

Какие еще факторы влияют на здоровье? Часть 1

Все мы боеем. Или будем болеть, или уже переболели, болезни – неизменная часть нашей жизни. Кто больше, кто меньше, но каждый, так или иначе, без этого не обходится. И предрасположенность ко многим заболеваниям лежит в наших генах, она может проявиться или не проявиться, но просто передаться следующим поколениям.

Сначала возникла наука геногеография. Впервые это понятие ввел академик Серебровский, сейчас действует проект под одноименным названием и с бюджетом в 40 миллионов долларов с задачей составления генетического атласа народов мира.

В наших генах зашифрованы и подверженность, и устойчивость к заболеваниям – это давно доказанный факт. Всего на данный момент известно около 5000 болезней, предопределенных генетическими факторами. И хотим мы этого или нет, мимо этногеномики не пройти. Сравнительно новая наука, изучающая связь между состоянием здоровья, национальностью и средой проживания. Ничего общего не имеющая с «расовыми вопросами» в понимании деятелей национал-социализма. И не предполагающая обреченность, а лишь описывающая частотность заболеваний в различных группах населения.

По большей части эта наука изучает связь между определенными генами и особенностями национального питания, а также адаптационными механизмами. Понятно же, почему у жителей высокогорья (Анды, Тибет, Памир) повышенное содержание гемоглобина в крови и усилен легочный кровоток. Чтобы выжить.

Самая сбалансированная (белки, жиры, углеводы) по современным представлениям диета, оказывается, не у народов Средиземноморья, как считалось раньше. А у бушменов в Южной Африке. А они точно не читали рекомендаций Всемирной организации здравоохранения.

Почему афроамериканцы более подвержены гипертонии, чем белые американцы? Почему они же (афроамериканцы) более подвержены никотиновым отравлениям, а американцы китайского происхождения – нет? Почему у американских индейцев почти стопроцентно преобладает 0 (первая) группа крови (речь не о модной сейчас диете по

группе крови, а о самом факте)?

Почему каждый третий мужчина на севере Финляндии страдает высоким кровяным давлением? Почему особый вид карликовости установлен только в Швейцарских Альпах у жителей долин? Почему частота болезни Вильсона-Коновалова у евреев-ашкенази в 30 раз превышает среднемировую? Почему в странах Средиземноморья встречается особый вид малокровия? Почему у северных народов фиксируется отсутствие фермента трегалаза, расщепляющего углеводы грибов?

Почему монголоиды Сибири меньше подвержены инфекциям, а тундровые ненцы более устойчивы к радиации? Почему есть обширные группы людей, невосприимчивых к ВИЧ-инфекции, и определенная «защитная» генная мутация встречается только у европейцев? Почему коренные народы Арктики при употреблении чуть ли не по 2 кг мяса в день, не мучаются атеросклерозом, как европейцы?

Всеми этими вопросами и занимается этногеномика. В некоторых странах население обследовано полностью (Ирландия)! В нашей стране широкомасштабные исследования проводятся (кроме Москвы и Петербурга) в Уфе, в Западной и Восточной Сибири. Выяснились интересные факты, связанные, прежде всего, с зависимостью между определенными генами и особенностями питания.

Отравительница из Франции, которая избавилась от своих трех мужей при помощи исключительных кулинарных способностей, знала, что делала. Очень вкусно кормила мужей, высокобелково, высокожирово. Но они были французами и не выдержали. Вот если бы представителями северных народов... Которым, кстати, противопоказана высокоуглеводная диета – заболевают. Но, говорят, следователь долго пребывал в сомнениях, колебался...

Японские медики объясняют большое количество долгожителей типом питания. Но это не значит, что мы должны немедленно и целиком переходить на рыбу, водоросли, рис и сою. Можем получить и другой результат. Кстати, жители Японии также имеют свои характерные генетические заболевания (например, особый вид врожденной глухоты).

Почему голландцы, шведы и датчане спокойно пьют во взрослой жизни молоко (90%

Какие еще факторы влияют на здоровье

Автор: admin

31.10.2012 20:58 -

жителей), а китайцы и северные народы – нет? Оказывается, генетическая заложенность: у первых хорошо исторически развивалось животноводство, гены мутировали, и фермент лактаза для переваривания молока вырабатывается и после первых пяти лет жизни, то есть фактически всю жизнь. А у китайцев только 5% взрослых людей способно усваивать молочный сахар. У русских гиполактазия (непереносимость молока) встречается в 30% случаев. Считается, что связано это с тем, что промышленное производство молока развилось несколько позже, чем в Европе.

Выявлен целый ряд заболеваний, характерных для определенных этносов, связанных с географическими факторами. Об этом можно прочитать [здесь](#).

Автор - **Галя Константинова**

[Источник](#)