

### [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](#)

## Drzemka po nauce poprawia zapamiętywanie



**Sen po nauce stymuluje wzrost kolców dendrytycznych, wypustek pokrywających dendryty neuronów i odbierających sygnały od innych komórek nerwowych - wykazały badania naukowców z Uniwersytetu Nowojorskiego, o których informuje tygodnik "Science".**

Naukowcy obserwowali mózgi transgenicznym myszy, których neurony zostały wyposażone w białko zielonej fluorescencji. Zadaniem gryzoni było nauczenie się utrzymywania równowagi na coraz szybciej obracającej się linie. W ciągu sześciu godzin po treningu w korze ruchowej myszy zauważono pojawianie się nowych kolców dendrytycznych.

Następnie myszy podzielono na dwie grupy; obie trenowały przez godzinę, przy czym pierwsza zaraz po treningu spała przez 7 godzin, a druga przez tyle samo czasu pozostawała aktywna. Okazało się, że kolce dendrytyczne rozwijały się znacznie intensywniej w pierwszej grupie. Co więcej, zaobserwowano, iż rodzaj zadania miał wpływ na to, na których dendrytach pojawiają się nowe wypustki (część myszy uczyła się kroków naprzód, a część - do tyłu).

"Gdy uczymy się czegoś nowego, na dendrytach niektórych neuronów pojawiają się nowe wypustki. Wyobraźmy sobie drzewo, które wypuszcza liście tylko na niektórych gałęziach. Ilustruje to zmiany zachodzące wówczas w mózgu" - mówi autor badań dr Wen-Biao Gan.

Naukowcy tłumaczą, że neurony kory ruchowej mózgu, które były aktywne podczas uczenia się nowego zadania, ulegają reaktywacji w fazie snu głębokiego, wolnofalowego. To kolejny dowód na to, że sen pomaga utrwalić i wzmocnić nowe informacje.

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21626.html>



09-09-2024

## **[Jak poradzić sobie z końcem wakacji?](#)**

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

## Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

## Przydatność organów do przeszczepu

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

## Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

## Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

## Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

# Galaktyki są dużo większe, niż sądzono

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

## System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...

Nagrodzony przez Siemens i PW.

**Informacje dnia:** [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

### **Partnerzy**