

[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](#)

Tłusta dieta szkodzi pamięci



Tłusta dieta znacznie pogarsza zdolności do zapamiętywania i uczenia się - potwierdziły najnowsze badania na myszach, które publikuje pismo „PLOS ONE”.

Autorzy pracy zaznaczają, że zdolności poznawcze gryzoni wróciły do normy po przestawieniu ich na zdrowsze jedzenie. Jednak pewne zmiany powstałe w strukturze mózgu odpowiedzialnej za pamięć utrzymały się, a ich długofalowe konsekwencje nie są znane.

Naukowcy z Medical University of South Carolina przez 24 tygodnie hodowali jedną grupę myszy na bardzo tłustej karmie, drugiej grupie po 16 tygodniach zmienili jedzenie na zdrowe, a trzecia grupa (kontrolna) przez cały okres doświadczenia była na zdrowej standardowej diecie.

Okazało się, że gryzonie karmione tłusto przytyły i miały zaburzenia w metabolizmie glukozy typowe dla chorych na cukrzycę typu 2. Jednocześnie wykazywały poważne problemy z pamięcią krótko- i długotrwałą - na przykład nie zapamiętywały drogi w wodnym labiryncie czy nowych przedmiotów.

Badacze wykazali również, że tłusta dieta prowadziła do spadku wrażliwości na insulinę różnych struktur mózgu, w tym hipokampa, który odrywa ważną rolę w uczeniu się i zapamiętywaniu. Miało to związek ze zmniejszeniem produkcji receptorów insulinowych w neuronach hipokampa. Choć insulina kojarzy nam się głównie z kontrolowaniem metabolizmu glukozy, oddziałuje ona również na mózg i w ten sposób wpływa na nasze zachowania i procesy poznawcze.

Co ciekawe, w osiem tygodni po przestawieniu myszy z diety tłustej na zdrową, zdolności do zapamiętywania i uczenia się gryzoni wróciły do normy. Utrzymała się jednak zmniejszona produkcja receptorów insulinowych w neuronach hipokampa. I choć na razie naukowcy nie wiedzą, jakie może to mieć odległe skutki, to przypominają, że takie zjawisko obserwuje się u chorych na alzheimera oraz w trakcie starzenia się mózgu. Nie jest więc wykluczone, że tłusta dieta i tak pozostawia w mózgu swój ślad w postaci większej predyspozycji do demencji w przyszłości.

Zdaniem autorów badania może ono pomóc zrozumieć, w jaki sposób otyłość i zaburzenia metaboliczne, będące efektem m.in. nieprawidłowej diety, wpływają na pogorszenie zdolności poznawczych.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<https://laboratoria.net/aktualnosci/26319.html>



12-05-2026

Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

Norowirusy - biegunka brudnych rąk

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy