

[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](#)

Składnik brokułów zmniejsza objawy starzenia



Związek zawarty m.in. w brokułach i awokado redukuje objawy starzenia się u myszy - informuje pismo "Cell Metabolism". Zdolność komórek do produkowania energii zmniejsza się wraz z wiekiem. Naukowcy z Uniwersytetu Waszyngtońskiego w St. Louis zauważyli, że mononukleotyd nikotynoamidowy (NMN) rozpuszczany w wodzie i podawany zdrowym gryzoniom kompensuje ów spadek energii, dzięki czemu udaje się zredukować takie objawy starzenia się organizmu, jak przyrost wagi, spadek aktywności fizycznej czy zmniejszenie wrażliwości na insulinę.

Mononukleotyd nikotynoamidowy występuje naturalnie m.in. w brokułach, kapuście, ogórkach czy awokado. Już po trzech minutach od spożycia NMN można wykryć w krwiobiegu myszy, gdzie szybko przekształcany jest w dinukleotyd nikotynoamidoadeninowy (NAD). NAD jest kluczowym czynnikiem w procesie wytwarzania energii przez komórkę, a jego poziom spada z wiekiem. Wcześniejsze próby dostarczania myszom tego związku okazały się nieskuteczne, dlatego naukowcy cofnęli się o krok i wykorzystali NMN.

Podawanie NMN starszym myszom przyniosło wiele pozytywnych rezultatów dotyczących m.in. gęstości kości, siły mięśni szkieletowych, pracy wątroby, a także pracy układu odpornościowego, wzroku czy wrażliwości na insulinę. Korzyści z suplementacji nie zaobserwowano natomiast u młodych myszy, u których poziom NMN wciąż był naturalnie wysoki.

Naukowcy wyjaśniają, że mononukleotyd nikotynoamidowy poprawia pracę mitochondriów, które w komórkach pełnią rolę centrów energetycznych.

"Biorąc pod uwagę to, że procesy wytwarzania energii przebiegają w podobny sposób w komórkach ludzkich - mamy nadzieję, że badania te pomogą nam stworzyć metody pozwalające zdrowiej się starzeć" - komentuje autor badań.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/26310.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