

изменений сердечно-сосудистой системы, нервной системы, нарушений липидного и гормонального обменов, мультиморбидности, когнитивных нарушений, тем самым углубляя сложность диагностики и лечения.

Штонда М.В., Пристром М.С., Семененков И.И.
Институт повышения квалификации и переподготовки кадров здравоохранения
Белорусского государственного медицинского университета, Минск, Беларусь

ВЗГЛЯД НА СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРОДЛЕНИЯ ЖИЗНИ И ДОЛГОЛЕТИЯ

Shtonda M., Pristrom M., Semenkov I.
Institute of Advanced Training and Retraining of Healthcare Personnel of Belarusian State
Medical University, Minsk, Belarus

A LOOK AT MODERN LIFE EXTENSION AND LONGEVITY TECHNOLOGIES

Введение. Последние десятилетия характеризуются старением населения. По прогнозам ВОЗ, за период с 2015 по 2050 г. число людей в возрасте 60 лет и старше возрастет с 900 млн до 2 млрд человек (с 12% до 22% в общей численности населения мира). Старение может протекать по естественному физиологическому типу и ускоренному, преждевременному типу, который является основной причиной преждевременной смертности и низкой продолжительностью жизни. По данным ВОЗ, основными причинами смертности в мире являются: АГ – 7,1 млн, курение – 4,0 млн, гиперхолестеринемия – 4,4 млн, избыточная масса тела – 2,6 млн. Факторами, определяющими здоровье человека (ВОЗ), являются: наследственность (15–20%), окружающая среда (20–25%), медицинское обеспечение (10–15%), условия жизни и образование людей (50–55%), т. е. здоровье человека во многом зависит от него самого. Видовой предел жизни человека 110–120 лет. В то же время средняя продолжительность жизни современного человека в экономически развитых странах достигла 86 лет и более. Биологический резерв жизни составляет 30–45 лет.

Цель. Провести анализ современных данных в отношении профилактики сердечно-сосудистых заболеваний с учетом применения технологий, направленных на продление жизни и долголетия.

Результаты. Основные направления профилактики преждевременного старения: воздействие на факторы риска; увеличение доходов населения; улучшение социальной защиты и медицинского обслуживания; здоровый образ жизни: активный двигательный режим, сбалансированное питание, устранение вредных привычек, правильный режим труда и отдыха; употребление противовоспалительных продуктов: листовая зелень, ягоды, жирная рыба, орехи, семена, куркума, оливковое масло,

помидоры, имбирь, чеснок, зеленый чай; ранняя диагностика, профилактика и адекватное лечение заболеваний; назначение геропротекторов; геновая инженерия (в будущем).

К лекарственным средствам для профилактики преждевременного старения относятся: витамины (дуовит, декамевит, квадевит, ундевит, гериавит-фарматон, геровитал и др.), адаптогены (биллобил, женьшень, экстракт элеутерококка и радиолы жидкий, лимонник и др.), липотропные лекарственные средства (статины, омега-3 ПНЖК), пептидные биорегуляторы класса цитомединов (эпиталамин, тималин, простатилен, кортексин, ретиналамин), стволовые клетки.

Заключение. Ознакомление с вопросами старения широкой общественности, разработка мероприятий по предупреждению преждевременного старения и их реализация будут способствовать увеличению продолжительности и качества жизни, продлению трудоспособного периода и профессионального здорового долголетия. Современная практическая медицина располагает достаточным набором средств и методов для реализации этой программы.

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

КАРДИОЛОГИЯ

в Беларуси

2026, том 18, № 1. Приложение

Cardiology in Belarus

International Scientific Journal

2026 Volume 18 Number 1 Supplement



Густав Климт
Девы (1913)

**Материалы IX Съезда кардиологов,
кардиохирургов, рентгеноэндоваскулярных хирургов
и аритмологов Республики Беларусь**

Минск, 9–10 апреля 2026 года

ISSN 2072-912X (print)
ISSN 2414-2131 (online)



ПИ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ
ИЗДАНИЯ