

## Mitochondrie

Pravděpodobnost vzniku určitých chorob je těsně spjata s genetickou predispozicí člověka.

Jak člověk postupně migroval z Afriky po celém světě, utvářely se adaptace na různé druhy potravy, v závislosti na klimatu. S tím souvisí i stravování podle **mitochondriálních** haplotypů.

**Mitochondriální DNA** se dědí pouze po ženské linii, protože každý z nás má veškerou mitochondriální DNA od matky.

Na rozdíl od zbytku lidského genomu, který se v populaci neustále promíchává, lze mitochondriální DNA využít k charakteristice skupin lidí, kteří sdílejí určité společné znaky.

Stejně jako krevní skupiny vypovídá mitochondriální DNA o minulosti daných haplotypových skupin: v jakých geografických podmínkách se vyvíjely a jaký způsob života vedli jejich příslušníci.

Nositelé jednotlivých mitochondriálních haploskupin mají také predispozice k různým chorobám.

Například **mitochondriální skupiny T a N9a** jsou spojovány s onemocněním srdce a cévního systému a její nositelé by tedy měli přizpůsobit svůj životní styl tomuto vrozenému riziku. Dietní doporučení by se tak mohlo týkat omezení sacharidů a nevhodných tuků ve stravě.

**Mgr. Lucie Weiss**  
nutriční poradce