

ISSN 1561-9125

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК
ГЕРОНТОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЩЕСТВО

№ 5 2024
Том Vol. 37

Успехи ГЕРОНТОЛОГИИ

Advances in Gerontology

**Реализация концепции активного долголетия
в России: обоснование и выводы**

**Симптомы депрессии у пожилого населения
Индонезии (опыт зарубежных коллег)**

**Полипептидные комплексы для поддержания
функций организма**

**Мультифакторный характер нарушений сна
у пожилых людей**

**Тезисы научной конференции
«Геронтологические подходы к продлению периода
активного долголетия», посвящённой 30-летию
со дня создания Геронтологического общества
при Российской академии наук
(Санкт-Петербург, 21 и 22 октября 2024 г.)**



САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

18. Биомаркеры ускоренного старения репродуктивной системы на Севере и их связь с гериатрическими синдромами

Белишева Н.К., Мартынова А.А., Григорьева Э.И.
Федеральный исследовательский центр «Кольский научный центр РАН», Апатиты, Мурманская обл.,
e-mail: n.belisheva@ksc.ru

Заболеваемость населения Мурманской обл. (МО) болезнями, ассоциированными с гериатрическими синдромами (болезни системы кровообращения, эндокринной системы, урогенитальные расстройства и другие), на отдельных территориях МО в разы превышает соответствующие российские показатели. Известно, что возрастные изменения функции гипоталамо-гипофизарно-яичниковой системы могут быть одной из причин ускоренного старения организма. Цель исследования — оценка возрастных особенностей гормонального статуса женщин репродуктивного возраста, проживающих в Апатитах (МО), где высокий уровень заболеваемости населения болезнями репродуктивной системы.

В исследовании принимали участие 97 девушек и женщин репродуктивного возраста (15–49 лет). Исследование проводили с соблюдением Хельсинкской декларации и с одобрения местного комитета по биоэтике НИЦ МБП КНЦ РАН. Биомаркеры состояния репродуктивной системы включали содержание гормонов на 3–5-й день менструального цикла (фолликулиновая фаза) — лютеинизирующего гормона (ЛГ), фолликулостимулирующего гормона (ФСГ), тестостерона (ТС), дегидроэпиандростеронсульфата (ДГЭАС), антимюллерова гормона (АМГ), эстрадиола (Е), прогестерона 17-ОН; на 19–21-й день цикла (лютеиновая фаза) — прогестерона (ПГ), пролактина (ПЛ), кортизола (КР). Участниц исследования распределили на две возрастные группы — 19,8±1,5 и 37,2±5,9 года. Выявлены значимые ($p < 0,05$) различия между этими группами по содержанию: ЛГ (10,1±4,3 и 8,4±3,2 мМЕ/мл), ФСГ (8,5±2,9 и 11,5±9,1 мМЕ/мл), ТС (3±0,9 и 2,2±0,9 нмоль/л), ДГЭАС (3±1,3 и 2,4±1,2 мкмоль/л), АМГ (5±2,7 и 2,7±2,3 нг/мл), прогестерона 17-ОН (3,7±1,9 и 2,4±1,2 нмоль/л), ПЛ (534,2±259,8 и 402,2±221,8 мМЕ/л), КР (430,4±151 и 320±123,1 нмоль/л). Снижение уровня АМГ ассоциировано с истощением запаса примордиальных фолликулов в целом и уменьшением числа созревающих фолликулов в каждом менструальном цикле. Показана возрастная динамика содержания гормонов. Выявлено раннее вступление молодых женщин в переходный период на основании возникновения переменных по длительности циклов, снижение ЛГ, ДГЭАС, АМГ, ТС после 21 года, снижение прогестерона 17-ОН и ПЛ после 25 лет, «парадоксальное» увеличение эстрадиола (Е), связанное с ускорением фолликулогенеза в 42 года. Полученные результаты свидетельствуют, что проживание в арктических условиях способствует преждевременному старению репродуктивной системы.

19. С новыми знаниями в активное долголетие

Бережной А.В., Винтухова Л.В., Дровнина С.П.
Санкт-Петербургское государственное казённое учреждение здравоохранения «Городской центр общественного здоровья и медицинской профилактики»,
Санкт-Петербург, e-mail: gcmmedprof@zdrav.spb.ru

Одной из национальных целей развития РФ является сохранение населения. Ключевой показатель — увеличение продолжительности жизни до 78 лет в период до 2030 г. Для достижения этих целей был разработан Федеральный проект «Старшее поколение» Национального проекта «Демография». Национальный проект «Продолжительная и активная жизнь» также направлен на продолжение качественной жизни без вредных привычек. Очень важно сохранять здоровье и активность в пожилом возрасте. Времена изменились, и людям старшего возраста стало доступно то, что раньше ассоциировалось только с молодыми людьми. Говоря о долголетии, мы всегда подразумеваем активное долголетие, при котором человек сохраняет ясный ум, интерес к жизни, физическую работоспособность и возможность самостоятельно себя обслуживать.

Центр организует и проводит массовые мероприятия, акции, круглые столы, информационно-коммуникационные кампании, в том числе по пропаганде активного долголетия, такие как «Искусство видеть», «Территория здоровья». Наш девиз — «Мы не лечим людей, а учим их быть здоровыми».

Специалисты Центра разрабатывают и тиражируют для населения большое количество информационных материалов по предупреждению развития хронических заболеваний и их осложнений (плакаты, брошюры, буклеты, листовки, памятки).

Более 20 лет в учреждении работает лекторий для населения «Университет здоровья». Лекции читают научные сотрудники, преподаватели медицинских вузов и НИИ Санкт-Петербурга, а также ведущие специалисты практического здравоохранения. Программа лектория включает лекции по наиболее актуальным темам, в том числе касающиеся проблем людей пожилого возраста. Ежегодно лекторий посещают около 600 человек.

Также в Центре работает Музей гигиены, экспозиции которого адаптированы для лиц пожилого возраста. Для них организованы тематические экскурсии с демонстрацией экспонатов по рациональному питанию, предупреждению стрессов, необходимости повышения физической активности, борьбе с вредными привычками и т. д.

Все перечисленные мероприятия направлены на формирование у пожилых людей приверженности к здоровому образу жизни и сохранению здоровья.

20. Кожный экскрет как объект оценки функционального состояния организма пожилых людей

Бирюкова Е.Г., Савин Г.А. Волгоградский государственный социально-педагогический университет, Волгоград,
e-mail: egbirukova@mail.ru

Пожилый возраст — это особый этап в жизни человека, заключительный этап его жизни. Важной физио-