

**Пробиотики в anti-age программах.**

Антивозрастная медицина помогает человеку сохранять оптимальный капитал здоровья в разные возрастные периоды, а также выявлять различные нарушения на начальном этапе. Это позволяет избегать множества заболеваний и сохранять хорошее здоровье в любом возрасте. Anti-age медицину также называют медициной долголетия и благополучия.

Концепция Anti-Age предполагает особенный стиль жизни и внутреннюю философию: поддержка активного образа жизни, забота о здоровье в любом возрасте.Научно доказано, что поддерживающая терапия помогает избежать нехватки питательных веществ, которая приводит к заболеванию или функциональной дегенерации, такой как остеопороз, саркопения или диабет, для проявления которых требуется время.

Область применения anti-age медицины широка, при этом она не является признанной медицинской специальностью в России. Однако спрос на подобный подход к лечению и профилактике заболеваний только растет и многие развитые страны (как, например, Франция, Швейцария и др.) уже признали антивозрастную медицину. В основе антивозрастной медицины - доказательная научная база, и она дополняет традиционную медицину по ряду пунктов. Функциональный подход - стимулирует и улучшает функции организма. Это профилактика, действующая до того, как болезнь проявит себя.

Anti-age — это превентивная медицина с междисциплинарным подходом, которая позволяет людям взрослеть, оставаясь в хорошей физической форме. С точки зрения предотвращения старения в идеале нужно обращаться к врачу антивозрастной медицины уже с 25 лет, но научный, биологический, медицинский и терапевтический прогресс дает возможность реагировать в любом возрасте. При старении развиваются различные нарушения в системе пищеварения. Возрастные изменения в поджелудочной железе начинают регистрировать после 45 лет, уменьшается количество клеток поджелудочной железы, снижается объем секрета железы. В слизистой оболочке кишечника развиваются процессы атрофии функционирующих желез, происходит значительное снижение всасывания аминокислот, витаминов и микроэлементов (кальция и др.), снижение содержания активной формы витамина D3. Недостаточность пищеварения, дефицит в организме белков, витаминов, минеральных веществ, микроэлементов негативно влияют на микрофлору кишечника, что приводит к дисбактериозу кишечника.

По мере старения человека стареет и его микрофлора. По данным исследований частота дисбактериоза кишечника у людей в возрасте до 60 лет составляет до 34,8%, у лиц старше 60 лет без заболеваний ЖКТ до 53,6%, а у лиц старше 60 лет, с заболеваниями ЖКТ, - почти 100%. В составе микрофлоры кишечника пожилых людей отмечается значительное уменьшение количества таких полезных бактерий, как Bifidobacterium и Lactobacillus.

В кишечнике взрослого человека содержится 4–5 видов Bifidobacterium, в пожилом возрасте встречается лишь один вид этого рода. Недостаточное усвоение питательных веществ, связанное с возрастными физиологическими изменениями, может вести к нарушению состава микрофлоры. Снижение всасывания витамина b12, кальция, ионов железа способствует развитию атрофического гастрита. Дисбаланс между про- и противовоспалительными элементами у пожилых людей ведет к неспецифическому вялотекущему воспалению - inflammaging (возрастное воспаление). Оно является основой развития онкологических, аутоиммунных, хронических неинфекционных заболеваний, болезни Альцгеймера, атеросклероза, остеоартрита, инсулинорезистентности, сердечно-сосудистых заболеваний.

Микробиота — это орган, играющий важную роль в обеспечении здоровья человека и в развитии различных заболеваний, в том числе и возраст ассоциированных. В схемы лечения и профилактики патологии, связанной с возрастом, входят традиционные методы (физические упражнения, правильное, сбалансированное, функциональное питание, принципы здорового образа жизни и т. д.) Специалисты отмечают, что с учетом имеющихся научных данных доказана необходимость включения в anti-age программы методы управления составом и разнообразием кишечной микробиоты. Доказана эффективность применения пробиотиков с целью улучшения функции кишечника и иммунной системы.Исследование показало, что у пациентов старше 60 лет применение диеты (стандартный рацион №3) в сочетании с БАД «ВедаБиотик» снижает распространенность диспепсических симптомов, позитивно отражается на метаболических показателях углеводного обмена и липидного спектра, улучшает антропометрические показатели нутритивного статуса, положительно влияет на качество жизни и психоэмоциональный статус пожилых пациентов.

Оценивая результаты работы по программе «Метабиотики — новая технология профилактики и лечения заболеваний, связанных с микроэкологическими нарушениями в организме человека» ученые считают, что «в России настала необходимость создать междисциплинарную программу «МЕТАБИОТИКИ – НОВАЯ НУТРИТИВНАЯ И МИКРОЭКОЛОГИЧЕСКАЯ СТРАТЕГИЯ» активного долголетия и профилактики хронических соматических (метаболических) заболеваний», реализация которой позволит резко снизить риск и прогрессирование основных «болезней цивилизации».

Метабиотики являются одним из перспективных направлений Anti-age программ. Для метабиотиков характерны следующие свойства:

-хорошие показатели абсорбции и равномерности распределения по тканям;

-более быстрое начало действия обусловлено наличием уже готовых к вступлению в метаболические реакции активных соединений естественной микрофлоры;

**-**полная антибиотикоустойчивость - метабиотики не содержат живых микрооганизмов;

-кислотоустойчивость, позволяющая 95-97% метабиотиков попадать в толстый кишечник в неизмененном виде;

-отсутствие конфликтов с уже имеющейся в кишечнике пациента микробиотой;

-хорошая переносимость метабиотических продуктов вне зависимости от возраста. Их можно принимать длительное время без осложнений, синдрома отмены, на фоне различных режимов питания. Метабиотики проекта «Ведабиотика» полностью соответствуют задачам Anti-age программ.

Это инновационная форма препаратов – фитолизаты, фитометабиотики. При ферментативном лизисе бактерий образуются мурамилдипептиды (МДП), активирующие врожденный иммунитет. Бактериальные полисахариды проявляют иммуномодулирующий эффект, стимулируют пищеварение и всасывание нутриентов. Симбиотические микроорганизмы образуют более 25 тысяч различных соединений с биологической и фармакологической активностью. Фитометабиотики - инновационные отечественные препараты нового поколения для многофакторной коррекции нарушений микрофлоры кишечника и нормализации функций желудочно-кишечного тракта, объединяют в своей формуле возможности метабиотиков с лечебными свойствами лекарственных растений. Они содержат лизаты бифидо- и лактобактерий, пропионовокислых бактерий и экстракты лекарственных растений, которые улучшают секреторную функцию и моторику органов пищеварения (желудок, кишечник, печень, желчный пузырь), оказывают противовоспалительное, антипаразитарное действие и восстановление микрофлоры кишечника при дисбиозе.