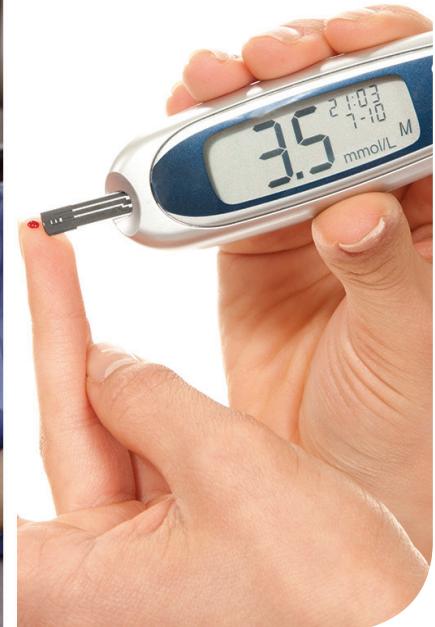




# АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

НОЯБРЬ 2013 года № 10 (13)

[www.nppcriz.ru](http://www.nppcriz.ru)



## ТЕМА НОМЕРА: 14 ноября - Международный день диабета.

Празднуется в день рождения врача Фредерика Бантигера. Ему удалось в 1921 году выделить из поджелудочных желез телят вещества, снижающие сахар в крови у собак, больных сахарным диабетом.

**УСПЕШНОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО** стр. 2    **ПРОФЕССОР В.А. ПЕТЕРКОВА** стр. 3



### Три года НПЦРИЗ в Европе

«Сделать наработки российских ученых доступными во всех странах, в частности, в Европе».

**ГОРГИЛАДЗЕ Д.А.**

стр. 4

### Пептиды в борьбе с диабетом

«Один из новых методов борьбы с сахарным диабетом II типа заключается в применении пептидов».



### На приеме у диабетолога

«Сегодня лозунг дня – предотвратим эпидемию диабета! Но это касается только диабета второго типа».



**НАТАЛЬЯ КРАЧКОВСКАЯ**

стр. 6

### Эксклюзивное интервью

«От души поздравляем Наталью Леонидовну с юбилеем и желаем не терять своего жизнелюбия!».



# ЕВРОПЕЙСКОМУ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВУ НПЦРИЗ - 3 ГОДА!

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА



**Роман Николаевич Пинаев, президент НПЦРИЗ, к.м.н., врач-онколог.**

16-17 ноября в солнечной Юрмале (Латвия) собрались партнёры и друзья Центра Ревитализации и Здоровья для того, чтобы в кругу единомышленников отметить 3 года успешной работы Европейского представительства компании. Гости из Италии, Германии, Венгрии, Греции, Болгарии, Чехии, России и других стран приехали, чтобы поздравить своих коллег и обсудить перспективы развития НПЦРИЗ в Европе.

Следуя доброй традиции, к участникам торжественных мероприятий с приветственным словом обратился В.Х. Хавинсон, директор Санкт-Петербургского института биорегуляции и геронтологии, президент Европейского отделения Международной Ассоциации геронтологии и гериатрии. Владимир Хацкелевич высоко оценил нашу деятельность в Европе: «3 года – это большой путь, за который проделана огромная работа по продвижению новых технологий профилактики возрастных патологий. Считаю, что руководство НПЦРИЗ совершенно точно определило те ориентиры, достижение которых позволит сделать наработки российских ученых доступными во всех странах, в частности, в Европе. Ваша компания – флагман в продвижении не только новых методик сохранения здоровья, но и в продвижении культуры здоровья, пропаганды здорового образа жизни. Желаю дальнейших успехов и покорения новых вершин!»

Также по традиции партнеров поздравило руководство компании. В.А. Александров, вице-президент по развитию, отметил, что сегодня в Европе работает 50 дилерских центров нашей компании, в мире их уже 417. Более 80 000 человек стали партнерами НПЦРИЗ за 3 года. Особенную благодарность за развитие Центра Ревитализации и Здоровья в европейском регионе Валерий Александрович выразил Олегу Федоровичу Лаптеву, главе Европейского представительства в Вильнюсе (Литва), и Жанне Пандуровой, благодаря усилиям которой в этом году было открыто первое Европейское представительство в стране Евросоюза – в Болгарии. Д.А. Горгиладзе осветил деятельность научного отдела, рассказал о новых препаратах для сохранения здоровья и продления активного долголетия, которые в скором времени появятся как в России, так и в странах Европы. Состоялись традиционные круглые столы и встречи, на которых обсуждались как перспективы развития, так и вопросы по применению конкретных препаратов при различных патологиях. Конечно же, день рождения не может быть без подарков. Каждый гость в подарок получил набор питьевых мезотелей, которые относятся к классу не пептидных биорегуляторов.

