

### [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](#)

## Głęboki sen umożliwia naukę nowych skojarzeń

W trakcie snu głębokiego możliwe jest nabywanie nowych informacji, a następnie odtwarzanie ich - chociażby w formie skojarzeń - po przebudzeniu. Stan nieświadomości

**nie wyklucza możliwości uczenia się - czytamy na łamach czasopisma „Current Biology”.**

W poprzednich badaniach dowiedziono, że podczas snu głębokiego (wolnofalowego) dochodzi do konsolidacji śladów pamięciowych, dlatego drzemka sprzyja utrwalaniu informacji i umiejętności zdobytych przed zaśnięciem.

Teraz naukowcy z Uniwersytetu w Bernie (Szwajcaria) po raz pierwszy wykazali, że podczas snu głębokiego mogą powstawać również nowe ślady pamięciowe, tzn. w trakcie wypoczynku można przyswajając świeże informacje, a następnie przypominać je sobie po przebudzeniu.

Badacze kilkakrotnie odtwarzali śpiącym ochotnikom nagrania zawierające słowa pochodzące z wymyślnego języka i ich tłumaczenia, np. tofer - klucz, guga - słoń. Robili to w momentach zsynchronizowanej aktywności komórek nerwowych podczas snu głębokiego.

Okazało się, że uczestnicy po przebudzeniu kojarzyli znaczenie niektórych słów. Byli na przykład w stanie - z prawdopodobieństwem większym od przypadku - skategoryzować je pod względem rozmiaru - „guga” jako wyraz oznaczający coś dużego i „tofer” jako wyraz oznaczający coś małego.

Co ciekawe podczas odtwarzania informacji nabytych w trakcie snu u badanych dochodziło do pobudzenia hipokampa - struktury, która zazwyczaj uaktywnia się w sytuacji świadomego uczenia się.

Wyniki badania wywracają dotychczasową wiedzę do góry nogami.

„Wygląda na to, że niektóre struktury mózgowe mogą pośredniczyć w powstawaniu śladów pamięciowych bez względu na stan świadomości” - komentuje Marc Züst, jeden z autorów badania.

„Dopiero przyszłe prace pokażą, jak bardzo głęboki sen może być przydatny w nabywaniu nowych informacji i jakie są tego konsekwencje” - dodaje inna badaczka, Katharina Henke.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28892.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 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**