

Ученые нашли генетические особенности переедания и анорексии, не связанные напрямую с весом



Дата публикации: 20.08.2026

Расстройства пищевого поведения долгое время связывали прежде всего с весом, питанием и психологическими факторами. Однако крупнейшее международное генетическое исследование показывает значительно более сложную картину. Ученые обнаружили участки генома, связанные с компульсивным перееданием и нервной анорексией, причем их генетические особенности далеко не полностью совпадают с генами, влияющими на индекс массы тела.

Работу провели специалисты Королевского колледжа Лондона совместно с большой международной группой исследователей. Впервые генетику людей с симптомом компульсивного переедания сравнили с генетическими данными людей без расстройств пищевого поведения в таком масштабе. Одновременно ученые выполнили крупнейший на сегодняшний день генетический анализ нервной анорексии.

Важно различать компульсивное переедание как симптом и конкретный диагноз. Эпизоды неконтролируемого употребления большого количества пищи могут встречаться при нескольких расстройствах: компульсивном переедании, нервной булимии, отдельных формах нервной анорексии и других нарушениях пищевого поведения. В новой работе исследователей интересовал именно генетический компонент переедания независимо от конкретного диагноза.

Масштаб исследования оказался значительным. Ученые объединили 27 наборов данных и проанализировали генетическую информацию почти 40 тысяч человек с компульсивным перееданием и более 1,2 миллиона участников без этого симптома. Отдельная часть работы охватила около 25 тысяч человек с нервной анорексией. Такое количество данных позволило искать небольшие генетические различия, которые практически невозможно обнаружить при изучении нескольких сотен пациентов.

Анализ выявил шесть участков генома, или локусов, связанных с перееданием, а также восемь локусов, ассоциированных с нервной анорексией у людей европейского происхождения. Шесть генетических сигналов анорексии уже обнаруживались в предыдущем крупном исследовании 2019 года. Их повторное выявление усиливает доказательства того, что эти области генома действительно связаны с заболеванием. Еще два локуса анорексии удалось обнаружить впервые.

Особенно интересным оказался вопрос массы тела. И компульсивное переедание, и нервная анорексия очевидным образом способны влиять на вес человека, однако генетическая картина этих состояний не оказалась простым отражением генетики индекса массы тела. Многие варианты, связанные с расстройствами пищевого поведения, отличались от вариантов, определяющих склонность человека к большей или меньшей массе тела.

Это важный результат для понимания биологии таких нарушений. Генетическая предрасположенность к расстройству пищевого поведения и наследственная склонность к определенной массе тела могут пересекаться, но не являются одним и тем же процессом. Следовательно, объяснять анорексию исключительно низким весом, а компульсивное переедание — склонностью к набору массы неправильно даже с точки зрения генетики.

При этом некоторые точки пересечения все же обнаружили. Один из локусов, связанных с перееданием, находится рядом с FTO — одним из наиболее известных генов, изучаемых в связи с массой тела и риском ожирения. Новые результаты позволяют предположить, что связь некоторых вариантов FTO с повышенным индексом массы тела может частично реализовываться через особенности пищевого поведения.

Однако наличие определенного генетического варианта не означает, что у человека обязательно разовьется переедание или анорексия. Сложные состояния обычно связаны с совокупным влиянием большого количества генетических вариантов, а также с окружающей средой, стрессом, особенностями развития, социальными условиями и другими биологическими факторами. Генетика в данном случае определяет вероятность, а не неизбежный сценарий.

У исследования есть и важное ограничение. Основные результаты по конкретным локусам получены преимущественно на данных людей европейского происхождения. Генетическая структура популяций различается, поэтому результаты нельзя автоматически переносить на все население планеты. Исследователи планируют расширять анализ и включать более разнообразные этнические группы.

Следующим направлением станет изучение других расстройств пищевого поведения, включая ARFID — расстройство избегающего или ограничительного приема пищи, а также атипичные формы заболеваний. Чем больше данных удастся объединить, тем точнее ученые смогут разделить общие и специфические генетические механизмы различных нарушений.

Практическая ценность таких исследований рассчитана на перспективу. Более точное понимание биологических механизмов может помочь определить молекулярные пути, участвующие в развитии заболеваний, улучшить классификацию расстройств и в дальнейшем подсказать новые направления терапии. Пока же генетические результаты не являются тестом, позволяющим предсказать заболевание у конкретного человека.

Новая работа меняет прежде всего представление о природе расстройств пищевого поведения. Анорексия и компульсивное переедание связаны не только с количеством потребляемой пищи или цифрой на весах. За внешними проявлениями скрывается сложная комбинация биологических и поведенческих механизмов, и генетика постепенно позволяет ученым увидеть отдельные элементы этой системы.

Ссылка: «Полногеномные ассоциативные исследования компульсивного переедания и нервной анорексии позволяют получить представление об уникальных и общих биологических особенностях фенотипов расстройств пищевого поведения» DOI: [10.1038/s44220-026-00698-2](https://doi.org/10.1038/s44220-026-00698-2).