

[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>



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