

### [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

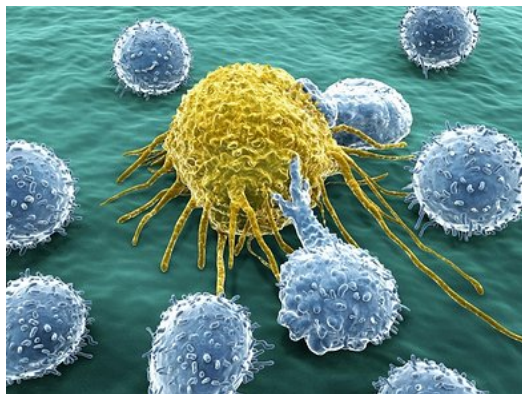
Naukowy styl życia

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](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

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



02-07-2026

## **Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej**

Analizy mają pokazać, jak promieniowanie kosmiczne wpłynęło na nośniki leków.



23-06-2026

## **Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej**

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

## **Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią**

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

## Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

## Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

## Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

## Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

## Przyjemnych snów życzy anestezjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.

**Informacje dnia:** [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

**Partnerzy**