

### [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](#)

## Skład flory bakteryjnej jelit a proces zapamiętywania

Skład flory bakteryjnej jelit ma związek ze zdolnościami zapamiętywania - wynika z badania przeprowadzonego przez hiszpańskich naukowców. Ich studium dowiodło też, iż nadmierna

## **otyłość osłabia pamięć.**

Studium przeprowadzone przez pracowników instytutu badawczego Idigbi w Geronie (Hiszpania) na 130 osobach dowodzi, że "określone bakterie" występujące we florze bakteryjnej jelit, czyli mikrobiocie jelitowej, wpływają na proces zapamiętywania. Wnioski z tego badania opublikował portal "Redaccion Medica".

Naukowcy wskazali, że zazwyczaj słabszą pamięć mają osoby cierpiące na nadmierną otyłość. W badaniu potwierdzono, że właśnie u nich występuje mniejszy hipokamp, element układu limbicznego odpowiedzialny głównie za pamięć.

"Rozmiar hipokampu należy wiązać z występowaniem w mikrobiocie jelitowej określonych bakterii" - wyjaśnili pracownicy katalońskiego instytutu badawczego, wskazując na konieczność dalszych badań nad precyzyjnym określeniem bakterii flory żołądkowej osłabiających pamięć.

Według badaczy istnienie specyficznych rodzajów bakterii występujących w mikrobiocie jelitowej osób cierpiących na otyłość potwierdziły się w trakcie badań na szczurach. Zwierzętom tym wszczepiono część flory bakteryjnej jelit ludzi otyłych, co w konsekwencji skutkowało słabnięciem pamięci u gryzoni.

"Oznacza to, że obecność pewnych określonych bakterii w mikrobiocie jelitowej jest ściśle związana z dietą. Stąd wniosek, że opracowanie indywidualnych diet dla pacjentów może pomagać w poprawianiu zdolności poznawczych oraz pamięci" - napisali katalońscy badacze.

Autorzy studium odnotowali również, że osoby, które wykazywały trudności w zapamiętywaniu, miały we krwi mniej tryptofanu, organicznego związku chemicznego z grupy aminokwasów białkowych. Wskazali, że substancja ta, wchodząca m.in. w skład białka mleka, może sprzyjać poprawie pamięci.

Dodatkowo pracownicy Idigbi zaobserwowali też, że osoby ze słabszą pamięcią miały w organizmie mniej witaminy B1. Według wniosków ze studium ta korzystnie wpływająca na zapamiętywanie witamina jest u nich szybciej metabolizowana.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/30067.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**