

### [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](#)

## **Mikroorganizmy sterują naszym umysłem**



**Każdy człowiek w swoim przewododzie pokarmowym nosi kilka kilogramów bakterii, które ułatwiają nam trawienie. Metaanaliza, wykonana ostatnio przez grupę naukowców z Ameryki, wykazała, że mikroorganizmy te wpływają także na nasz umysł. W jakimś stopniu kontrolują go, na szczęście w niewielkim.**

Grupa badaczy z Uniwersytetu Kalifornijskiego w San Francisco, Uniwersytetu Nowego Meksyku oraz Uniwersytetu Stanowego Arizony podjęła się zadania przeanalizowania wszystkich najnowszych badań, które mówią o wpływie bakterii na zachowania żywieniowe człowieka. Jak się okazało, istnieje między nimi zależność- bakterie wpływają tak na nasz umysł, że kupujemy, spożywamy takie artykuły żywnościowe, które stanowią dla bakterii najlepszą pożywkę.

Bakterie są różne; jedne potrzebują więcej tłuszczów, inne więcej cukrów. Naukowcy nie odkryli jeszcze dokładnego systemu za pomocą którego bakterie wpływają na nasze myśli ale ponieważ wiadomo, że układ pokarmowy jest silnie sprzężony z układem hormonalnym, odpornościowym oraz nerwowym, mogą powstawać hipotezy, że na przykład w jelitach są uwalniane cząsteczki sygnałowe. Cząsteczki te mogą wpływać na nerw błędny i zmieniać działanie receptorów smakowych sprawiając, że chcemy zjeść dany pokarm lub wytwarzać toksyny, przez które czujemy się źle po zjedzeniu niektórych pokarmów.

Badacze zauważają, że mamy możliwość kontroli nad bakteriami zażywając probiotyki, prebiotyki, antybiotyki, czy stosując transplantacje kału (metoda używana w ciężkich przypadkach, gdy jest potrzeba natychmiastowej odnowy flory bakteryjnej jelit).

Naukowcy dodają, że trzeba wykonać dalsze badania- istnieje przypuszczenie, że wiele chorób cywilizacyjnych, jak na przykład cukrzyca, może być spowodowanych przez bakterie, które wpływają na nas podczas wyboru pokarmów.

Źródło: [University of California](https://www.universityofcalifornia.edu/)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/22459.html>



01-06-2026

## [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

## [Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

## [10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

## [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na](#)

## **zaburzenia psychiczne**

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

## **AGH uruchomiła laboratorium**

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

## **UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki**

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

## **W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński**

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

## **3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat**

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

**Informacje dnia:** [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

### **Partnerzy**