

[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](#)

Życie z optymistą zmniejsza prawdopodobieństwo demencji

Optymistycznie nastawiony do życia partner może być czynnikiem zmniejszającym ryzyko demencji w jesieni życia - wynika z badań opublikowanych w „Journal od Personality”.

Naukowcy z Michigan State University przez osiem lat gromadzili dane na temat blisko 4,5 tys. heteroseksualnych małżeństw po 50. roku życia zarejestrowanych w Health and Retirement Study. Analiza wskazała na zależność pomiędzy spędzaniem życia z optymistami a zmniejszeniem prawdopodobieństwa rozwoju demencji, choroby Alzheimera i innych ubytków poznawczych. Badania wykazały także, że pary te pamiętają więcej szczegółów dotyczących wspólnych przeżyć.

„Zdrowy styl życia zmniejsza ryzyko demencji i choroby Alzheimera. Te wyniki wskazują, że osoby, które są w związkach z optymistami częściej utrzymują prawidłową masę ciała i są bardziej aktywne fizycznie. Optymiści wydają się dawać swoim partnerom dobry przykład i motywować do pozytywnych zmian zachowania. Gdy partner jest optymistą, jego spojrzenie na świat udziela się drugiej połowie, co sprzyja dłuższemu życiu i lepszej kondycji umysłowej” – zauważa dr William Chopik, współautor badań.

„Niektóre badania wskazują, że optymizm może być przekazywany w genach, jednak istnieją także wyniki wskazujące, że optymizmu można się nauczyć. Oczywiście przy odpowiednim zaangażowaniu w pracę nad sobą” – podsumowuje dr Chopik.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29437.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 księżycy](#)

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](#) [tęzec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy](#) [Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba – można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na](#) [tęzec 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