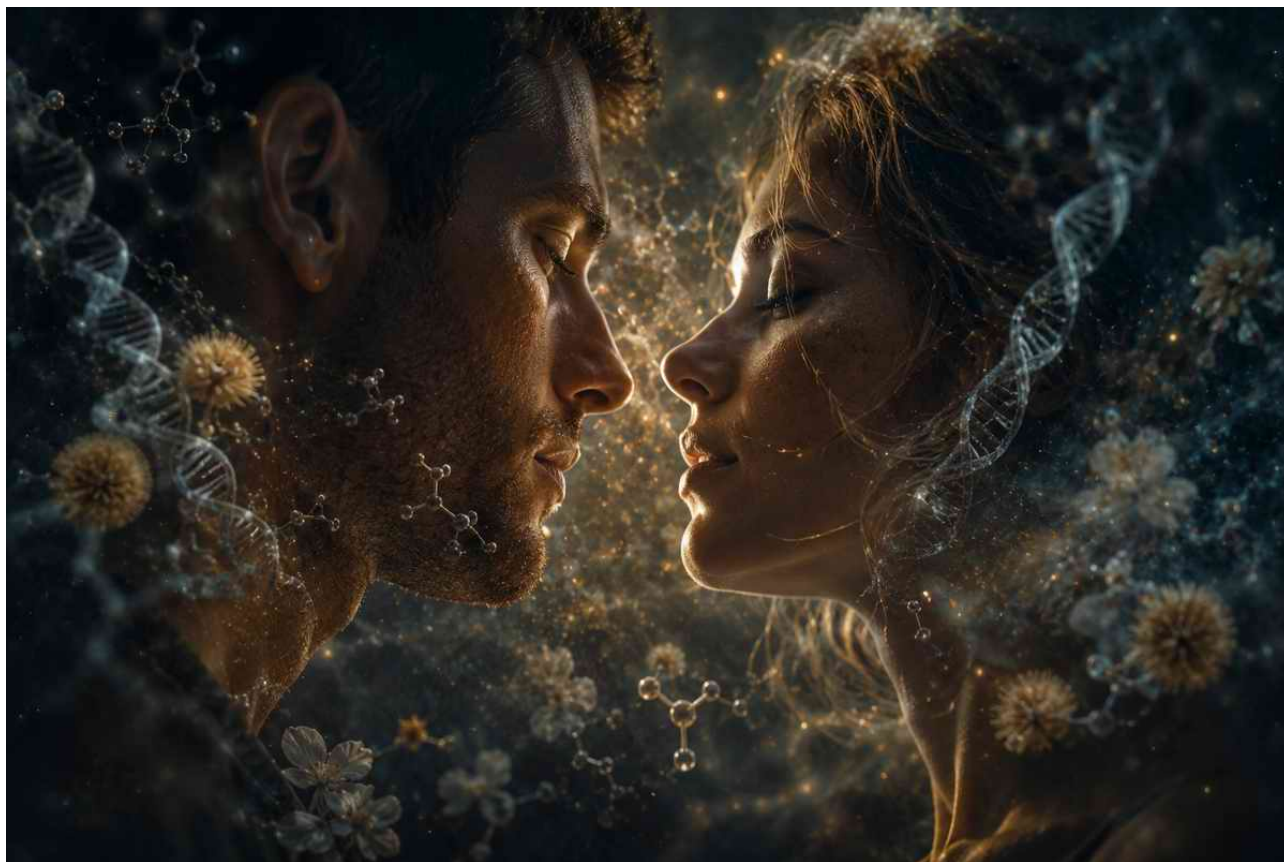


Забывтое чувство обоняния: как запах партнера помогает выбирать любовь и здоровье



Дата публикации: 15.06.2026

Человек привык считать главным инструментом выбора партнера зрение. Мы обращаем внимание на внешность, мимику, голос, манеру поведения и часто даже не задумываемся о роли запаха. Между тем обоняние остается одним из древнейших чувств, доставшихся нам от предков, и современные исследования показывают, что оно продолжает незаметно влиять на выбор пары, сексуальную совместимость и даже иммунное здоровье будущих детей.

В основе этого механизма лежит главный комплекс гистосовместимости, или МНС. У человека ему соответствует группа генов HLA. Эти гены играют ключевую роль в работе иммунной системы, помогая организму распознавать вирусы, бактерии и другие чужеродные агенты. Чем разнообразнее набор вариантов HLA, тем более широкий спектр патогенов способен обнаруживать иммунитет.

С точки зрения эволюции особенно выгодно, когда потомство получает максимально разнообразный набор генов иммунной защиты. Если родители

обладают различными вариантами МНС, их дети наследуют более широкий иммунный арсенал и потенциально получают лучшие шансы противостоять инфекциям. Поэтому биологи давно предположили, что у животных и человека могли сформироваться механизмы подсознательного поиска партнеров с отличающимся иммунным профилем.

Одним из таких механизмов считается запах тела. Генетические различия влияют на состав кожных выделений, микробиом кожи и набор летучих органических веществ, которые воспринимаются обонятельной системой. В результате запах становится своеобразной биологической визитной карточкой организма.

