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

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

Aktywne matki mają zdrowsze mleko

Matki przekazują swoim dzieciom kolor włosów, oczu czy choroby dziedziczne. Jak dowodzą najnowsze badania Wexner Medical Center na Ohio State University, mogą też przekazywać korzyści ze zdrowego trybu życia. Okazuje się bowiem, że nawet umiarkowana ilość ćwiczeń fizycznych w czasie ciąży i po niej zwiększa w mleku matki ilość składników, które redukują

u dziecka ryzyko takich chorób jak cukrzyca, otyłość czy choroby serca.

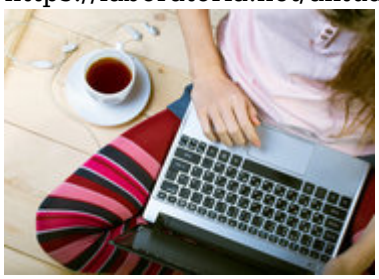
Już wcześniej nasze badania wykazywały, że aktywność fizyczna matki poprawia zdrowie dziecka. Chcieliśmy jednak poznać odpowiedź na pytanie, dlaczego tak się dzieje, mówi główna autorka badań, Kriston Stanford. *Jako, że dysponujemy dowodami, iż mleko matki odgrywa tutaj zasadniczą rolę, chcieliśmy wyizolować te składniki, które poprawiają zdrowie dziecka*.

Na potrzeby swoich badań naukowcy badali myszy, których matki prowadziły mało aktywny tryb życia i karmili te myszy mlekiem matek, które w czasie ciąży były aktywne. Okazało się, że myszy odnosiły korzyści z picia takiego mleka. To zaś dowiodło, że korzyści zdrowotne są przekazywane za pośrednictwem mleka, a nie wyłącznie za pośrednictwem genów.

W kolejnym etapie badań naukowcy przyjrzeli się mleku 150 kobiet. Odkryli, że w mleku tych pań, które w ciągu dnia przeszły dłuższy dystans, występuje więcek składnika o nazwie 3SL. *Wzrost 3SL niekoniecznie był związany z intensywnością ćwiczeń. Zatem nawet aktywność fizyczna o umiarkowanej intensywności zwiększa ilość tego składnika w mleku*, mówi profesor Stanford. *Ćwiczenia fizyczne są bardzo korzystne dla zdrowia kobiety zarówno w czasie ciąży jak i po porodzie. A wszystko, co poprawia zdrowie matki, poprawia też zdrowie dziecka*.

Wiele jednak kobiet z różnych względów nie może karmić piersią lub też nie powinno ćwiczyć w czasie ciąży. Dlatego też naukowcy starają się wyizolować 3SL z mleka i chcą sprawdzić, czy z mleka aktywnych fizycznie kobiet można przygotować preparat, który pomoże dzieciom kobiet nieaktywnych fizycznie lub niekarmiących piersią.

Źródło: KopalniaWiedzy.pl
https://laboratoria.net/aktualnosci/29834.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

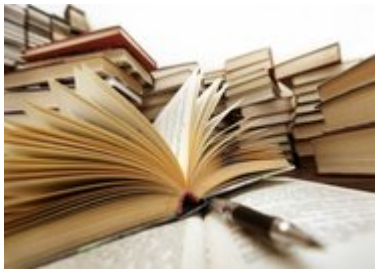
10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026

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

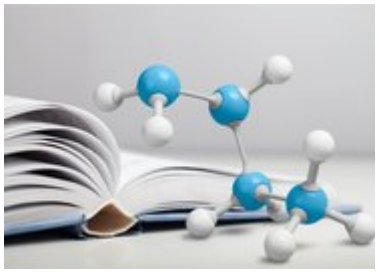
AGH uruchomiła laboratorium

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