

[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](#)

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

obietujące 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.

Eksperyment - wyjaśnia autorka badania dr Beatrice Bretherton z University of Leeds - polegał 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>



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