

### [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](#)

## Dużo chrapiasz? Sprawdź czy nie masz...

Chrapanie jest podstawowym objawem schorzenia określanego jako bezdech senny. To zaburzenie oddychania objawia się okresowym zatrzymaniem oddechu w czasie snu. Liczba zatrzymań oddechu może dochodzić do 30 razy w ciągu jednej nocy i powodować znaczne niedotlenienie organizmu.

Nie od dziś wiadomo, że osoby cierpiące na bezdech gorzej śpią, często budzą się w nocy i dlatego

bywają senne i zmęczone w ciągu dnia.

Zaburzenie to zwiększa również ryzyko poważniejszych schorzeń, jak choroby układu sercowo-naczyniowego, np. nadciśnienie, zawał serca, udar mózgu. W ostatnim czasie, coraz więcej badań dowodzi też, że bezdech senny jest ściśle związany z cukrzycą typu 2.

Z najnowszego raportu przygotowanego przez Międzynarodową Federację Cukrzycy (IDF - International Diabetes Federation) wynika, że aż 40 proc. pacjentów cierpiących na bezdech ma również cukrzycę (a 23 proc. cukrzyków ma zaburzenia oddychania w czasie snu).

"Nie ma wątpliwości co do związku między tymi schorzeniami" - komentuje Paul Z. Zimmeta przewodniczący grupy zadaniowej IDF ds. epidemiologii i prewencji chorób w Melbourne w Australii. Dlatego, specjaliści z IDF zalecają, by pacjentów, którzy mają jedno z tych schorzeń poddawać testom na wykrywanie drugiego.

Bardzo ważne jest też przeprowadzenie w przyszłości badań, które pozwolą zrozumieć przyczyny związku między bezdechem a cukrzycą.

[PAP/Onet](https://laboratoria.net/aktualnosci/5079.html)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/5079.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**