

### [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](#)

## **Długie oglądanie TV śmiertelnie groźne**



**Spędzanie wielu godzin dziennie na oglądaniu TV zwiększa ryzyko zgonu z powodu zatorowości płucnej - potwierdza badanie japońskie, które publikuje pismo „Circulation”.**

Zespół naukowców z Uniwersytetu w Osace zebrał dane na temat czasu spędzanego przed TV wśród nieco ponad 86 tys. Japończyków w wieku 40-79 lat. W ciągu kolejnych 19 lat obserwacji 59 osób z całej grupy zmarło z powodu zatorowości płucnej.

Dochodzi do niej przeważnie w wyniku zablokowania tętnicy płucnej przez skrzeplinę, która przywędrowała wraz z krwią z żył głębokich (najczęściej tych zlokalizowanych z nogach). Zatorowość płucna jest jedną z najpoważniejszych konsekwencji żylnych choroby zakrzepowo-zatorowej (inaczej zakrzepicy), której sprzyja m.in. dłuższe unieruchomienie. Statystyki wskazują, że zakrzepica stanowi jedną z głównych przyczyn zgonów ludzi z powodu chorób układu krążenia - obok zawału serca i udaru mózgu.

Analiza danych japońskich wykazała, że w porównaniu z osobami, które oglądały TV mniej niż 2,5 godz. dziennie, ludzie spędzający każdego dnia od 2,5 do niemal 5 godzin przed ekranem telewizora mieli o 70 proc. wyższe ryzyko zgonu z powodu zatorowości płucnej. Gdy czas oglądania TV wydłużał się do 5 lub więcej godzin dziennie, ryzyko zgonu z powodu zatorowości płucnej rosło o 150 proc. Drugim w kolejności czynnikiem ryzyka zatorowości płucnej okazała się być otyłość.

Naukowcy uwzględnili w analizie szereg czynników, które mogłyby mieć wpływ na wyniki, takich jak występowanie u badanych otyłości, cukrzyca, nadciśnienia tętniczego czy palenie przez nich papierosów.

Ich zdaniem ryzyko zgonu z powodu zatorowości płucnej związanej z długim oglądaniem TV może być większe niż wykazano w badaniu. Wiadomo bowiem, że diagnoza tego schorzenia jest trudna, a przez to śmiertelność z nim związana jest zaniżana. Najczęstsze objawy zatorowości płucnej, tj. ból w klatce piersiowej i duszność, występują również w innych groźnych dla życia dolegliwościach, a ponadto nie zawsze wykonywana jest diagnostyka obrazowa konieczna do rozpoznania tej choroby.

Główny autor pracy Toru Shirakawa ocenia, że wyniki badania przeprowadzonego przez jego zespół mogą w szczególności odnosić się do Amerykanów, którzy - jak wskazują statystyki - oglądają więcej

TV niż Japończycy.

Z kolei współautor pracy prof. Hiroyasu Iso z Uniwersytetu w Osace podkreśla, że wprawdzie zatorowość płucna przydarza się w Japonii rzadziej niż w krajach Zachodu, ale liczba jej przypadków może rosnąć. Ma to związek z tym, że Japończycy coraz częściej przejmują zachodni, siedzący tryb życia, co zwiększa ryzyko tego zaburzenia, tłumaczy.

Badacze przypominają, że miłośnicy TV mogą podejmować proste czynności, by obniżyć ryzyko żylnych chorób zakrzepowo-zatorowej, w tym zatorowości płucnej. Prof. Iso zaleca m.in., by po godzinie przed szklanym ekranem wstać, przejść się, porzucić, albo w trakcie oglądania TV naprzemiennie napinać i rozluźniać mięśnie nóg przez pięć minut. To podobna rada, jakiej udziela się osobom udającym się w daleką podróż samolotem, ponieważ one również są narażone na zakrzepicę. Ponadto warto się regularnie nawadniać, a w dłuższej perspektywie zrzucić zbędne kilogramy.

Autorzy pracy zaznaczają, że dane do badania zbierano w latach 1988-90, czyli zanim popularnym źródłem informacji i rozrywki stały się komputery, tablety oraz smartfony. Dlatego ich zdaniem w przyszłości konieczne będzie sprawdzenie zależności między korzystaniem z tych urządzeń a ryzykiem zgonu z powodu zatorowości płucnej.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/25854.html>



24-09-2024

## [Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

## [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec](#)

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

## **I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach**

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

## **Będzie kolejna edycja maratonu programistów**

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

## **Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce**

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

## **Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją**

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

## **SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa**

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

# Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

**Informacje dnia:** [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

**Partnerzy**