

[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](#)

Stymulacja nerwu błędnego hamuje starzenie się?

Stymulacja nerwu błędnego poprzez ucho zewnętrzne może hamować starzenie się organizmu poprzez częściową rewitalizację układu nerwowego - pokazują wstępne, ale

obejujące badania naukowców University of Leeds.

„BBC News” informuje, że wskazują na to testy, jakie specjaliści brytyjskiej uczelni przeprowadzili wśród 29 zdrowych osób w wieku co najmniej 55 lat. Do ucha zewnętrznego podłączono im aparat stymulujący nerw błędny, należący do autonomicznego układu nerwowego.

Nerw błędny jest najdłuższym nerwem czaszkowym i nerwem mieszanym, którego włókna odchodzą z mózgu do wielu miejsc organizmu i narządów, w tym do mięśni gardła, krtani i podniebienia, serca, płuc, jelit oraz nerki. Jedno z nich dociera także do ucha zewnętrznego. Nerw błędny wpływa na funkcjonowanie wielu układów, reguluje pracę płuc, serca i ciśnienie tętnicze oraz układ pokarmowy.

Wraz z wiekiem układ nerwowy człowieka jest mniej sprawny, co wpływa na cały organizm. Gorzej funkcjonuje także nerw błędny.

Ekspertyza - wyjaśnia autorka badania dr Beatrice Bretherton z University of Leeds - polegała na stymulacji tego nerwu za pośrednictwem aparatu podłączonego do ucha zewnętrznego. Stymulacja ta - zapewnia - jest bezbolesna, może być odczuwane jedynie delikatne łaskotanie. Podczas testów wykonywano ją przez 15 minut dziennie w okresie dwóch tygodni.

Brytyjska specjalistka twierdzi, że po takich prostych zabiegach poprawiała się u badanych ochotników równowaga między systemem współczulnym (pobudzającym) i przywspółczulnym (hamującym). Najbardziej było to widoczne u osób, u których była ona najbardziej zakłócona. Oznaczało to, że wyraźniej poprawiło się u nich samopoczucie, takie osoby lepiej się też wysypiały.

Dr Bretherton przyznaje, że potrzebne są obserwacje na większej grupie osób i w dłuższym okresie. Uważa jednak, że uzyskane efekty są jedynie „czubkiem góry lodowej” tego, co można osiągnąć dzięki stymulacji nerwu błędnego. Kolejne próby mają na przykład wykazać, czy ta metoda umożliwi leczenie niewydolności serca, depresji oraz tzw. zespołu jelita drażliwego.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29127.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