

ANTI-AGE

Хорошее самочувствие и эстетическая медицина

MAGAZINE | RUSSIA

**Восемь новых
антивозрастных
средств**
8 new
anti-aging
treatments

**Все о
быстром
лифтинге**
All you need
to know about
the Instant lift

**КЛИНИКИ: ДЕСЯТЬ
ПОЛЕЗНЫХ АДРЕСОВ**
CLINICS: 10 EXCEPTIONAL
PLACES TO VISIT

Лучшие
средства
для борьбы с
пигментными
пятнами, акне,
депигментацией...
Spots, acne,
depigmentation...
Our best products

**Бессмертие
– завтра**
Immortality:
tomorrow's
world?

*Я хочу
красивое
декольте*

Get a dazzling décolletage



2014

EuroMediCom

#2

Codif 7277 - N2





— ДОКТОР ЕЛЕНА ВЛАДИСЛАВОВНА БАРАНОВА (DOCTOR ELENA V. BARANOVA)

«ПРОЕКТ СЕКРЕТ» СЕКРЕТЫ И ЛОВУШКИ ANTI-AGING

Баранова Елена, профессор, Президент Европейского Института Персонализированной Медицины и Здоровья, Монако.

Именно так называлась моя недавняя, собравшая полный зал, презентация, которую меня пригласил сделать элитный клуб Монако CREM. Организаторам пришлось закрыть регистрацию участников задолго до приближения даты выступления. Это небольшое событие очень ясно иллюстрирует отношение общества к anti-aging – высокий интерес и желание разобраться. Действительно, anti-aging сегодня может очень много. Фактически, мы сами можем выбрать себе возраст. Тем не менее существует большая путаница в этой области, поэтому хотелось бы прояснить ситуацию и остановиться на основных тенденциях и проблемах современного anti-aging.

В настоящее время модный термин anti-aging используется везде – от салонов парикмахерских до новейших nano-технологий. Однако, строго говоря, anti-aging изучает, как замедлить процессы старения в нашем организме и, главное, запустить процессы омоложения. Не стоит заменять понятие anti-aging на эстетическую медицину – это разные, хотя и взаимодополняющие друг друга области.

Anti-aging 21 века включает следующие обязательные составляющие:

- 1/ геномная медицина и эпигенетика, изучающие прежде всего генные взаимодействия с нашим образом жизни в каждом конкретном случае;
- 2/ гормональная регуляция с использованием нового поколения биоидентичных гормонов;
- 3/ функциональная медицина, являющаяся мостиком между лечебной медициной и медициной здоровья и позволяющая определить anti-aging потенциал и «отследить» эффективность рекомендаций
- 4/ биологические препараты, микронутриция нового поколения,
- 5/ холистические подходы и высокий уровень персонализации.

Согласно данным Европейской Комиссии, темпы роста персонализированной и антивозрастной медицины приближаются к 20 % в год за счет появления новых биомаркеров в диагностике, создания функционального питания, биологических добавок и косметической продукции нового поколения.

Итак, первый важнейший секрет anti-aging 21 века

Использование геной регуляции, т.е. оптимизации активности наших генов в персонализированных »

» anti-aging программах. Многочисленные исследования, проведенные после завершения расшифровки генома (Международный проект «Геном Человека» закончился в 2003 году) четко показали, что процессы старения - это результат снижения экспрессии (активности) генов, начинающийся примерно в 35 лет. Таким образом, оптимизируя активность генов, мы замедляем процессы старения. По самым скромным подсчетам ученых, продолжительность жизни человека может составлять 120 лет при условии оптимизации генной активности и соответствия нашего образа жизни нашему генетическому потенциалу. К сожалению, согласно официальным данным NUGO (Nutritional Genome Organisation), менее 9% всех ДНК служб в мире способны предоставить достоверную персонализированную интерпретацию генетических результатов. Более того, в конце 2013 года FDA (Food Drug Administration – USA) была вынуждена запретить генетическое тестирование для анти-старения в связи с колоссальной спекуляцией на генетических данных. В связи с этим – одна из важнейших ловушек anti-aging и персонализированной медицины – коммерческое генетическое тестирование и ДНК бизнес. За 12 лет работы экспертом в Европейской Комиссии по вопросам геномики и персонализированной медицины, мне постоянно приходится сталкиваться с плачевными последствиями этого коммерческого подхода для пациента. Тем не менее, грамотно проведенная консультация и разработка персонализированных рекомендаций в этой области позволяет добиться прекрасных результатов. Многие мои пациенты кардинально изменили свою жизнь к лучшему, избавившись от усталости, стресса, лишнего веса и др., в результате выполнения индивидуальных программ генной регуляции.

Второй важный секрет anti-aging

Грамотное использование биоидентичных гормонов. К сожалению, существует большая неразбериха в отношении к гормонам в обществе: от тотального неприятия до слишком активного использования. На недавнем совещании Международного Общества по Гормональной Терапии были представлены четкие данные, что использование биоидентичных гормонов, например, у женщин, снижает риск развития болезни Альцгеймера в 2 раза, а также способствует предотвращению не только остеопороза, но и сердечно-сосудистых заболеваний. Третий очень важный секрет anti-aging заключается в правильном использовании витаминов и антиоксидантов. Коварность ситуации заключается в том, что большинство людей принимают мультивитамины или «что привезли друг/жена/родители». Такой подход не дает положительных результатов и может, наоборот, заблокировать печень, что я часто вижу у обращающихся ко мне пациентов. В действительности же микронутриция – это сильнейший метод, позволяющий не только защитить от возникновения заболеваний, но и активировать процессы омоложения. Так, если уровень витамина Д будет в оптимальной норме у населения планеты, то частота онкологических заболеваний снизится в 2 раза. Недостаток эффективных микронутриционных препаратов,

а также просьбы моих пациентов и студентов подтолкнули меня к созданию линейки препаратов нового поколения – препаратов оптимизации генной регуляции. Эти препараты используются в индивидуальных anti-aging программах и позволяют активировать работу различных генов, стимулируя детоксикацию, клеточное дыхание, работу мозга, др., и, таким образом, снижают усталость, стресс, запускают процессы омоложения. Подбор терапии ведется индивидуально.

Четвертый anti-aging секрет

Необходимость холистического подхода. Настоящая anti-aging программа составляется для конкретного человека, а не для генов, гормонов, др. Например, морковный сок является прекрасным регулятором генов детоксикации, но противопоказан пациентам с повышенным сахаром крови. Листья салата очень хороши, но совершенно не подходят пациентам с низким уровнем нейротрансмиттеров или нарушением проницаемости кишечника. Поэтому никогда не нужно стараться делать «как подруга/Иван Иванович и др».

Пятый anti-aging секрет

Получайте удовольствие! Выполнение любой программы должно доставлять удовольствие. Поэтому, мне остается только пожелать вам жить в гармонии с вашими генами, телом и духом!

Елена Владиславовна Баранова (Elena V. Baranova)

Профессор, доктор медицинских наук, эксперт Европейской Комиссии по геномике здоровья и персонализированной медицине; международный эксперт медицины анти-старения, президент Европейского Института Персонализированной Медицины и Здоровья, Монако. Проф. Баранова разработала уникальные эпигеномные подходы и препараты для сохранения здоровья и омоложения, основанные на оптимизации генной активности.



Будьте на шаг впереди

Для получения дополнительной информации, прослушивания ежедневной радио программы для пациентов «Секреты anti-aging» и создания высоко индивидуальной anti-aging программы, а также выбора места консультации в Монако, Москве и Риге, смотрите сайт: www.baranovamolpaco.com.