

Титр: Болков Михаил Артемович, кандидат медицинских наук, научный сотрудник Института изучения старения Российского геронтологического научно-клинического центр Пироговского Университета.

Каждая пересадка органа это серьезный стресс для организма. Вероятность отторжения органа далеко не нулевая, его долгосрочная работоспособность ниже, чем у собственного органа, а приём постоянной иммунотерапии, чтобы остановить отторжение трансплантата, повышает риск инфекций и даже онкологии. Пересадка органа - это вынужденная крайняя мера.

Пересадка органа продлевает жизнь так же, как любая вынужденная операция: без неё человек бы умер, а после неё продолжит жить. Она помогает продлить жизнь только людям со смертельно-опасной патологией. Речь не про удлинение среднего срока жизни человека, это личный индивидуальный "костыль". С ним лучше, чем без него, но это не выход. До тех пор, пока мы не научимся выращивать собственные органы, генетически идентичные нам, эта процедура всегда будет рискованной с большим количеством сопутствующих проблем.

Лекарства, радикально увеличивающие жизнь у животных, уже давно используются в медицине у человека. Но как и любое лекарство, они несут побочные эффекты. Если риск болезни (онкология, какой-то дефицит) выше, чем риск осложнений от лекарства, его принимают (вспомните химиотерапию). Для продления жизни принимать тот же рапамицин бессмысленно - за несколько лет накопятся серьезные осложнения. Есть такие научные проекты, как использование смесей разных лекарств - гормонов, метформина, препаратов типа рапамицина или влияющих на деление клетки и теломеры. Но всё это эксперименты. Животные живут не долго, и удлинение жизни вдвое кажется крутым. Но для животного удвоение жизни это 1-2 года, а для человека за 3-4 года уже накопится столько последствий, что жизнь может укоротиться. Единственно доказанные методы удлинения жизни здоровых людей - вакцинация, здоровое питание, физическая активность, омега-3, витамин D. Есть исследования это доказывающие, с дозами, условиями, исключениями и ограничениями

Факторов много, генетика среди них, но чаще мы не замечаем влияние таких стрессов, как инфекции и нервные переживания. А тем временем, известно, что люди, сохранившие оптимизм, интерес к жизни, имеющие цель или увлечение, живут дольше. Не стоит забывать роль центральной нервной и иммунной систем, которые очень связаны.