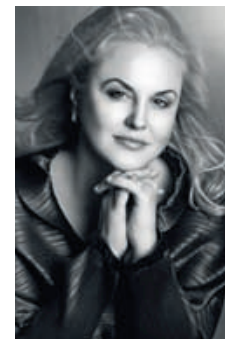


# «Наномедицина = нанорезультат»

## Яна Юцковская о том, как правильно стареть

Елена Коренькова |



### CV

Яна Александровна Юцковская — доктор медицинских наук, профессор, врач высшей категории, владелица сети клиник «Клиника профессора Юцковской», Москва—Владивосток [www.ottimo.ru](http://www.ottimo.ru)

**— КАКИЕ** тренды появились в антиэйдж-медицине за последнее время?

— Понятие anti-ageing не слишком корректно. С возрастом никто не борется. Стареть все, разница в том как. Стареть нужно красиво. Как сказал Джонатан Свифт, «все хотят жить долго, но никто не хочет быть старым». Главный тренд — заранее начать о себе заботиться. Например, есть пациенты, которым и в 25 лет уже стоит начинать делать ботулинотерапию как методику именно профилактики старения. Такой превентивный подход правильный.

**— Как выглядит достойное старение с точки зрения современной медицины?**

— В здравоохранении существует такая характеристика, как качество жизни, основанная на физическом, психологическом, эмоциональном и социальном функционировании человека. Для того чтобы оно было именно таким, действительно необходимо начать заботиться о себе с молодости. Качество жизни — это не когда ничего не болит, а когда получаешь удовольствие от жизни. В этом и состоит концепция «красивого» старения. Есть категория возрастных пациентов, которые приходят и говорят, что к косметологу никогда не ходили, кремами не пользовались, а сейчас хотят избавиться от всех накопившихся проблем за один прием. Чудес не бывает. Забота о здоровье — это работа.

**— Значит ли это, что человек начиная с определенного возраста должен прежде, чем попасть в кабинет косметолога, пройти всех врачей? Как часто надо проводить подобные обследования?**

— Оптимальный вариант — регулярная диспансеризация, направленная на предупреждение болезней старения. В клинике, которая системно занимается профилактикой старения, должны проводиться первичная диагностика и консультации всех основных специалистов. При этом жизнь не превращается в схему — из одного врачебного кабинета в другой. Чтобы контролировать состояние здоровья и уровень качества жизни пациентов, мы ведем их «генетические» и «гормональные паспорта». Создана услуга «паспорт кожи» для мониторинга состояния здоровья кожи в целом и ее придатков (волос и ногтей) в частности. Например, приходит мужчина на 35 лет, он в отличной форме и хорошо себя чувствует. Его гормональный профиль

фиксируется, и в случае изменений через пять-семь лет мы знаем, к какой «золотой» норме его нужно вести. Такой метод — отличная профилактика старения.

**— Как обстоят дела с превентивной медициной за рубежом?**

— В Америке и Европе сформированы общества антиэйдж-медицины, давно практикуются мужские и женские просветительские клубы для тех, кто хочет стареть красиво. Если же говорить о развитии методик, то Россия находится на одном уровне с продвинутыми странами. Пожалуй, единственная проблема, с которой мы сталкиваемся, относится к фармакологической обеспеченности: создавать персонализированные препараты в нашей стране пока затруднительно.

**— Назовите пять самых эффективных, на ваш взгляд, антиэйдж-методов/процедур/методик.**

— Во-первых, использование multifunctional лазера Asclepion как золотого стандарта в сфере эстетической гинекологии. Во-вторых, применение обогащенной аутоплазмы (PRP-терапия). Ботулинотерапия, контурная пластика и вольюмизация лица также дают отличные результаты в омоложении, но подразумевают профилактику — по нашим наблюдениям, она, как правило, требуется с 35 лет.



### СРЕДИ ВРАЧЕЙ

известно выражение «Наномедицина — нанорезультат». Как правило, новые «уникальные технологии» — это давно известные методы под красивым названием