

### [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](#)

## Tłusta dieta szkodzi pamięci



**Tłusta dieta znacznie pogarsza zdolności do zapamiętywania i uczenia się - potwierdziły najnowsze badania na myszach, które publikuje pismo „PLOS ONE”.**

Autorzy pracy zaznaczają, że zdolności poznawcze gryzoni wróciły do normy po przestawieniu ich na zdrowsze jedzenie. Jednak pewne zmiany powstałe w strukturze mózgu odpowiedzialnej za pamięć utrzymały się, a ich długofalowe konsekwencje nie są znane.

Naukowcy z Medical University of South Carolina przez 24 tygodnie hodowali jedną grupę myszy na bardzo tłustej karmie, drugiej grupie po 16 tygodniach zmienili jedzenie na zdrowe, a trzecia grupa (kontrolna) przez cały okres doświadczenia była na zdrowej standardowej diecie.

Okazało się, że gryzonie karmione tłusto przytyły i miały zaburzenia w metabolizmie glukozy typowe dla chorych na cukrzycę typu 2. Jednocześnie wykazywały poważne problemy z pamięcią krótko- i długotrwałą - na przykład nie zapamiętywały drogi w wodnym labiryncie czy nowych przedmiotów.

Badacze wykazali również, że tłusta dieta prowadziła do spadku wrażliwości na insulinę różnych struktur mózgu, w tym hipokampa, który odrywa ważną rolę w uczeniu się i zapamiętywaniu. Miało to związek ze zmniejszeniem produkcji receptorów insulinowych w neuronach hipokampa. Choć insulina kojarzy nam się głównie z kontrolowaniem metabolizmu glukozy, oddziałuje ona również na mózg i w ten sposób wpływa na nasze zachowania i procesy poznawcze.

Co ciekawe, w osiem tygodni po przestawieniu myszy z diety tłustej na zdrową, zdolności do zapamiętywania i uczenia się gryzoni wróciły do normy. Utrzymała się jednak zmniejszona produkcja receptorów insulinowych w neuronach hipokampa. I choć na razie naukowcy nie wiedzą, jakie może to mieć odległe skutki, to przypominają, że takie zjawisko obserwuje się u chorych na alzheimera oraz w trakcie starzenia się mózgu. Nie jest więc wykluczone, że tłusta dieta i tak pozostawia w mózgu swój ślad w postaci większej predyspozycji do demencji w przyszłości.

Zdaniem autorów badania może ono pomóc zrozumieć, w jaki sposób otyłość i zaburzenia metaboliczne, będące efektem m.in. nieprawidłowej diety, wpływają na pogorszenie zdolności poznawczych.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)  
<http://laboratoria.net/aktualnosci/26319.html>



23-12-2024

**[Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego](#)**

## [Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## [Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## [Świąteczna apteczka](#)

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

## [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#)

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

# Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

## Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

**Informacje dnia:** [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

**Partnerzy**