

[Akceptuję](#)

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](#)

Bakterie w jelicie są powiązane z osobowością

Skład flory jelitowej wiąże się z różnymi cechami osobowości, np. poziomem neurotyzmu czy otwartością na ludzi. Bakterie mogą wpływać na mózg, ale osobowość może też wpływać na jelitową florę.

Naukowcy z University of Oxford przeprowadzili szeroko zakrojone badanie, w którym odkryli wyraźne zależności między mikroorganizmami zamieszkującymi układ pokarmowy a zachowaniami i usposobieniem ludzi.

„Pojawia się coraz więcej dowodów na połączenie między jelitowym mikrobiomem a mózgiem i zachowaniem, znane jako oś mikrobiom-jelito-mózg. Do tej pory większość badań przeprowadzono na zwierzętach, podczas gdy badania z udziałem ludzi skupiały się na roli mikrobiomu w zaburzeniach neuropsychiatrycznych” - zwraca uwagę dr Katerina Johnson, autorka pracy opublikowanej na łamach „Human Microbiome Journal”. „Ja, przeciwnie, byłam zainteresowana badaniem ogólnej populacji w celu sprawdzenia jak różne, żyjące w jelicie bakterie wpływają na osobowość” - podkreśla badaczka.

Naukowcy zwracają jednocześnie uwagę na badania łączące jelitowe bakterie z autyzmem. Teraz, odkryli, że wiele z tych bakterii wpływa na nastawienie do innych ludzi w ogólnej populacji.

„Sugeruje to, że mikrobiom jelitowy może nie tylko przyczyniać się do powstawania cech obserwowanych u osób z autyzmem, ale także do różnic w społecznym zachowaniu w ogólnej populacji. Ponieważ jednak badanie miało charakter przekrojowy, przyszłe analizy mogą skorzystać na bezpośrednim badaniu potencjalnych efektów działania tych bakterii na zachowanie. Może to pomóc w pracach nad nowymi terapiami autyzmu i depresji” - mówi dr Johnson.

Odkryła ona również, że osoby z szerszym gronem znajomych mają bardziej zróżnicowaną florę jelitową. To z kolei prowadzi do lepszego zdrowia nie tylko jelit, ale całego organizmu.

„To pierwsze badanie, które powiązało towarzyskość ludzi z różnorodnością mikrobiomu. Wyniki zgadzają się z rezultatami badań na naczelnych, które pokazały, że społeczne interakcje mogą wspierać bogactwo mikrobiomu. Uzyskane wyniki sugerują, że to samo może dotyczyć populacji ludzkich” - zwraca uwagę badaczka.

Tymczasem ludzie o wysokim poziomie stresu i lęków mieli bardziej ubogą florę jelitową. To nie wszystko. Okazało się także, iż dorośli, którzy w dzieciństwie nie byli karmieni piersią, mają uboższy mikrobiom w jelitach.

Większą różnorodność miały też osoby, które więcej podróżowały za granicę. Według badaczy, ludzie ci mogli być wystawieni na działanie wielu różnych bakterii, a także próbować różnego typu jedzenia.

Także właśnie osoby, które lubią sprawdzać nowe potrawy, miały więcej gatunków bakterii w układzie pokarmowym, a np. ludzie unikający produktów mlecznych - mniej.

Różnorodność mikrobiomu była też wyższa przy diecie bogatej w naturalne probiotyki (sfermentowane sery, kiszona kapusta czy inne dania ze sfermentowanych lub kiszonych warzyw) i prebiotyki (banany, rośliny strączkowe, pełne ziarno, szparagi, cebula czy por).

„Nasz nowoczesny styl życia może doskonale powodować dysbiozę jelita. Prowadzimy stresujące życie z ograniczonymi kontaktami społecznymi i małą ilością czasu spędzanego w otoczeniu przyrody. Nasza dieta jest zwykle uboga w błonnik, zamieszkujemy zbyt czyste pomieszczenia i polegamy na antybiotykach. Wszystkie te czynniki mogą w nieznanym sposób wpływać na jelitowy mikrobiom, a przez to na nasze zachowanie i stan psychiczny” - przestrzega dr Johnson.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29447.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