

Формула долголетия

Ольга ПОКЛОНСКАЯ

Проект «Генетические особенности долгожителей Беларуси» продолжается почти год. Его руководитель — академик НАН Беларуси Александр Кильчевский, которому и принадлежит идея изучить феномен тех, кому года — не беда.

Учёные работают над созданием базы ДНК долгожителей. Изучив генотипы людей, перешагнувших 90-летний рубеж, проанализировав, насколько они активны, особенности их питания, а также медикаментозной терапии, к которой они прибегают, специалисты рассчитывают вывести своеобразную формулу долголетия. Знание генотипов поможет рекомендовать конкретному пациенту, какой должна быть его персональная физическая нагрузка, какие продукты включать в рацион регулярно, а какие свести к минимуму или отказаться от них полностью.

— Мы проводим скрининг генов, ответственных за углеводный, липидный, водно-солевой обмены, — говорит ведущий научный сотрудник лаборатории экологической генетики и биотехнологий Института генетики и цитологии НАН Беларуси Елена Михаленко. — Уже вычислили ген, который связан с высоким уровнем плохого холестерина. Это значит, его носителям придётся ограничить употребление жирной пищи. Лицам с мутациями в генах, которые вызывают заболевания органов дыхания, порекомендуют не прикасаться к сигарете, из-



Что помогает сохранять здоровье и активность до преклонных лет? Белорусские учёные создают базу ДНК долгожителей



В Беларуси 384 человека перешагнули 100-летний рубеж. Тех, кому исполнилось 90-99 лет, — 36 500.

бегать пассивного курения, чаще бывать на природе, выполнять дыхательные упражнения. Есть гены, отвечающие за метаболизм гормонов. Вместе с коллегами-физиологами пытаемся разобраться, когда неполадки в организме запускает генный сбой, а когда — гормональный.

Учёные пока не предадут гласности данные о генах, которые встречаются у всех исследуемых. Ещё не всё ясно, много вопросов остаются открытыми. Но, похоже, есть долгожители от рождения. Помните: «Я вышел ростом и лицом — спасибо матери с отцом»? Наверняка боль-

шинство тех, кому повезло отметить 100-летний юбилей, не в последнюю очередь обязаны этим счастливой генной комбинации.

— Впереди ещё год работы, — подчёркивает Елена Петровна. — Перешагнувшие 100-летний рубеж живут по всей Беларуси, чаще всего в сельской местности. Требуется дополнительные ресурсы, чтобы посетить их, взять биологические образцы, тщательнее изучить именно эту аудиторию. В перспективе хочется, чтобы проект имел продолжение: интересно было бы исследовать возрастную группу от 20 до 50 лет для сравнения с группой долгожителей.



- **Кто изучает.** В проекте «Генетические особенности долгожителей Беларуси» заняты несколько научных организаций. Сотрудники Института генетики и цитологии НАН Беларуси выполняют генетические исследования, коллеги из Института физиологии — гормональные и биохимические, а ученые кафедры геронтологии БелМАПО делают скрининг заболеваний, уточняют диагнозы и проводят биохимические исследования.
- **Кого изучают.** С мая прошлого года собраны более 500 образцов крови у белорусов в возрасте старше 60 лет, из них 170 — у тех, кому за 90. Все участники исследования — добровольцы. Женщин среди обследованных несколько больше, чем мужчин. У всех хронические заболевания: кто-то страдает сахарным диабетом, у кого-то патологии сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной систем. Все эти пожилые люди не придерживались строгих принципов питания, не занимались регулярно физкультурой.