

Гены и алкоголизм: зависимость не обязательно судьба

Даже когда у человека есть генетическая предрасположенность к алкоголизму, наличие хорошей поддержки семьи и друзей, может помочь снизить риск развития этого заболевания, говорят исследователи.

«Гены играют важную роль в употреблении алкоголя», - подчеркнула Джинни Су, доцент кафедры психологии Университета штата Аризона в Темпе и ведущий автор нового исследования (<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/acer.14157>). Примерно половина риска проблем, развивающихся из-за употребления алкоголя, связана с генетической предрасположенностью.

В ходе исследования ее команда проанализировала связи между наследственностью, личностными чертами, социальной поддержкой и риском алкоголизма среди более чем 2800 мужчин и женщин в возрасте от 18 до 65 лет.

Исследователи обнаружили, что среди взрослых с повышенным генетическим риском развития проблем, связанных с употреблением алкоголя, скорее всего, будут личности, ищущие острых ощущений. Но они также обнаружили, что сильная социальная поддержка со стороны друзей и семьи защищала потребителей алкоголя от развития алкоголизма.

Семья и друзья могут сыграть важную роль в оказании помощи своим близким, которые борются с проблемами, вызванными употреблением алкоголя, например, оказывая эмоциональную поддержку или помогая выявлять и участвовать в мероприятиях, которые направляют их генетические предрасположенности в более «здоровом направлении».

Например, поощрять людей получать острые ощущения от скалолазания, а не от выпивки.

Исследование началось в 1991 году. Все участники прошли тестирование, в ходе которого был изучен геном каждого человека. Полученные данные были сопоставлены с поведением, связанным с употреблением алкоголя. Участники также заполняли анкеты, предназначенные для оценки того, насколько их привлекают ситуации, связанные с поиском «острых» ощущений. Наконец, участников попросили обсудить, какую моральную, эмоциональную и социальную поддержку, по их мнению, они получали от друзей и семьи.

Исследователи выяснили, что те, кто унаследовал высокий риск злоупотребления алкоголем, также с большей вероятностью были искателями рискованных форм поведения и были более склонны к чрезмерному употреблению алкоголя. В то же время у людей с более высоким генетическим риском злоупотребления алкоголем страдали и социальные отношения. Исследователи особо отметили среди сильно пьющих людей более низкий уровень семейной и дружеской поддержки.

Но верно и обратное. Ощущение сильной социальной поддержки со стороны друзей и семьи защищало от употребления алкоголя, особенно среди людей с повышенным генетическим риском и склонностью к рискованному поведению.

Обнаруженное в исследовании сильное и сложное взаимодействие между социальной поддержкой, генетикой и личностью может быть чрезвычайно полезным для усилий, направленных на то, чтобы помочь человеку справиться с чрезмерным употреблением алкоголя.

Результаты исследования позволяют предположить, что людям с генетическим риском алкоголизма, можно помочь, направляя их предрасположенность к рискованным формам поведения в социально приемлемом направлении.