuteczniejsza w różnych modelach komórkowych oraz zwierzęcych choroby Alzheimera. Wybrali więc tę bogatą w składniki odżywcze formułę do dalszej analizy w podwójnie zaślepionych badaniach klinicznych dotyczących zwiastunów AD. Fortasyn Connect składa się z kwasów tłuszczowych omega 3: DHA oraz EPA, urydyno-5'-monofosforanu, choliny, witamin B6, B12, folianów, fosfolipidów, witamin C i E, oraz selenu. Jest to mieszanina składników czynnych w postaci medycznego napoju odżywczego do stosowania w dawce 125 ml dziennie. Dzielne spożycie było na poziomie zgodnym z założeniami lub wyższym i mimo że główna część badań klinicznych już się skończyła, wielu uczestników zgłosiło chęć udziału w badaniach dodatkowych.

Dane kliniczne ujawniły, że wczesna interwencja polegająca na podawaniu żywności medycznej może pomóc w zachowaniu pamięci, zdolności myślenia i przeprowadzania codziennych czynności, jak również spowolnić kurczenie się mózgu u ludzi ze zwiastunami choroby Alzheimera.

Badanie pokazało, że dokładnie zaprojektowana, specyficzna interwencja żywieniowa może promować zdrowe starzenie jak również zapobiegać objawom AD. Wyniki projektu LIPIDIDIET zostały opublikowane w ponad stu prestiżowych czasopismach naukowych oraz zaprezentowane w prasie, TV i audycjach radiowych.

Inne projekty, w tym MIND-AD, wykorzystują wyniki LIPIDIDIET jako model badawczy do tworzenia wielowymiarowych programów zapobiegania demencji w ramach ogólnoeuropejskiej opieki zdrowotnej. Wyniki projektu przyczynią się do poprawy zdrowia publicznego, a ponadto zyska na nich przemysł spożywczy, jako że uzyskane dane naukowe potwierdzają twierdzenia o skuteczności tego typu produktów.

Źródło: [www.cordis.europa.eu](http://www.cordis.europa.eu)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/25618.html>



13-04-2026

## [Mity na temat epilepsji](#)

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

## [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#)

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

## **Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu**

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

## **W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja**

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

## **Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...**

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

## **Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne**

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

## [Ruszyła Akademia Energii Jądrowej](#)

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.



13-04-2026

## [Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona](#)

Chorych będzie coraz więcej

**Informacje dnia:** [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

**Partnerzy**