

چه صفاتی را از پدر و مادر خود به ارث می‌بریم؟

همگی از پدر و مادر خود صفاتی را به ارث برده‌ایم؛ اما چه صفاتی؟ ما نتیجه‌ای از ژنتیک هر دو هستیم و برخی صفات منحصر به فرد خود را هم داریم. چیزی که قرار است به آن بپردازیم همان ریزش موی مردان است که به مادرانشان ربطی ندارد. مثلاً حتی نوع وزن کم‌کردن شما دقیقاً از این موارد است که از پدر یا مادرتان به ارث برده‌اید.



همگی از پدر و مادر خود صفاتی را به ارث برده‌ایم؛ اما چه صفاتی؟ ما نتیجه‌ای از ژنتیک هر دو هستیم و برخی صفات منحصر به فرد خود را هم داریم. چیزی که قرار است به آن بپردازیم همان ریزش موی مردان است که به مادرانشان ربطی ندارد. مثلاً حتی نوع وزن کم کردن شما دقیقاً از این موارد است که از پدر یا مادرتان به ارث برده‌اید.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایرنا، در این مطلب با «ایرنا زندگی» همراه باشید.

صفات که با عنوان ژنتیک به ارث می‌بریم

موهای مجعد قرمز کودک شما از کجا به وجود آمده است، که نسل‌های متمادی در خانواده شما وجود نداشته است؟ ممکن است این سوالات ساده به نظر برسند اما جواب‌ها سریع پیچیده هستند. چرا؟ داون آلن، مشاور ژنتیک مجاز و مدیر برنامه تحصیلات تکمیلی مشاوره ژنتیک در مرکز پزشکی دانشگاه وکسنر ایالت اوهایو، می‌گوید: «از آنجا که علم وراثت ژنتیک پیچیده خاص خود را دارد غیرممکن است، دقیقاً بدانیم که هریک از صفات شما از کدام منبع ژنتیک آمده است. بیشتر صفات تحت تأثیر بسیاری از ژنهای مختلف قرار دارند که از والدین را به ارث می‌برید. علاوه بر این، همچنین اثری که بر محیط شما دارد. فقط به این دلیل که شما یک ژن را برای یک ویژگی خاص دارید، همیشه به معنای این نیست که به این نتیجه برسید. پس صفاتی هم وجود دارند که تصور می‌شوند ارثی هستند؛ اما در واقع چنین نیست.

چگونه صفات از والدین به ما می‌رسد

پرسیدن این سؤال بسیار جالب است و اگرچه پاسخ مفصلی وجود ندارد، آلن می‌گوید: «چند نکته اساسی وجود دارد که ژنتیک می‌تواند در مورد صفاتی که از مادر خود به ارث می‌بریم و آنهایی که از پدر به ارث می‌بریم، باشد. اما ابتدا باید بدانیم که چگونه به ارث رسیدن، عمل می‌کند. او توضیح می‌دهد: «سه راه اصلی وجود دارد: اول از طریق یک ژن غالب، اگر یک ژن غالب را به ارث ببریم، آن صفت در ما را ایجاد خواهد شد، مثلاً رنگ چشم. اگر هر یک از والدین شما چشم قهوه‌ای دارند، احتمالاً چشم‌های قهوه‌ای خواهید داشت؛ زیرا این یک ویژگی غالب است. دوم این است که از طریق یک ژن مغلوب انجام می‌شود، هر دو والدین برای داشتن آن صفت باید ژن مغلوب داشته باشند. به عنوان مثال، اگر چشم آبی دارید، هر دو والدین شما باید یک ژن را برای چشم‌های آبی حمل کنند، حتی اگر رنگ چشم آنها آبی نباشد».

توانایی در کاهش وزن

دو نوع چربی در بدن وجود دارد: «چربی قهوه‌ای یا همان چربی خوب، که باعث افزایش سوخت و ساز بدن می‌شود و به ما کمک می‌کند وزن ایده‌آل و بدنی سالم داشته باشیم، و چربی سفید یا همان چربی بد، که اگر زیاد از آن استفاده کنید، می‌تواند باعث چاقی و بیماری شود. طبق یک مطالعه منتشر شده در Nature Communications، هر کس مقادیر مختلفی هر یک از انواع چربی را دارد؛ اما هر چه چربی قهوه‌ای بدن شما زیاده‌تر باشد سوخت و ساز بدن شما بالاتر می‌رود. در اینجا نحوه یافتن برنامه مناسب برای کاهش وزن برای شما آورده شده است.

چگونه به راحتی وزن کنیم

در حالی که ممکن است ژنتیک مادر در رفع چربی قهوه‌ای به شما کمک کند، می‌توانی پدر خود را به دلیل داشتن چربی سفید بدنمان مقصر بدانیم، مطالعه ارتباطات طبیعت نشان داد، محققان گفتند: «چربی بدنمان تا حدودی توسط ژن‌های منتقل شده از پدران تعیین می‌شود. بهتر است بدانیم اگر تپلی می‌شویم بیشتر از ژنتیک، انتخاب سبک زندگی‌مان نقشی بزرگتر را بازی می‌کنند.

اگر ژنتیک مادر شما این چنین باشد که میزان سروتونین (همان ماده شیمیایی مغز که مرتبط با خلق و خوی است) پایین تر از حد متعادل ترشح کند، براساس مطالعه ای که در روانپزشکی JAMA منتشر شده است، احتمالاً شما در زندگی دچار عدم توانایی تمرکز لازم می شوید و بیش فعالی خواهید داشت. ژن هایی که از مادر به کودک منتقل شده اند، اثر مستقیم بر تولید سروتونین یا همان توانایی تمرکز می گذارد. دلایل رایج که در تمرکز و چگونگی رفع آن مشکل دارید را بررسی کنید.

بلوغ زودرس

بلوغ و تمام نقاط عطف سرگرم کننده که همراه آن هستند، مانند آکنه، تغییر صداها، یا دوره ی عادت ماهانه که بسیاری از کودکان در طی مسیر خود برای رسیدن به بزرگسالی می گذرانند. براساس مطالعه ای که در ژنتیک انجام شده است، ژنتیک والدین هر دو دقیقاً نقش عمده ای را در این تغییرات دارند. اما اگر دچار بلوغ زودرس شدید، قبل از هشت سالگی در دختران و نه سالگی در پسران در مجله پزشکی New England تشخیص دادند که جهش ژنتیک منجر به نوعی بلوغ زودرس می شود، به این معنی که اگر دچار این جهش باشید قبل از دوستان خود باید با همه موارد مقابله کنید.

خط خنده کنار لبمان

این خط گاهی اوقات میزان درست سن و گاهی بیش از حد معمول را نشان می دهد. این خط با انباشت آسیب در طول زندگی به DNA میتوکندری ژن هایی که فقط از مادر خود دریافت می کنید در صورت شما پیدا می شوند. براساس مطالعه ای که در Nature منتشر شده است، عوامل محیطی مانند قرار گرفتن در معرض آفتاب، استعمال سیگار و رژیم غذایی ناسالم می توانند باعث آسیب به mtDNA شوند اما برخی از این آسیب ها در ژنتیک شما که از مادرتان به ارث رسیده است بر شما اثر می گذارد. شما پیرتر می شوید و در صفاتی مانند چین و چروک و موهای خاکستری بیشتر ظاهر می شود.

روحیه ما

مادران می توانند به طرق مختلف بر روحیه ما اثر بگذارند و این تنها با قربون صدقه رفتن شما یا سرو کردن کلم بروکلی سه بار در هفته نیست. ساختار بخشی از مغز معروف به سیستم کورتیکولیمبیک، که تنظیم عواطف را کنترل می کند و در اختلالات خلقی مانند افسردگی نقش دارد، بیشتر از مادران به پسران و دختران یا از پدران به پسران منتقل می شود. براساس مطالعه ای که در مجله علوم اعصاب منتشر شده است دختران حداقل تا حدودی روحیه خود را از مادران خود به ارث می برند.

جنس فرزندانمان

بدیهی است ژن های شما و همسران جنسیت فرزندان شما را تعیین می کنند. اما آیا می دانستید که کدام ژن های جنسیتی از شما عبور می کنند؟ براساس مطالعه ای که در زیست شناسی Evolutionary Biology منتشر شده است، مردی که دارای برادرهای زیادی است، به احتمال زیاد صاحب فرزند پسر می شود، در حالی که یک مرد با خواهران زیادی به احتمال زیاد دختردار می شود.

میزان حافظه

مدتی شناخته شده است که سابقه خانوادگی بیماری آلزایمر خطر ابتلا به این بیماری را به میزان قابل توجهی افزایش می دهد؛ اما یک مطالعه جدید، که در روانپزشکی بیولوژیکی منتشر شده است، نشان داد که این خطر ژنتیکی در درجه اول از مادر شما ناشی می شود. بیماری آلزایمر شایع ترین علت زوال عقل در طول زندگی است و تقریباً در آمریکا حدود شش میلیون نفر را تحت تأثیر قرار داده است، بنابراین مهم است بدانیم چه عواملی این خطر را برای ما افزایش می

دهد. تاریخچه پزشکی تنها یکی از سؤالاتی است که باید از والدین خود، قبل از اینکه خیلی دیر شود بپرسید.

باروری

براساس مطالعه ای که در Science منتشر شده است، باروری یک زن ممکن است تحت تأثیر ژنی باشد که از پدرش به ارث برده است. در یک سلول تخم معمولی، بخشی از سلول به نام سانتیریول به عنوان بخشی از فرآیند توسعه طبیعی از بین می رود. با این حال، اگر مجرای مرکزی که اغلب به دلیل اختلال ژنتیکی توسط پدرش منتقل شده است از بین نروند پس محققان توضیح داده اند که این زن استریل است و توانایی باروری ندارند.

موهایمان

شاید شنیده باشیم که چگونه وقتی مرد موهای خود را از دست می دهد می گویند: «یک صفت ارثی از طرف مادر است». با این حال، یک مطالعه منتشر شده در PLoS Genetics، آزمایش بر روی بیش از ۵۵۰۰۰ مرد ثابت کرده است که این یک افسانه است. محققان ۲۸۷ سیگنال ژنتیکی مستقل را پیدا کردند که مربوط به ریزش موی مردانه بود و در حالی که ۴۰ مورد فقط در کروموزوم X یافت می شدند، به این معنی که در سمت مادری به ارث رسیده اند. جالب اینجاست که به نظر می رسد برخی از ژن های مرتبط با ریزش مو با افزایش خطر ابتلا به بیماری های قلبی در مردان نیز همراه است. در حالی که برخی از صفات به ارث می رسد، برخی دیگر از آنها اثر می گیرند.