

## [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

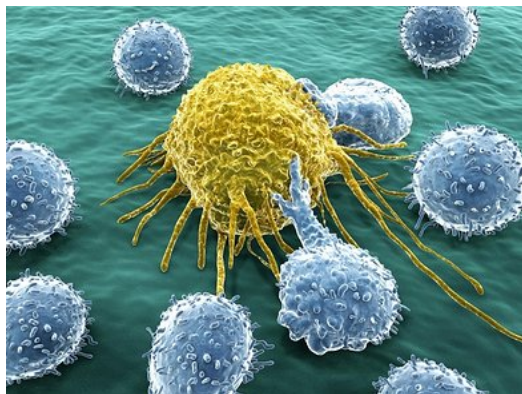
Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

# Siedzący tryb życia powiązany z ryzykiem raka



**Siedzący tryb życia koreluje z większym prawdopodobieństwem zachorowania na raka okrężnicy, macicy i płuc - informują naukowcy na łamach „Journal of the National Cancer Institute”.**

Metaanaliza przeprowadzona przez badaczy z Uniwersytetu Regensburg (Niemcy) wykazała, że długotrwałe przebywanie w pozycji siedzącej może sprzyjać zachorowaniu na raka. Każde kolejne dwie godziny spędzone na siedząco zwiększają ryzyko raka jelita grubego (o 8 proc.), nowotworu błony śluzowej trzonu macicy (o 10 proc.) oraz raka płuc (o 6 proc.).

W dodatku prawdopodobieństwo wystąpienia raka związane z siedzącym trybem życia jest niezależne od zaangażowania w aktywność fizyczną.

„Siedzący tryb życia wywiera szkodliwy wpływ w kwestii zachorowania na raka nawet na osoby, które są aktywne fizycznie, co oznacza, że ograniczenie czasu spędzanego na siedząco może odgrywać istotną rolę w zapobieganiu nowotworom” - podkreślają autorzy artykułu.

W trakcie badania brano pod uwagę ogólną ilość czasu spędzanego w pozycji siedzącej, a także poszczególne elementy prowadzące do takiego trybu życia, jak oglądanie telewizji, siedzenie w pracy i siedzenie rekreacyjne.

Okazało się, że ilość czasu poświęcanego na oglądanie telewizji najsilniej korelowała z występowaniem raka okrężnicy i nowotworu macicy, prawdopodobnie dlatego, że taka forma spędzania wolnego czasu często wiąże się ze spożywaniem niezdrowych posiłków oraz słodzonych napojów.

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

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21704.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**