

[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](#)

Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet

Problemy ze snem mogą być istotnym czynnikiem ryzyka choroby Alzheimera u starszych kobiet z wyższą predyspozycją genetyczną do tej choroby - informuje „Journal of Prevention

of Alzheimer's Disease”.

Nowe badanie przeprowadzili naukowcy z University of California w San Diego (USA). Przebadali 69 kobiet w wieku 65 lat i starszych uczestniczących w badaniu Women Inflammation Tau Study, trwającym projekcie skupiającym się na starzeniu się i ryzyku choroby Alzheimera.

Uczestniczki wypełniły kwestionariusze dotyczące jakości snu, przeszły testy pamięci i badania obrazowe mózgu, które pozwoliły określić poziom białka tau, jakie gromadzi się w mózgu osób z alzheimerem.

Jak się okazało, gorszy sen, zgłaszany przez pacjentki miał związek z gorszą pamięcią wzrokową i większym nagromadzeniem białka tau w obszarach mózgu dotkniętych wczesnym stadium choroby Alzheimera — ale tylko u kobiet z wyższym ryzykiem genetycznym. U kobiet z niższym ryzykiem genetycznym nie zaobserwowano takiego samego związku między problemami ze snem i pamięcią a nagromadzeniem tau.

Odkrycie dotyczyło pamięci wzrokowej i nie zaobserwowano go w przypadku pamięci werbalnej.

Zdaniem autorów uzyskane wyniki to kolejny dowód, że zaburzenia snu i choroba Alzheimera mogą się z czasem wzajemnie wzmacniać. Wcześniejsze badania sugerowały, że zaburzenia snu mogą przyczyniać się do nagromadzenia nieprawidłowych białek tau, a zmiany w mózgu związane z chorobą Alzheimera mogą zakłócać prawidłowe wzorce snu.

Ponieważ kobiety stanowią prawie dwie trzecie przypadków choroby Alzheimera i często zgłaszają gorszą jakość snu niż mężczyźni, autorzy przypuszczają, że sen może stanowić ważny i potencjalnie modyfikowalny czynnik ryzyka u starszych kobiet.

Samoocena snu jest tania i łatwa do przeprowadzenia, dlatego potencjalnie wykrywanie problemów ze snem mogłoby pomóc w identyfikacji osób, które mogłyby skorzystać z dokładniejszego monitorowania lub wczesnej interwencji. Zdaniem autorów poprawa snu mogłaby stać się celem przyszłych strategii zapobiegania chorobie Alzheimera, szczególnie u kobiet z podwyższonym ryzykiem genetycznym. Ogólnie rzecz biorąc, istotne może być poważne traktowanie dolegliwości związanych ze snem u starszych kobiet, ponieważ mogą one mieć znaczenie dla zdrowia ich mózgu.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32875.html>



21-05-2026

[Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy