



۷ عادت‌های که نمی‌دانستید ژنتیکی هستند و از پدر و مادرتان به ارث برده‌اید

ما مقوله‌ی ژنتیک را معمولاً ساده می‌گیریم، مثلاً آن را به این‌که رنگ چشم‌هایمان را از چه کسی به ارث برده‌ایم محدود می‌کنیم...

ما مقوله‌ی ژنتیک را معمولاً ساده می‌گیریم، مثلاً آن را به این‌که رنگ چشم‌هایمان را از چه کسی به ارث برده‌ایم محدود می‌کنیم. با این حال، فهرست چیزهایی که می‌توانیم از پدر و مادر خود به ارث ببریم بسیار طولانی‌تر است. ساختار ژنتیکی ما تنها روی رنگ موها، پوست یا چشم‌هایمان اثر نمی‌گذارد. به گفته‌ی دانشمندان، تقریباً همه‌ی رفتارها یا ترجیحات ما ممکن است در حقیقت یک ویژگی ژنتیکی باشند.

پایگاه خبری تحلیلی انتخاب: ما مقوله‌ی ژنتیک را معمولاً ساده می‌گیریم، مثلاً آن را به این‌که رنگ چشم‌هایمان را از چه کسی به ارث برده‌ایم محدود می‌کنیم. با این حال، فهرست چیزهایی که می‌توانیم از پدر و مادر خود به ارث ببریم بسیار طولانی‌تر است. ساختار ژنتیکی ما تنها روی رنگ موها، پوست یا چشم‌هایمان اثر نمی‌گذارد. به گفته‌ی دانشمندان، تقریباً همه‌ی رفتارها یا ترجیحات ما ممکن است در حقیقت یک ویژگی ژنتیکی باشند.

در ادامه از عادت‌هایی خواهیم گفت که نمی‌دانستید ژنتیکی هستند و از پدر و مادر خود به ارث برده‌اید.

۱- مقدار خوابی که نیاز دارید

پزشکان معمولاً توصیه می‌کنند هر شب نزدیک به ۸ ساعت خواب داشته باشیم تا مغز و بدن مان عملکرد درستی داشته باشند. با این حال، بعضی افراد هستند که نصف این زمان می‌خوابند و دچار هیچ مشکلی هم نمی‌شوند. این افراد به لطف ژنی که در حداکثر ۵ درصد افراد وجود دارد، ۴ تا ۶ ساعت خواب برایشان کافی است. این ژن به این افراد اجازه می‌دهد که سموم را به شکلی مؤثرتر از دیگران در حین خواب از مغز و بدن خود بزایند، به همین دلیل آن‌ها به زمان کمتری برای استراحت و سرحال شدن نیاز دارند.

۲- تحمل درد و غذاهای تند

چه تحمل تان برای درد و غذاهای تند بالا باشد و چه اصلاً تحمل‌شان را نداشته باشید، احتمالاً ژن‌هایتان مسئول آن هستند. علاوه بر از طرفی دیگر، MC1R، همان ژنی که عامل قرمز شدن موها است، میزان حساسیت فرد به درد را هم تعیین می‌کند. به همین دلیل است که افراد مو قرمز به طور کلی تحمل درد بیشتری دارند.

۳- گشنیز برایتان بوی صابون می‌دهد

در حالی که بعضی افراد نمی‌توانند هیچ غذایی را بدون مقداری گشنیز تازه‌ی خرد شده تصور کنند، بعضی هم هستند که مزه‌ی این سبزی برای آن‌ها قابل تحمل نیست. علت این تنفر، نشانگرهایی است که در نزدیکی ژن‌ها قرار دارند و حس بویایی ما را با گیرنده‌هایی تعیین می‌کنند که می‌توانند آلدئید، ماده‌ی موجود در صابون را تشخیص دهند. آلدئید یکی از مواد تشکیل‌دهنده‌ی رایحه‌ی گشنیز هم هست و به همین دلیل هم هست که این سبزی برای بعضی مزه‌ی صابون می‌دهد. بنابراین بار دیگر کسی از خوردن گشنیز خودداری کرد، به جای آنکه او را لوس بدانید، ژن‌هایش را مقصر بدانید.

۴- نیاز به معاشرت اجتماعی

محققان دست به یک پژوهش درباره‌ی ژن‌هایی زدند که به غم و ناراحتی مربوط می‌شوند. این پژوهش نشان داد این ژن‌ها ممکن است روی نیاز ما به معاشرت اجتماعی و احساس تنهایی اثر بگذارند. بنابراین شاید به خاطر ژنتیک باشد که بعضی افراد بسیار معاشرتی هستند و در مقابل، بعضی در انزوا احساس راحتی و شادی بیشتری می‌کنند.

۵- نور خورشید شما را به عطسه می‌اندازد

عطسه بیشتر اوقات ما را به یاد سرماخوردگی یا آلرژی می‌اندازد. اما بعضی افراد هم هستند که به سندرم خاصی به نام «عطسه نوری» (Photic Sneezing) دچارند. این افراد هر بار که در معرض نور شدید قرار می‌گیرند بی‌اختیار شروع به عطسه می‌کنند.

می کنند. عطسه نوری یک ویژگی غالب است، به این معنی اگر پدر یا مادرتان این رفلکس (واکنش غیر ارادی) را داشته باشد، احتمال اینکه شما هم آن را به ارث برده باشید، ۵۰ درصد است.

۶- تحمل کافئین

قهوه به یک جزء جدایی ناپذیر زندگی روزمره ی بسیاری از ما بدل شده است. با این وجود، در حالی که بسیاری از نمی توانند روز خود را بدون یک فنجان قهوه شروع کنند، بعضی هم هستند که تحمل کافئین را در سیستم متابولیک خود ندارد. علت این تفاوت در ژن های ما نهفته است. مثلاً ژنی به نام CYP1A2 هست که نحوه ی سوخت و ساز کافئین در بدن ما را تعیین می کند. بسته به بالا یا پایین بودن سرعت سوخت و ساز ما، این ژن واکنش ما به کافئین را تعیین می کند.

۷- وفاداری به شریک زندگی

خیانت به شریک زندگی از آن چیزهایی است که به هیچ شکل نمی توان آن را توجیه کرد، اما تحقیقات نشان داده خیانتکار بودن ممکن است در دی ان ای یک شخص باشد. بر اساس یافته ها، یک واریاسیون ژنتیکی از DRD4 به نام +VR هست که با خیانتکار و بی بند و بار بودن مرتبط است. بنابراین با اینکه وفادار بودن یک انتخاب است، اما ممکن است جنگیدن با این نیاز متأثر از ژنتیک به خیانت کردن برای بعضی افراد واقعاً دشوار باشد.

منبع: روزیاتو