

[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](#)

Kurkumina poprawia pamięć

Codziennie spożywanie kurkuminy, stanowiącej składnik przyprawy curry, wpływa na poprawę pamięci oraz nastroju u osób z łagodnymi zaburzeniami poznawczymi związanymi z wiekiem - informuje "American Journal of Geriatric Psychiatry".

Naukowcy z Uniwersytetu Kalifornijskiego w Los Angeles badali działanie suplementu zawierającego kurkuminę w grupie 40 osób w wieku od 50 do 90 lat. Połowa uczestników przyjmowała przez 18 miesięcy dwa razy dziennie 90 mg kurkuminy, a druga połowa - placebo.

Na początku badań (DOI: 10.1016/j.jagp.2017.10.010), a następnie co sześć miesięcy, uczestnicy przechodzili testy funkcji poznawczych, a u 30 osób dodatkowo wykonano pozytronową tomografię emisyjną (PET) na początku badań oraz po upływie 18 miesięcy w celu ustalenia poziomu amyloidu beta oraz białka tau w mózgu (czynników rozwoju choroby Alzheimera).

Testy wykazały, że u osób przyjmujących kurkuminę pamięć poprawiła się o 28 proc. w ciągu 18 miesięcy. W grupie tej zaobserwowano ponadto poprawę zdolności koncentracji, nastroju oraz znacznie mniejszy poziom białka tau o amyloidu beta w obszarze ciała migdałowatego i podwzgórza. Łagodne efekty uboczne w postaci bólu brzucha i nudności wystąpiły u czterech osób przyjmujących kurkuminę oraz dwóch osób przyjmujących placebo.

"Choć nie znamy jeszcze dokładnego mechanizmu działania kurkuminy, podejrzewamy, że rolę odgrywają tu właściwości pozwalające zmniejszać poziom stanu zapalnego w mózgu, który ma związek z rozwojem zarówno choroby Alzheimera, jak i depresji" - mówi autor badań dr Gary Small.

Naukowcy zamierzają kontynuować badania nad wpływem kurkuminy na funkcje poznawcze, a także na objawy depresji w większej grupie pacjentów.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28111.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 tęczec

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 księżycy](#)

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

[Astma oskrzelowa popowodziową 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 księżyce 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 księżyce 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 księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy