

Beauty Cloud

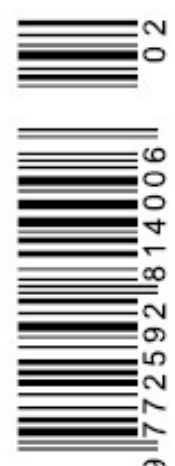
#26 / 2024 (1)

JA TU KAUT KAM NETICI, TAS NENOZĪMĒ, KA TAS NEEKSISTĒ



MARIJA VANAGA

ISSN 2592-8147
7,00€



9 772592 814006 02

VAKCĪNAS PRET VECUMU UN GRUMBĀM

MĒS DZĪVOJAM INTERESANTĀ VĒSTURISKĀ LAIKA POSMĀ. ŠKIET, KA GANDRĪZ VISI IR APSĒISTI AR CĪŅU PRET NOVECOŠANOS. UN PAT NOZARES PROFESIONĀLIEM NEDAUDZ REIBST GALVA NO NETICAMI DAUDZAJIEM ATKLĀJUMIEM, JAUNAJIEM KRĒMIEM, PIEDEVĀM, INJEKCIJĀM, TEHNOLOĢIJĀM. ZINĀTNE SOLA MUMS TUVĀKO DIVU GADU LAIKĀ VAKCĪNAS... PRET VECUMU UN GRUMBĀM... VĒL NESEN ŠĀDAS IDEJAS LIKĀS NEREĀLAS. BET ŠODIEN MĒS ESAM NOLĒMUŠI UZDOT JAUTĀJUMU MŪSU CIENĪJAMIEM DERMATOLOGIEM. VAI JŪS SEV INJICĒTU ŠĀDU VAKCĪNU?

AUTORE: ALMAZA PIRHA

JEKATERINA PUDOVA, dermatoloģe, triholoģe:

Legenda par mūžīgās jaunības avotu (Fountain of the youth) ir tūkstošiem gadu sena, taču cilvēku cerības at-
rast šo avotu vēl nav izsīkušas.

Cilvēka dzīves beigšanās iemesls kļuva skaidrāks, kad tika atklāta Haiflika robeža — somatisko šūnu ierobežotais da-
līšanās skaits. To šūnu, no kurām sastāv mūsu ķermenis. Vidēji mūsu šūnas var dalīties apmēram 50 (+/-10) reizes un pēc tam tās iet bojā, jo apoptozes (šūnu bojāejas) pro-
cess ir ieprogrammēts. Apoptoze ir dabas radīts process, lai kontrolētu nebeidzamu šūnu dalīšanos un audzēju veidošanos, nekontrolētas izmaiņas šūnās un audos. Taču šūnu novecošanas procesa laikā, un līdz ar to orgānu no-
vecošanās, to funkciju pasliktināšanās laikā, kā arī visa organisma novājināšanās procesā rodas traucējumi. Tā vietā, lai ietu bojā, dažas šūnas izkļūst no apoptozes proce-
sa un pārvēršas par, tā sauktajām, senescentajām šūnām. Un varētu šķist, ka tas nav nekas briesmīgs, ja atsevišķas šūnas ir novecojušas, bet nav mirušas. Taču šie «opīši» sa-
indē savu jaunāko kaimiņu dzīvi, ko izraisa SASP (senes-
cence-associated secretory phenotype).

Vienkāršāk sakot, rodas mikrovides iekaisums. Viena no jaunākajām teorijām par novecošanās cēloni ir tādu se-
nescento šūnu uzkrāšanās, kas rada arī apkārtējo šūnu novecošanos.

Pēdējos gados arvien vairāk tiek runāts par senolītiska-
jiem uztura bagātinātājiem, piemēram, fisetīnu, kverce-
tīnu un dehidrokvercetīnu, apigenīnu, piperlongumīnu,

ašitabu, kuriem ir dabiska izcelsme. Vai sintētiskiem, tā-
diem kā dasatinibs, ko lieto leukēmijas ārstēšanai, un ra-
pamicīns. Pētījumos atklāts, ka, lietojot šīs aktīvās sastāv-
daļas noteiktās devās, novecojošo šūnu skaits samazinās.

Estētiskajā medicīnā jau vairākus gadu desmitus tiek iz-
mantotas dažādas metodes, lai koriģētu un novērstu ādas
novecošanās pazīmes. Derma un dziļie tauku spilventiņi ar
vecumu kļūst plānāki, un šī trūkuma kompensēšanai var
izmantot dažādus fillerus. Reģeneratīvo procesu stimulē-
šanai tiek izmantota ar trombocītiem bagātināta plazma
jeb PRP, polinukleotīdi, taukaudu un matu folikulu mezen-
himālās cilmes šūnas. Tomēr, kā saka eksperti, kas pēta ilg-
mūžības pagarināšanas mehānismus (konkrēti ilgmūžību
nevis pretnovecošanos) — Alcheimera slimniekam diez
vai sagādās prieku un nodrošinās kvalitatīvu ilgmūžību
jauna sirds un krunciņu neesamība. Tāpēc cīņa tikai ar
ārējām novecošanas pazīmēm ir kā cīņa ar vējdzirnavām.

Pēdējā laikā tiek aktīvi veikti pētījumi gēnu inženierijā ar
mērķi izstrādāt senolītisko vakcīnu. Vakcīnu, kas «attīrīs»
organismu no vecajām šūnām, tādējādi apvēršot noveco-
šanās procesu. Jāatzīmē, ka rezultāti ar laboratorijas pe-
lēm ir iespaidīgi. Vecās pelītes atkal kļūst jaunas un ener-
ģiskas. Viena no problēmām, veidojot šādu vakcīnu, ir tās
drošība. Vai šī šūnu atjaunošana neizraisīs nekontrolētu
dalīšanos?! Būtībā dabā viss iekārtots līdzsvarā un, izrā-
dās, ka organismā ir jābūt noteiktam skaitam novecojošu
šūnu. Ja to ir pārāk daudz, tad noveco audi, bet, ja aizraujas
ar šāda veida «attīrīšanu», tad tiek traucēta imūnreakcija



Dr. JEKATERINA PUDOVA,
dermatoloģe, triholoģe

un viegli veidojas audzēji. Eksperimentos jau ir atrasti atsevišķi posmi, uz kuriem iedarbojoties var iegūt paredzamu rezultātu. Tomēr ir nepieciešami papildu pētījumi un klīniskās pārbaudes, lai mēs varētu runāt par šādu anti-age vakcīnu izmantošanas pilnīgu drošību cilvēkiem.

Es vēl neriskētu izmēģināt šādu vakcīnu. Periodiski sekoju līdz pētījumu gaitai šajā virzienā, un ideja par vecumdienu atlikšanu, ar vecumam raksturīgām veselības problēmām, man šķiet ļoti pievilcīga. Tomēr pagaidām esmu gatava izmēģināt tikai pārbaudītus un testētus estētiskās un preventīvās medicīnas produktus.

Tiem, kurus interesē pētījumi ilgmūžības medicīnā, iesaku iepazīties ar profesora Deivīda Sinklera darbiem <https://sinclair.hms.harvard.edu/publications> vai izlasīt viņa aizraujošo grāmatu «Dzīves plāns vai revolucionāra teorija par to, kāpēc mēs novecojam, un, vai iespējams, no tā izvairīties.»

KRISTĪNE AZARJANA, Dr.med., dermatoloģe:

Domāju, ka tā ir mūsu nākotne, mēs agri vai vēlu pie tā nonāksim. Cilvēki visos laikos ir sapņojuši par jaunības eliksīru. Gēnu tehnoloģijas arvien vairāk nostiprināsies mūsu dzīvē. To var salīdzināt ar mobilajiem tālruņiem. Kurš pirms četrdesmit gadiem varēja iedomāties, ka liela daļa mūsu dzīves būs atkarīga no telefona. Šķita, ka tas līdzinās fantastikai.



Dr.med. KRISTĪNE AZARJANA,
dermatoloģe

Medicīnā mRNS ievadišana organismā dažādos veidos spētu atrisināt daudzas problēmas, kas saistītas ar smagu procesu gaitu, piemēram, autoimūnu vai onkoloģisko procesu ārstēšanu. Ja runa ir par slimu cilvēku, tad mēs raugāties citādi uz šādas pieejas ārstēšanu — ar cerību, un ķeramies pie jebkuras metodes, kas varētu izārstēt vai uzlabot dzīves kvalitāti.

Estētikā ir savādāk, pie mums parasti ierodas veseli cilvēki. Tādēļ ir svarīgi nekaitēt un paredzēt visus riskus.

Kas attiecas uz estētiku, tad domāju, ka tas nenotiks ļoti ātri. Noteikti atradīsies arī tādi, kas skaistuma un mūžīgās jaunības vārdā būs gatavi uz visu, neiedziļinoties detaļās. Tā notiek arī tagad.

