

# GEN DI TRUYỀN CÓ ẢNH HƯỞNG ĐẾN TUỔI THỌ CON NGƯỜI

Trong một nghiên cứu công bố trên tạp chí "American Geriatrics Society" ra ngày 2/8, các nhà khoa học Israel cho biết con người sống lâu còn do gen di truyền.

Trong một nghiên cứu công bố trên tạp chí "American Geriatrics Society" ra ngày 2/8, các nhà khoa học Israel cho biết con người sống lâu còn do gen di truyền.

Các nhà khoa học thuộc trường Đại học Y Albert Einstein của Israel đã tiến hành nghiên cứu đối với 477 cụ già Ashkenazim - người Do Thái thuần chủng - có tuổi thọ từ 95-122, sống độc lập, tự xoay sở cho cuộc sống sinh hoạt hàng ngày.

Kết quả nghiên cứu cho thấy so với 3.164 người khác ra đời cùng thời gian, chế độ ăn uống và thói quen sinh hoạt của nhóm cụ già người Ashkenazim không hề tốt hơn, nhưng họ vẫn sống thọ hơn. Thậm chí, những cụ ông trong nhóm "bách niên giai lão" này còn uống rượu nhiều hơn (24%) và luyện tập sức khỏe ít hơn (43%) so với nhóm người bình thường (22% uống rượu và 57% tập thể dục).

Chế độ ăn uống và thói quen sinh hoạt của nhóm cụ già người Ashkenazim không hề tốt hơn, nhưng họ vẫn sống thọ hơn.

Nhà khoa học Nir Barzilaiph, trưởng nhóm nghiên cứu trên cho biết những cụ trăm tuổi trên có thể sở hữu các gen sống thọ, giúp họ chống chọi được với tác động tiêu cực của lối sống không thực sự lành mạnh. Cùng bị thừa cân, nhưng các cụ thuộc nhóm người Ashkenazim lại không có nguy cơ béo phì cao như nhóm người bình thường.

Người Ashkenazim được chọn để nghiên cứu do họ có sự ổn định về gen hơn các tộc người khác. Điều đó giúp giới chuyên môn dễ phát hiện sự khác nhau về gen khi nghiên cứu.

Tuy nhiên, các chuyên gia cũng lưu ý rằng "bí quyết" sống thọ trên không phải là một mẫu hình tốt. Phần lớn con người không có gen di truyền sống lâu giống nhóm người Ashkenazim, nên tốt nhất vẫn là có lối sống lành mạnh, tránh hút thuốc, quan tâm đến cân nặng và tập thể dục đều đặn.

Những hoạt động này đã được chứng minh là mang lại những ích lợi to lớn cho sức khỏe cũng như giúp con người sống lâu./.