

[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

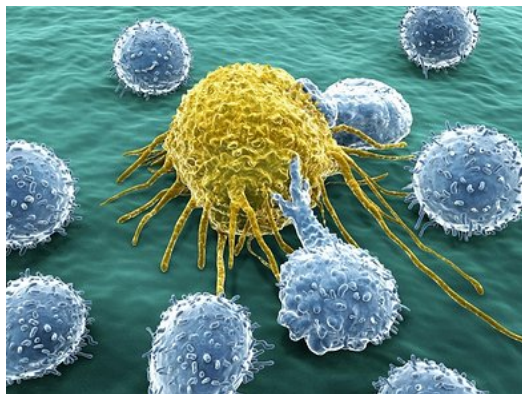
Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Siedzący tryb życia powiązany z ryzykiem raka



Siedzący tryb życia koreluje z większym prawdopodobieństwem zachorowania na raka okrężnicy, macicy i płuc - informują naukowcy na łamach „Journal of the National Cancer Institute”.

Metaanaliza przeprowadzona przez badaczy z Uniwersytetu Regensburg (Niemcy) wykazała, że długotrwałe przebywanie w pozycji siedzącej może sprzyjać zachorowaniu na raka. Każde kolejne dwie godziny spędzone na siedząco zwiększają ryzyko raka jelita grubego (o 8 proc.), nowotworu błony śluzowej trzonu macicy (o 10 proc.) oraz raka płuc (o 6 proc.).

W dodatku prawdopodobieństwo wystąpienia raka związane z siedzącym trybem życia jest niezależne od zaangażowania w aktywność fizyczną.

„Siedzący tryb życia wywiera szkodliwy wpływ w kwestii zachorowania na raka nawet na osoby, które są aktywne fizycznie, co oznacza, że ograniczenie czasu spędzanego na siedząco może odgrywać istotną rolę w zapobieganiu nowotworom” - podkreślają autorzy artykułu.

W trakcie badania brano pod uwagę ogólną ilość czasu spędzanego w pozycji siedzącej, a także poszczególne elementy prowadzące do takiego trybu życia, jak oglądanie telewizji, siedzenie w pracy i siedzenie rekreacyjne.

Okazało się, że ilość czasu poświęcanego na oglądanie telewizji najsilniej korelowała z występowaniem raka okrężnicy i nowotworu macicy, prawdopodobnie dlatego, że taka forma spędzania wolnego czasu często wiąże się ze spożywaniem niezdrowych posiłków oraz słodzonych napojów.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/21704.html>



30-03-2026

Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

Kierownik wyprawy polarnej

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

[Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

[Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

[Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy