

[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](#)

Dieta może stanowić poważne źródło arsenu



Alkohol, warzywa kapustowate i ryby o ciemnym mięsie zawierają arsen, którego duże stężenie w organizmie sprzyja występowaniu problemów zdrowotnych - zawiadania „Nutrition Journal”.

Naukowcy z Dartmouth College (USA) potwierdzają, że niektóre produkty spożywcze mają w swoim składzie stosunkowo duże ilości arsenu - pierwiastka, który kumuluje się w organizmie człowieka, mogąc wywoływać choroby serca, płuc, skóry i tarczycy, a także przyczyniać się do rozwoju nowotworów.

Wśród składników diety zawierających najwięcej arsenu wyróżnia się alkohol (piwo, wino), warzywa kapustowate (w szczególności brukselki) oraz ryby o ciemnym mięsie (tuńczyk, makrela, łosoś, sardynka).

Badacze sprawdzali stężenie arsenu w organizmach osób badanych poprzez analizę fragmentów paznokci, które są uznawane za doskonały wskaźnik długotrwałej kumulacji tego pierwiastka.

Okazało się, że jednym z głównych zagrożeń dla człowieka jest alkohol - zwłaszcza piwo w przypadku mężczyzn i wino w przypadku kobiet - ponieważ nie tylko cechuje się wysoką zawartością arsenu, ale także wpływa na procesy jego neutralizacji i wydalania.

Należy jednak podkreślić, iż niewielkie ilości tego pierwiastka w organizmie są niezbędne do prawidłowego przebiegu procesów wzrostu, rozwoju i rozmnażania, co wykazały uprzednie badania przeprowadzone na zwierzętach.

Źródło: www.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/20081.html>



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.



21-05-2026

Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy