

### [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](#)

## Kobiety mają niższe prawidłowe ciśnienie krwi

**Kobiety mają niższy od mężczyzn prawidłowy zakres ciśnienia krwi - odkryli naukowcy z Cedars-Sinai Smidt Heart Institute (USA).**

Wyniki swojego badania opublikowali w piśmie „Circulation” (<http://dx.doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.120.049360>).

Aktualnie obowiązujące wytyczne stanowią, że kobiety i mężczyźni mają ten sam prawidłowy zakres ciśnienia krwi. Jednak najnowsze ustalenia pokazują, że to nieprawda.

„Nasze nowe badanie dowiodło, że takie uniwersalne podejście do ciśnienia krwi może być szkodliwe dla zdrowia kobiet - mówi dr Susan Cheng, kardiolożka i główna autorka publikacji. - W oparciu o uzyskane wyniki zalecamy, aby społeczność medyczna ponownie oceniła wytyczne dotyczące norm ciśnienia krwi, tym razem z uwzględnieniem różnic między płciami”.

Pierwsza wartość w odczycie ciśnienia krwi nazywana jest ciśnieniem skurczowym; mierzy ona siłę wywieraną przez krew na ściany tętnic podczas skurczu serca. Druga liczba oznacza ciśnienie rozkurczowe, czyli ciśnienie krwi w fazie spoczynkowej, pomiędzy uderzeniami serca.

Od lat za górną normę ciśnienia skurczowego u dorosłej osoby uważa się 120 mmHg. Utrzymujący się wyższy poziom tej wartości oznacza nadciśnienie, które jest kluczowym czynnikiem ryzyka dla chorób sercowo-naczyniowych, takich jak zawał serca, niewydolność serca i udar.

W swoim najnowszym badaniu dr Cheng i jej zespół przeanalizowali pomiary ciśnienia krwi przeprowadzone w czterech innych dużych eksperymentach. W sumie obejmowały one ponad 27 tys. uczestników, z czego 54 proc. stanowiły kobiety.

Naukowcy ustalili, że podczas gdy wartość 120 mmHg była progowa, jeśli chodzi o ryzyko u mężczyzn, to u pań było to już 110 mmHg, a nawet nieco mniej. Poziomy skurczowego ciśnienia krwi, które przekraczały te progi, wiązały się z ryzykiem rozwoju wszystkich wspomnianych wyżej chorób sercowo-naczyniowych.

„Musimy więc ponownie przemyśleć to, co uważaliśmy za +normalne+ ciśnienie krwi, które może uchronić kobiety lub mężczyznę przed chorobą serca lub udarem” - uważa dr Cheng.

Jak dodaje, jej zespół już wcześniej dowiódł, iż naczynia krwionośne kobiet starzeją się szybciej niż mężczyzn. Opublikowane w zeszłym roku badania Cheng potwierdziły, że kobiety ze względu na nieco inną fizjologię mogą być bardziej podatne na rozwój pewnych typów chorób układu krążenia w różnych okresach życia.

„Jeśli idealny fizjologiczny zakres ciśnienia krwi jest rzeczywiście niższy dla kobiet, należy ponownie ocenić obecne podejście klinicystów, co pomoże z równą skutecznością chronić obie płcie - komentuje dr Christine Albert, która także uczestniczyła w badaniu. - Ta bardzo ważna praca, która ma liczne implikacje kliniczne”.

W kolejnym kroku naukowcy planują zbadać, czy kobiety powinny być leczone z powodu nadciśnienia, gdy ich skurczowe ciśnienie krwi jest wyższe niż 110 mmHg, ale nadal niższe niż przyjmowana obecnie wartość 120.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30332.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**