Наиболее известным исследованием в этой области стал эксперимент швейцарского биолога Клауса Ведекинда, опубликованный в 1995 году. Мужчины в течение двух суток носили одинаковые хлопковые футболки, избегая дезодорантов, парфюмерии, алкоголя и острой пищи. Затем женщины оценивали запах этих футболок по степени привлекательности.

Результаты оказались неожиданными. Женщины, не использовавшие оральные контрацептивы, чаще выбирали запах мужчин с максимально отличающимися от их собственных вариантами HLA. Иными словами, наиболее приятными казались запахи потенциальных партнеров, способных обеспечить будущему потомству более разнообразный набор иммунных генов.

Однако у женщин, принимавших противозачаточные таблетки, картина оказалась обратной. Они чаще предпочитали запах мужчин с похожим HLA-профилем. Позднее многочисленные исследования подтвердили, что гормональный фон существенно влияет на обонятельные предпочтения. Искусственная гормональная регуляция способна изменять естественные механизмы выбора партнера и смещать предпочтения в сторону генетически более похожих людей.

В течение последующих десятилетий ученые пытались понять, насколько далеко простирается влияние иммунных генов на человеческие отношения. Постепенно выяснилось, что дело не ограничивается только первоначальным влечением.

Современные исследования, опубликованные в 2025 году группой ученых из Университета Восточной Финляндии под руководством Йокинеми и Кекаяйнена, показали еще более сложную картину. В эксперименте десять женщин оценивали запахи одиннадцати мужчин в наиболее фертильной фазе менструального цикла. После этого исследователи сравнили предпочтения участниц с лабораторными данными о взаимодействии сперматозоидов мужчин

и фолликулярной жидкости женщин.

Результаты оказались весьма необычными. Женщины действительно проявляли определенные предпочтения в отношении запахов. Однако на клеточном уровне максимальную подвижность сперматозоиды демонстрировали далеко не всегда у тех мужчин, чей запах казался наиболее привлекательным. Более того, наилучшие показатели нередко наблюдались у мужчин с более выраженными различиями по HLA.

Фактически исследование показало существование двух уровней отбора. Первый связан с субъективным восприятием запаха и сознательным предпочтением. Второй происходит уже после полового контакта, когда биохимическая среда женского организма может по-разному влиять на сперматозоиды разных мужчин. Это означает, что человеческая репродуктивная система значительно сложнее, чем предполагалось ранее.

Возникает вопрос: каким образом организм вообще способен считывать столь тонкую генетическую информацию? Долгое время считалось, что подобные механизмы характерны преимущественно для животных, обладающих специализированным вомероназальным органом. У человека этот орган сохранился лишь в рудиментарной форме и, по всей вероятности, не играет существенной роли.

Однако это вовсе не означает, что люди утратили способность воспринимать подобные сигналы. Главную функцию выполняет обонятельная система и прежде всего обонятельная луковица, которая напрямую связана с центрами эмоций, памяти и мотивации. Исследования показывают, что человеческий мозг способен реагировать на HLA-ассоциированные пептиды даже тогда, когда человек не осознает наличие какого-либо специфического запаха.

Эксперименты с использованием электроэнцефалографии продемонстрировали, что определенные сигналы, связанные с МНС, вызывают измеримую активность мозга. Кроме того, современные данные свидетельствуют о наличии в обонятельном эпителии рецепторов, способных связывать пептиды МНС класса I и передавать информацию в центральную нервную систему.

Не менее интересны данные о долгосрочных отношениях. Ряд исследований показал, что пары с более выраженными различиями по HLA чаще сообщают о высокой сексуальной удовлетворенности, более сильном взаимном влечении и меньшей склонности к изменам. У женщин, чьи партнеры обладают отличающимся иммунным профилем, обычно выше удовлетворенность сексуальной жизнью и ниже интерес к другим мужчинам.

Конечно, выбор партнера определяется не только запахом. На него влияют

культура, личный опыт, социальная среда, ценности и множество других факторов. Тем не менее данные последних десятилетий показывают, что обоняние продолжает выполнять древнюю биологическую функцию, доставшуюся человеку от далеких предков.

Сегодня становится все очевиднее, что запах партнера несет значительно больше информации, чем кажется на первый взгляд. Обоняние выступает своеобразным эволюционным инструментом оценки генетической совместимости, который работает вне нашего сознательного контроля. Мы не анализируем иммунный профиль другого человека и не сравниваем варианты HLA. Вместо этого мозг формирует простое ощущение: этот запах кажется правильным или неправильным.

Исследования Ведекинда, а затем работы Йокинеми и Кекаяйнена показывают, что этот механизм действительно связан с иммунной системой и может влиять как на сексуальное влечение, так и на потенциальное здоровье потомства. При этом противозачаточные таблетки способны изменять естественные обонятельные предпочтения и смещать выбор в сторону генетически более похожих партнеров. Но даже это не делает систему простой, поскольку подсознательные предпочтения не всегда совпадают с процессами, происходящими на уровне яйцеклеток и сперматозоидов. В результате человеческий выбор партнера оказывается гораздо более многомерным и сложным, чем предполагалось еще во времена первых экспериментов Ведекинда. Обоняние остается забытым чувством, которое продолжает незаметно участвовать в одной из самых важных биологических задач — выборе пары.