

### [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](http://www.pap.pl)

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



09-04-2026

## **Światło uwięzione w ultracienkiej siatce**

Ten wynik otwiera drogę do nowych, płaskich elementów fotonicznych.



09-04-2026

## **Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu**

Będzie można regenerować kości i stawy



09-04-2026

## **WAT z nowymi pracowniami dla Instytutu Radioelektroniki**

Otrzymał nowy budynek z pracowniami i aulą dla studentów.



09-04-2026

## **Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki**

Dwie trzecie z nich wyciąga inne wnioski.



09-04-2026

## **Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego**

Bakterie rozprzestrzeniają się nie tylko w szpitalach.



09-04-2026

## **Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p**

Przydatnym w leczeniu wielu schorzeń, jak choroby nowotworowe i autoimmunologiczne.



09-04-2026

## **Bez podstawowej wiedzy o roślinach**

Wprowadzamy coraz więcej gatunków obcych inwazyjnych.



30-03-2026

## Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.

**Informacje dnia:** [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#) [Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#) [Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#) [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#) [Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#) [Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#)

### **Partnerzy**