

[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](#)

Aerobik spowalnia zwyrodnienia siatkówki



Aerobik o umiarkowanej intensywności pomaga zachować zdrowie komórek nerwowych w uszkodzonej siatkówce - przekonują naukowcy, których wnioski publikuje "Journal of Neuroscience". Ich zdaniem ćwiczenia mogą pomóc spowolnić rozwój m.in. zwyrodnienia plamki żółtej.

Zwyrodnienie plamki żółtej związane z wiekiem jest jedną z najczęstszych przyczyn ślepoty u osób starszych. W wyniku tej choroby dochodzi do uszkodzenia centralnej części siatkówki, gdzie znajduje się najwięcej fotoreceptorów. W środku pola widzenia pojawia się wówczas ciemna plama.

Dr Mabelle Pardue z Emory University w Atlancie obserwowała myszy, które przez dwa tygodnie przez godzinę dziennie biegały na bieżni przed i po ekspozycji na rażące światło powodujące degenerację siatkówki. Okazało się, że w porównaniu z niećwiczącą grupą kontrolną, biegające myszy utraciły o połowę mniej prawidłowo działających fotoreceptorów i komórek nerwowych siatkówki.

Komórki siatkówki u badanych myszy były bardziej czułe na światło i wydzielały więcej białka BDNF (neurotropowy czynnik pochodzenia mózgowego), warunkującego ich prawidłowe działanie. Gdy u biegających myszy zablokowano receptory białka BDNF, siatkówka ulegała degeneracji w takim samym stopniu, jak w grupie kontrolnej.

REKLAMA

Zdaniem dr Pardue, dalsze badania mogą pomóc w przyszłości opracować "skrojone na miarę" programy ćwiczeń, które wspomagałyby leczenie chorób degeneracyjnych oka.

Źródło: www.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/20672.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