

Медицина антистарения

Автор методики:

Доктор мед. наук,

врач-психотерапевт, сексолог,

член ПМПА Самохин А.Г.

Медицина антистарения одно из самых молодых научных направлений в науке о жизни и здоровье (life science – общепризнанный в Европе термин), в котором рядом со словом «anti-age» активно используются понятия регенеративная и функциональная медицина.

Сегодня медицина антистарения это не привилегия геронтологов, которые долгие годы разрабатывали теоретические основы данного направления, но мультидисциплинарное направление, наука о здоровых людях и профилактике преждевременного старения. Стартовав с эстетической медицины и гормональной терапии, специалисты антивозрастной медицины в последние годы все большее внимание уделяют профилактике заболеваний, ассоциированных с возрастом, сохранению привычного объема жизнедеятельности.

По имеющимся на сегодняшний день исследованиям можно утверждать, что комбинированное применение технологий медицины антистарения позволяет в среднем продлить период активного долголетия на 10-15 лет и значительно уменьшить риск развития этих заболеваний. Психологическое и соматическое состояние человека во многом зависят от степени возрастного угасания функциональной активности органов и систем. Изменения начинаются в ранней зрелости, задолго до начала функциональных нарушений. Средний возраст начала угасания функциональной активности (проф.В.С.Баранов)

Пауза	Маркер старения	Начало угасания активности
Менопауза	Эстрогены, прогестерон	40
Адренопауза	Тестостерон, ДНЕА	55
Биопауза (Нейротрансмиттеры)	Допаминовая система	30
	Ацетилхолиновая	40
	Серотониновая	60
Инсулинопауза	Толерантность к глюкозе	40
Тиропауза	Тироксин	50
Тимопауза	Размеры железы, состояние иммунной системы	40
Пинельпауза	Мелатонин	20
Остеопауза	Минеральная плотность кости	30
Дермапауза	Коллаген, синтез витамина D	35

Наиболее продвинутые по шкале биологического возраста органы и системы являются «слабым звеном» и именно они, скорее всего, будут главными кандидатами ускоренного

старения. Прогнозирование и профилактика вероятных рисков ускоренного старения и есть задача антивозрастной медицины. Обязательным условием эффективности геропротективных программ, то есть набора действий по профилактике преждевременного старения и заболеваний и состояний, ассоциированных с возрастом, является соблюдение принципа преемственности между специалистами антивозрастной (индивидуальной профилактической) и классической медицины.

Основными направлениями деятельности антивозрастной медицины являются:

- индивидуальная диспансеризация на основании анализа генетических и негенетических рисков;
- индивидуальная профилактика заболеваний и состояний, ассоциированных с возрастом, на основании анализа генетических и негенетических рисков;
- коррекция дисбалансов, приводящих к реализации генетических и не генетических рисков (минеральных, амин окислотных, ферментативных, гормональных и т.д.).

Антивозрастная медицина только начинает развиваться и представляет собой передовое направление профилактической медицины, ориентированное на индивидуальные неблагоприятные тенденции конкретного человека, обуславливающие риск преждевременного старения.