

### [Akceptuję](#)

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](#)

## Środki przeciwbólowe zwiększają masę mięśni

Naukowcy z Ball State University w Muncie, zaprezentowali na dorocznym spotkaniu Amerykańskiego Towarzystwa Fizjologicznego swoje wyniki na podstawie, których stwierdzili, że zażywając środki przeciwbólowe lub przeciwzapalne nie tylko uwolnimy się od cierpienia, ale także

będziemy mieć większe mięśnie. Dotyczy to zwłaszcza osób starszych, które jednocześnie z braniem leków przeciwbólowych odwiedzają siłownię. Badania przeprowadzono na 36 osobach w wieku od 60 do 78 lat, nie skarżących się na większe dolegliwości. Grupa ta uczestniczyła w 3-miesięcznym treningu wytrzymałościowym. Ich zadaniem było podnoszenie ciężarów przez trzy dni w tygodniu przez 15-20 minut. Część badanych codziennie zażywała maksymalną dopuszczalną dawkę jednego z leków o działaniu przeciwbólowym i przeciwzapalnym - ibuprofenu lub acetaminofenu. Druga grupa dostawała od lekarzy placebo. Obie grupy po trzech miesiącach treningu mogły pochwalić się lepszą kondycją i przyrostem tkanki mięśniowej z tą różnicą, że u osób łykających tabletki mięsień czterogłowy uda był bardziej widoczny. Wcześniejsze badania wykazały, że ibuprofen oraz acetaminofen nie sprzyjały produkcji białek mięśniowych, bo blokowały enzym o nazwie cyklooksygenaza (COX). Mięśnie nie chciały rosnąć i tego samego spodziewali się naukowcy po tym badaniu. Naukowcy zastanawiają się nad sprawdzeniem wpływu środków przeciwbólowych na mięśnie młodych ludzi. Póki nie przeprowadzą odpowiednich testów, nie zalecamy wprowadzania do diety przeciwbólowych tabletek.

MC

<https://laboratoria.net/aktualnosci/5080.html>



02-07-2026

## [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej](#)

Analizy mają pokazać, jak promieniowanie kosmiczne wpłynęło na nośniki leków.



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.

**Informacje dnia:** [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej 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](#) [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej 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](#) [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej 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](#)

**Partnerzy**