

[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](#)

Dieta może stanowić poważne źródło arsenu



Alkohol, warzywa kapustowate i ryby o ciemnym mięsie zawierają arsen, którego duże stężenie w organizmie sprzyja występowaniu problemów zdrowotnych - zawiadania „Nutrition Journal”.

Naukowcy z Dartmouth College (USA) potwierdzają, że niektóre produkty spożywcze mają w swoim składzie stosunkowo duże ilości arsenu - pierwiastka, który kumuluje się w organizmie człowieka, mogąc wywoływać choroby serca, płuc, skóry i tarczycy, a także przyczyniać się do rozwoju nowotworów.

Wśród składników diety zawierających najwięcej arsenu wyróżnia się alkohol (piwo, wino), warzywa kapustowate (w szczególności brukselki) oraz ryby o ciemnym mięsie (tuńczyk, makrela, łosoś, sardynka).

Badacze sprawdzali stężenie arsenu w organizmach osób badanych poprzez analizę fragmentów paznokci, które są uznawane za doskonały wskaźnik długotrwałej kumulacji tego pierwiastka.

Okazało się, że jednym z głównych zagrożeń dla człowieka jest alkohol - zwłaszcza piwo w przypadku mężczyzn i wino w przypadku kobiet - ponieważ nie tylko cechuje się wysoką zawartością arsenu, ale także wpływa na procesy jego neutralizacji i wydalania.

Należy jednak podkreślić, iż niewielkie ilości tego pierwiastka w organizmie są niezbędne do prawidłowego przebiegu procesów wzrostu, rozwoju i rozmnażania, co wykazały uprzednie badania przeprowadzone na zwierzętach.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/20081.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy