



Оказывается, эффективность принимаемых лекарств во многом зависит от того, в какое время дня они попадают в организм. Ученые Университета Пенсильвании на примере лабораторных животных исследовали клетки 12 тканей и работу ДНК и выявили изменения в активности прямо перед рассветом и закатом. Этот факт обязательно нужно учитывать перед назначением лекарств, убеждены эксперты.

Так, в ходе своей работы специалисты каждые 2 часа анализировали образцы почки, легкого, надпочечников, аорты, ствола мозга, мозжечка, бурого жира, белого жира, сердца, гипоталамуса, мышц легких и скелетных мышц. Выяснилось, что 43% генов, связанных с производством белков, меняют свою активность в течение дня. Самые большие изменения в течение дня наблюдаются в печени, наименьшие – в гипоталамусе.

Именно от этого может напрямую зависеть работа некоторых лекарственных препаратов. Например, статины, снижающие уровень холестерина в крови при риске холестериновой блокады, чаще происходящей ночью, лучше принимать вечером.

[Источник](#)