

[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](#)

Mniej zamożni mogą chorować na serce z niewyspania

Częstsze występowanie chorób serca wśród osób o niższym statusie socjoekonomicznym może mieć związek z niedoborem snu - informuje pismo "Cardiovascular Research".

Osoby mniej zarabiające śpią mniej z różnych powodów: mogą pracować w kilku miejscach, pracować na zmiany, żyć w hałaśliwym otoczeniu i mieć wyższy poziom stresu emocjonalnego oraz finansowego.

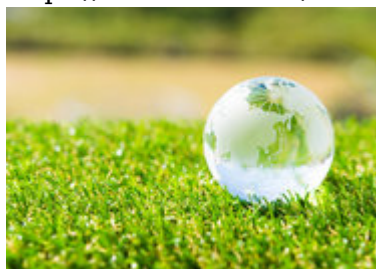
Dusan Petrovic z University Centre of General Medicine and Public Health (unisanté) w Lozannie (Szwajcaria) przeprowadził pierwsze duże badanie populacyjne, sprawdzające, czy brak snu może częściowo wyjaśnić, dlaczego osoby o niskich dochodach częściej chorują na serce.

Badanie było częścią projektu Lifepath i zebrało dane z ośmiu kohort (w sumie 111 205 uczestników z czterech krajów europejskich). Status społeczno-ekonomiczny został sklasyfikowany jako niski, średni lub wysoki na podstawie zawodu danej osoby oraz zawodu jej ojca. Historię choroby niedokrwiennej serca i udaru uzyskano na podstawie oceny klinicznej, dokumentacji medycznej oraz raportu własnego. Średni czas snu deklarowany przez uczestników badania został sklasyfikowany jako zalecany lub normalny sen (od 6 do 8,5 godziny), krótki sen (poniżej 6 godzin) i długi sen (ponad 8,5 godziny) w ciągu nocy. Wpływ niewystarczającego snu badano za pomocą metody statystycznej zwanej analizą mediacji. Ocenia ona wpływ czynnika pośredniego (snu) na związek pomiędzy główną ekspozycją (status społeczno-ekonomiczny) a głównym wynikiem (choroba niedokrwienność serca lub udar mózgu).

Jak się okazało, zbyt krótki sen wyjaśniał w 13,4 proc. związek pomiędzy pracą zawodową a chorobą wieńcową u mężczyzn. Zdaniem Petrovica brak związku krótkiego snu z chorobami serca u kobiet może wynikać ze słabszego związku pomiędzy pracą zawodową a czasem trwania snu w porównaniu do mężczyzn. „Na każdym poziomie społeczeństwa potrzebne są reformy strukturalne, które dałyby ludziom możliwość dłuższego snu. Chodzi na przykład o próby zmniejszenia hałasu, który jest ważnym źródłem zakłóceń snu - podwójne szyby, ograniczanie ruchu i niebudowanie domów obok lotnisk lub autostrad” - powiedział.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29303.html>



29-05-2026

Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu

Wynika z danych IMGW-PIB.



29-05-2026

Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości

Wykazało badanie Uniwersytetu SWPS.



29-05-2026

Studenci z Wrocławia pracują nad komunikacją opartą na falach...

Czy możliwa jest komunikacja bez użycia głosu i ruchu?



29-05-2026

Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego

Są jeszcze miejsca, gdzie modele AI przegrywają w starciu z ludzkim intelektem.



29-05-2026

[Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026](#)

W dniach 16-18 czerwca 2026 r. w EXPO XXI Warszawa



21-05-2026

[Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

[Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

[Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#)

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.

Informacje dnia: [Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu](#) [Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości](#) [Studenci z Wrocławia pracują nad komunikacją opartą na falach mózgowych](#) [Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego](#) [Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu](#) [Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości](#) [Studenci z Wrocławia pracują nad komunikacją opartą na falach mózgowych](#) [Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego](#) [Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

Partnerzy