Vai es veiktu šādu injekciju? Man jābūt pilnīgi pārliecinātai par preparāta drošību. Bet mana pārliecība veidojas ne tikai no zinātnisko pētījumu secinājumiem. Tas ir 3–5–10 gadu laika posms, kad preparāts ir pieejams tirgū un nav uzrādījis statistiski lielu skaitu agrīnu un vēlīnu blakusparādību. Pat, ja šāds preparāts parādīsies, šajā dzīvē man tas laikam vairs nebūs aktuāli.

tām. Starp citu, šī metode ir ļāvusi ne tikai atbrīvoties no grumbām un saglabāt efektu divreiz ilgāk, bet arī radījusi vienmērīgāku kolagēna sadalījumu...

Es nezinu, uz ko personīgi jūs esat gatavas jaunības labad, bet es iešu skatīties filmu «Nāve viņai piestāv». Ja atceraties, tad filmā, cilvēks, kurš izdzēra «mirdzošo rozā dziru», nevarēja nomirt dabiskā nāvē. Viņš kļūst par nemirstīgo kluba biedru un viņam rūpīgi jāizturas pret savu ķermeni — tas viņam ir līdz mūža beigām, to nevarēs aizstāt. Ja bioloģiskie procesi tiks pārtraukti vardarbīgi un sirds pārstās pukstēt, tad dzīvais ķermenis pārvērtīsies par nemirstīgā prāta trūdošo čaulu.

Dzīvē viss ir nedaudz savādāk. Zinātnieki ir veikuši vairākus unikālus sasniegumus. Un šodien mums ir diezgan daudz pārsteidzošu «dziru», lai ārstētu un uzturētu mūsu ķermeni salīdzinoši veselīgā stāvoklī. Bet, vakcīna prātam, diemžēl, vēl nav izgudrota. Saskaņā ar statistiku, daži cilvēki nodzīvo līdz sīrmam vecumam, saglabājot savas kognitīvās spējas. Starp citu, ja runājam par līdzsvaru, tad personīgi man, pilnīgam up-grade, ir vajadzīga vēl arī tablete prātam.

Runājot par to pašu profesoru, kurš mēģina radīt vakcīnu, lai saglabātu ilgmūžību, viņš ir atteicies no alkohola, cukura un piena produktiem, un viņa uzturs galvenokārt sastāv no augu izcelsmes produktiem. Viņš cenšas gulēt vismaz 6 stundas,

labāk 7–8, gultā, kas regulē viņa ķermeņa temperatūru. Viņš nodarbojas ar sportu un neļauj pārsātināt ķermeni, dažreiz mīl ieturēt intervālus ēšanā, tīra zobus ar kokosriekstu eļļu un dzer daudz silta ūdens... Gandrīz kā mēs.

Atcerieties, ka pētījumi par novecošanās procesa palēnināšanu un apvēršanu ir salīdzinoši jauni. Bet līdz šim liela daļa no tā, kas ekspertiem jau ir zināms, apgalvo, ka visi vektori ir saistīti ar mūsu epigēnētiku. Dzīvesveida faktori var aizkavēt novecošanās procesu. Piebremzējiet...

Un varbūt tad mums visiem būs iespēja izmantot pārbaudītu vakcīnu pret vecuma iestāšanos, grumbām un kognitīvām nepilnībām — bez blaknēm un par pilnībā pieņemamu cenu. BC

TIEM, KURUS INTERESĒ PĒTĪJUMI ILGMŪŽĪBAS MEDICĪNĀ, IESAKU IEPAZĪTIES AR PROFESORA DEVIDA SINKLERA DARBIEM [HTTPS://SINCLAIR.HMS.HARVARD.EDU/PUBLICATIONS](https://sinclair.hms.harvard.edu/publications) VAI IZLASĪT VIŅA AIZRAUJOŠO GRĀMATU «DZĪVES PLĀNS VAI REVOLUCIONĀRA TEORIJA PAR TO, KĀPĒC MĒS NOVECOJAM, UN, VAI IESPĒJAMS, NO TĀ IZVAIRĪTIES.»

PĒCVĀRDS...

Kamēr mēs spriežam, pētnieki turpina pārbaudīt savu vakcīnu pret «grumbām». Uz pelēm. Vērts atgādināt, ka peles ļoti atšķiras no cilvēkiem. Testējamām pelēm pēc vakcīnas saņemšanas, grumbas atkal parādījās apmēram pēc nedēļas, un vidēji pēc diviem terapijas mēnešiem grumbu skaits un laukums atgriezās sākotnējā stāvoklī kā pirms ārstēšanas.

Tomēr zinātnieki nepadodas. Viņi turpina eksperimentēt. Un vakcīnu vietā izmanto plāksterus ar mikroada-