

[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

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