

[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>



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.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [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](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [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](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [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](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy