

### [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](#)

## Czym zajmuje się mózg w trakcie snu?

Chociaż w ostatnich latach jesteśmy świadkami naprawdę niesamowitego rozwoju technologicznego i naukowego jak dotąd nadal nie wiemy, jakie mechanizmy są odpowiedzialne za sen i to, co się dzieje w jego trakcie. Jest to bardzo ciekawy temat, którym zajmowały się ostatnio dwa niezależnie zespoły neurologów.

Zespół amerykańsko-włoskich naukowców, który pracował pod kierunkiem badacza z University of Wisconsin-Madison odkrył, że podczas synapsy – połączenia pomiędzy neuronami – zmniejszają się o 18% w trakcie snu podczas, gdy w ciągu dnia wracają do naturalnych rozmiarów. Ten proces udało się odkryć dzięki najnowszym technikom mikroskopowym podczas badań z wykorzystaniem mysz. Co ciekawe, to zjawisko ma miejsce każdego dnia zawsze wtedy, gdy kładziemy się spać.

Jest to swojego rodzaju reset, który sprawia, że w ciągu dnia możemy przyswajać wiedzę i zapamiętywać informacje – wtedy są usuwane te nieistotne z nich.

Drugi zespół, w którym pracowali naukowcy z Johns Hopkins University odkrył, że za to wszystko odpowiedzialne jest białko, które jest określane jako homer1a. Pojawia się ono w synapsach, kiedy zasypiamy i jest usuwane z nich w momencie obudzenia. Za taki mechanizm odpowiedzialna jest noradrenalina – jej poziom jest powiązany z poziomem naszego wybudzenia.

Kolejny raz możemy zatem stwierdzić, że dla odpowiedniego funkcjonowania pamięci niezwykle istotny jest sen. Jego dokładna rola jak dotąd nie jest jeszcze do końca wyjaśniona.

Źródło: [Science](#)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/26879.html>



14-01-2025

## [Targi LABS EPXO 2025](#)

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

## [Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

## [Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

## [Indeks sytości i gęstość odżywcza](#)

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

## Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

## Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

## Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

## Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie

Informuje pismo „Nutrients”.

**Informacje dnia:** [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

**Partnerzy**