

### [Akceptuję](#)

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

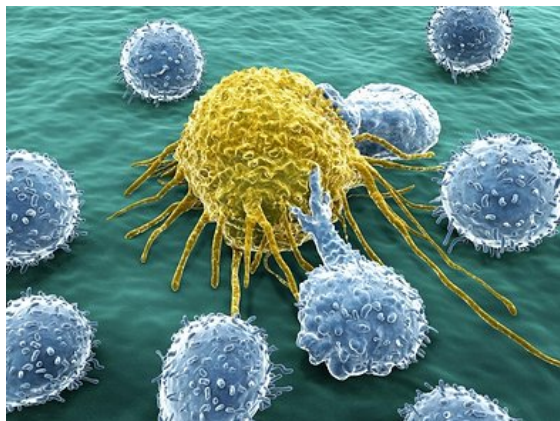
Naukowy styl życia

Nauka i biznes

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

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Nieregularny sen sprzyja nowotworom



**Zmieniające się godziny snu zwiększają w przypadku myszy ryzyko zachorowania na raka piersi - informuje pismo „Current Biology”.**

Naukowcy z Uniwersytetu Erazma w Rotterdamie (Holandia) przeprowadzili badania na myszach z genetyczną skłonnością do zachorowania na raka piersi. Przez rok ich naturalny rytm snu i czuwania był opóźniany poprzez zmianę godziny, o której robiło się ciemno - co tydzień o 12 godzin.

W normalnych warunkach rak piersi rozwijał się u takich myszy po około 50 tygodniach - jednak w przypadku zakłóconego rytmu snu i czuwania guzy pojawiały się o osiem tygodni wcześniej. Zwierzęta śpiące o nieregularnych porach były także o 20 proc. cięższe od grupy kontrolnej - choć wszystkie jadły tyle samo.

Wyniki badań mogą być kolejnym dowodem, że praca na zmiany czy częsta zmiana stref czasowych (jak w przypadku personelu latającego) szkodzą zdrowiu. Wcześniejsze badania sugerowały między innymi związek pracy zmianowej z rakiem piersi. Zakłócenia wewnętrznego rytmu organizmu wydają się zwiększać ryzyko chorób, choć trzeba brać pod uwagę także inne czynniki wpływające na wynik - na przykład poziom aktywności, sytuację społeczną czy poziom witaminy D.

Autorzy zaznaczają, że konieczne są dalsze badania dotyczące ludzi, jednak uważają, że kobiety, w których rodzinach zdarzały się przypadki raka piersi nie powinny nigdy pracować na zmiany. Choć wyniki badań na myszach trudno przenieść na ludzi (a czasem nie jest to możliwe), według autorów można przypuszczać, że ciągła zmiana godzin snu mogłaby w przypadku przeciętnej osoby spowodować przybranie na wadze o 10 kilogramów, a u kobiet z genetycznym ryzykiem raka piersi - przyspieszyć zachorowanie o pięć lat.

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

<https://laboratoria.net/aktualnosci/23946.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**