

### [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](#)

## Mikrobiom oświecony

Za pośrednictwem witaminy D światło słoneczne może wpływać na mikrobiom jelitowy - informuje pismo "Frontiers in Microbiology".

Badania kliniczne przeprowadzone przez zespół prof. Bruce' Vallance z University of British Columbia wskazują, że światło słoneczne pośrednio wpływa na żyjące w ludzkim jelicie mikroorganizmy i może zmieniać skład tej populacji.

Wyniki wcześniejszych badań wskazywały, że ekspozycja na słońce, poziom witaminy D oraz rodzaj bakterii jelitowych mają związek z ryzykiem chorób o podłożu zapalnym, na przykład stwardnienia rozsianego (SM) oraz zapalnych chorób jelit (IBD).

To, że pod wpływem promieniowania UVB w skórze powstaje aktywna postać witaminy D ustalono już w ubiegłym wieku. Niedawne prace sugerują związek pomiędzy witaminą D a ludzkim mikrobiomem jelitowym. Jednak to, że promieniowanie UVB zmienia mikrobiom za pośrednictwem witaminy D zaobserwowano wcześniej tylko w przypadku gryzoni.

Naukowcy z University of Columbia przeprowadzili badanie na 21 zdrowych ochotniczkach. W ciągu tygodnia kobiety otrzymały trzy jednonumutowe sesje ekspozycji całego ciała na ultrafiolet. Przed i po ekspozycji pobierano próbki kału w celu analizy bakterii jelitowych, a także próbki krwi (by zbadać poziom witaminy D).

Napromieniowanie skóry UVB znacznie zwiększyło różnorodność mikrobiologiczną jelit, ale tylko u 12 osób, które nie przyjmowały suplementów witaminy D podczas badania (przeprowadzono je zimą).

„Przed ekspozycją na UVB kobiety te miały mniej zróżnicowany i zrównoważony mikrobiom jelitowy niż te, które przyjmują suplementy witaminy D - wskazał prof. Bruce Vallance. - Ekspozycja na UVB zwiększyła bogactwo i równomierność ich mikrobiomu do poziomów nie do odróżnienia od grupy suplementowanej, której mikrobiom nie został znacząco zmieniony”.

Najwyraźniejszy efekt zaobserwowany po ekspozycji na UVB dotyczył wzrostu względnej liczebności bakterii Lachnospiraceae. Także wcześniejsze badania łączyły obfitość Lachnospiraceae z wysokim poziomem witaminy D u gospodarza.

Podobnie jak podczas badań na myszach, wykazano także wzrost liczebności bakterii Firmicutes w jelicie oraz spadek liczebności Bacteroidetes po ekspozycji na UVB.

Zdaniem autorów zaobserwowane zależności mogą się przyczynić do wyjaśnienia ochronnej roli ekspozycji na UVB w chorobach zapalnych, takich jak stwardnienie rozsiane oraz IBD.

Źródło:pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29261.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**