

[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](#)

Skład flory bakteryjnej jelit a proces zapamiętywania

Skład flory bakteryjnej jelit ma związek ze zdolnościami zapamiętywania - wynika z badania przeprowadzonego przez hiszpańskich naukowców. Ich studium dowiodło też, iż nadmierna

otyłość osłabia pamięć.

Studium przeprowadzone przez pracowników instytutu badawczego Idigbi w Geronie (Hiszpania) na 130 osobach dowodzi, że "określone bakterie" występujące we florze bakteryjnej jelit, czyli mikrobiocie jelitowej, wpływają na proces zapamiętywania. Wnioski z tego badania opublikował portal "Redaccion Medica".

Naukowcy wskazali, że zazwyczaj słabszą pamięć mają osoby cierpiące na nadmierną otyłość. W badaniu potwierdzono, że właśnie u nich występuje mniejszy hipokamp, element układu limbicznego odpowiedzialny głównie za pamięć.

"Rozmiar hipokampu należy wiązać z występowaniem w mikrobiocie jelitowej określonych bakterii" - wyjaśnili pracownicy katalońskiego instytutu badawczego, wskazując na konieczność dalszych badań nad precyzyjnym określeniem bakterii flory żołądkowej osłabiających pamięć.

Według badaczy istnienie specyficznych rodzajów bakterii występujących w mikrobiocie jelitowej osób cierpiących na otyłość potwierdziły się w trakcie badań na szczurach. Zwierzętom tym wszczepiono część flory bakteryjnej jelit ludzi otyłych, co w konsekwencji skutkowało słabnięciem pamięci u gryzoni.

"Oznacza to, że obecność pewnych określonych bakterii w mikrobiocie jelitowej jest ściśle związana z dietą. Stąd wniosek, że opracowanie indywidualnych diet dla pacjentów może pomagać w poprawianiu zdolności poznawczych oraz pamięci" - napisali katalońscy badacze.

Autorzy studium odnotowali również, że osoby, które wykazywały trudności w zapamiętywaniu, miały we krwi mniej tryptofanu, organicznego związku chemicznego z grupy aminokwasów białkowych. Wskazali, że substancja ta, wchodząca m.in. w skład białka mleka, może sprzyjać poprawie pamięci.

Dodatkowo pracownicy Idigbi zaobserwowali też, że osoby ze słabszą pamięcią miały w organizmie mniej witaminy B1. Według wniosków ze studium ta korzystnie wpływająca na zapamiętywanie witamina jest u nich szybciej metabolizowana.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30067.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...](#)

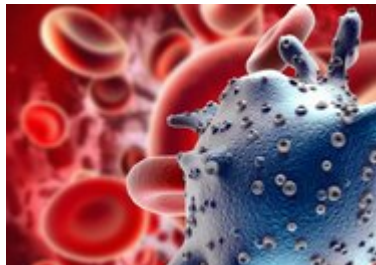
Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



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