Академик В.А. Черешнев рассказал, как сохранить здоровье

Здоровье – основа жизни. И именно ему неизменно уделяется большое внимание со стороны общества, государства и науки. Сегодня с развитием технологий меняются не только вакцины и способы поддержки иммунитета человека и предотвращения болезней, но и сами причины и факторы заболеваний. Об изменениях и прорывах в области здравоохранения политехникам рассказал доктор медицинских наук, академик РАН, ученый-иммунолог Валерий Александрович ЧЕРЕШНЕВ.

Открытая лекция В.А. ЧЕРЕШНЕВА «Экология и здоровье» была организована в рамках цикла встреч с выдающимися учеными, организаторами науки, образования и культуры в Санкт-Петербургском политехническом университете Петра Великого. Выступления Валерия Александровича уже стали традиционными в СПбПУ. Они пользуются большой популярностью у студентов, аспирантов и преподавателей вуза, неизменно собирая полную аудиторию.

В этот раз большое внимание академик уделил демографическому положению в России и в мире, уровню продолжительности жизни и факторам, способным его значительно увеличить, а также современным направлениям в сфере здравоохранения и экологии. Современный мир «стоит на переломе», и необходимо искать качественно новые подходы диагностики и лечения, которые могли бы в полной мере соответствовать активно мутирующим и усложняющимся бактериям и вирусам. Валерий Александрович отметил, что сегодня также набирают популярность исследования в области нейронаук, главная задача которых сводится к созданию «нейроморфных машин, принципиально новых когнитивных компьютеров, обладающих интеллектом мозга млекопитающих». Большое внимание уделяется поискам способов сохранения и продления жизни, особенно для пациентов с тяжелыми болезнями, лекарство от которых еще не найдено. Именно поэтому направление крионики находит все больше поддержки в обществе по всему миру, несмотря на свою дороговизну (родственники замороженных в жидком азоте пациентов ежегодно платят 10 тыс. долларов на поддержание условий в специальных капсулах) и недоказательность положительных результатов (еще ни один пациент не был разморожен).

На протяжении многих лет главной целью социальной политики выступает повышение качества жизни общества, что зависит в равной степени от социальных программ, национальных проектов и состояния окружающей среды. При этом стоит помнить, что важное место занимает психологическое состояние и здоровье человека. В.А. ЧЕРЕШНЕВ подчеркнул, что сегодня именно депрессия становится одной из наиболее распространенных болезней. По данным Всемирной организации здравоохранения, 400 млн человек сегодня страдают этим заболеванием, при этом зачастую определить его причины становится сложно.

«Здоровье – это сложный процесс, который необходимо поддерживать», – резюмировал В.А. ЧЕРЕШНЕВ. И делать это надо правильно, опираясь не только на внешние и физиологические факторы, но и учитывая психологические особенности. Завершая лекцию, ученый поделился со студентами основными положениями, которые помогут сохранить здоровье: иметь потребность контактировать с внешней и внутренней средой; уметь различать мажорные и минорные оттенки жизни, занимаясь самовоспитанием и понимая, что происходящие неудачи – это не безысходный, а вполне естественный процесс, который можно и нужно объяснять и преодолевать; быть востребованным в семье, в обществе и в профессии; иметь отличный внешний вид, поскольку именно это стимулирует положительную самооценку и психику; быть оптимистом, глядя не только в будущее, но и в настоящее, и в прошлое; уметь оценивать себя не только

критически, но и понимать свою уникальность, индивидуальность и уметь претворить ее в реальные дела на благо семьи, общества и государства; и, безусловно, развивать и поддерживать в себе высокий нравственный критерий, который является источником огромного потенциала и помогает сохранить истинные ценности, без которых нет ни общества, ни семьи, ни самого человека.

После лекции Валерию Александровичу, как всегда, задавали много вопросов, в том числе по поводу набирающих популярность во всем мире наук о жизни и персонализированной медицины. Академик отметил, что неактуальных направлений в медицине и здравоохранении нет, и, развивая новые течения, стоит учитывать не столько мировую исследовательскую моду, сколько потребности своего региона. *«Сегодня все меняется, начинает развиваться цифровая экономика, поэтому необходимо искать новые подходы в здравоохранении на благо общества и Отечества»*, – подвел итог ученый.

Материал подготовлен Медиа-центром СПбПУ. Текст: Наталья МАХОВА

Дата публикации: 2018.03.15

>>Перейти к новости

>>Перейти ко всем новостям