Второй день, как отметили наши партнеры, также стал настоящим подарком. 17 ноября Прощаев Кирилл Иванович, профессор кафедры терапии и медицины пожилого возраста Института повышения квалификации Федерального медико-биологического агентства России, провел обучающий семинар по теме: «Современные аспекты биорегуляции старения».

Мне, как президенту Центра Ревитализации и Здоровья, отрадно, что на праздничных мероприятиях в этот раз присутствовало достаточно много молодых людей в возрасте 30 лет и старше. Это свидетельствует о том, что жители европейских стран понимают всю важность профилактических мер. Ведь в Европе лечение и период реабилитации являются серьезным финансовым бременем для человека, а профилактика значительно экономит материальные и моральные ресурсы. Надеюсь, благодаря нашей дальнейшей работе на благо здоровья человека профилактическая медицина займет в мире подобающее ей место.

2

Сегодня в Европе работает 50 дилерских центров нашей компании, в мире их уже 417. Более 80 000 человек стали партнерами НПЦРИЗ за 3 года.

# САМОКОНТРОЛЬ В БОРЬБЕ С ДИАБЕТОМ

На приеме у диабетолога



**Валентина Александровна Петеркова, председатель общественной организации «Российская диабетическая Ассоциация», главный детский эндокринолог РФ, директор Института детской эндокринологии РАМН, профессор, доктор медицинских наук**

Сегодня диабет вошел в число главных причин преждевременной смерти в мире, каждый год от его осложнений умирает более 5 миллионов человек, то есть по одному через каждые 6 секунд. Большинство заболевших страдает сахарным диабетом 2-го типа, который теперь уже прочно связывают с избыточным весом и пассивным образом жизни. Средняя заболеваемость в России такая же, как в Европе. Если рассмотреть статистику больных, страдающих первым типом диабета, то есть инсулинозависимых, таких пациентов у нас появляется в год около 300 тысяч взрослых, 16 тысяч детей и 8 тысяч подростков. Эти люди не могут без инъекций инсулина, без них они погибнут. Диабет второго типа лечится проще — диетой и таблетированными препаратами.

Существует ряд факторов, которые способствуют развитию сахарного диабета. Основные среди них: наследственная предрасположенность; возраст старше 45 лет; случаи заболевания сахарным диабетом у родственников; ожирение; гестационный сахарный диабет во время беременности; рождение ребёнка весом более 4 кг; наличие в анамнезе синдрома поликистозных яичников; заболевания сердечно-сосудистой системы; заболевания, в результате которых проис-

ходит поражение бета-клеток, вырабатывающих инсулин (панкреатит, рак поджелудочной железы); разнообразные вирусные инфекции (краснуха, ветряная оспа, эпидемический гепатит, грипп).

Человек, которому поставлен диагноз диабет независимо от квалификации, должен за собой тщательно следить, соблюдать диету, постоянно контролировать уровень сахара в крови, своевременно вводить или принимать назначенные лекарственные препараты. Иначе можно довольно быстро умереть. Уже через 10-20 лет формируются осложнения, которые необратимы. Поражаются сосуды, и тогда человек погибает в довольно молодом возрасте.

Сегодня лозунг дня – предотвратим эпидемию диабета! Но это касается только диабета второго типа. Чтобы как-то справиться с этим заболеванием в нашей стране, необходимо уже сегодня обратить внимание на воспитание наших детей, прививать любовь к спорту и азам правильного питания. Диета при диабете первого типа почти ничем не отличается от питания здорового человека. Сахарный диабет второго типа вносит серьёзные ограничения в рацион.

Сегодня ожирение нарастает катастрофически. Заметьте, чем более обеспеченная семья, тем меньше ее членов страдает лишним весом. Ведь основная беда может быть не только в фаст-фуде, сколько в необходимости ограничивать себя в калорийности. Это относится к жирным и сладким продуктам. Сначала развивается ожирение, а потом диабет.

## Основные правила в профилактике сахарного диабета второго типа:

Не забывайте хотя бы раз в год посещать врача, после сорока лет обязательно контролировать уровень сахара в крови. Физические нагрузки никто не отменял! Если для вас бассейн – дорогое удовольствие, не забывайте про пешие прогулки быстрым шагом. Несколько раз в неделю находите время для занятий физкультурой. Стремитесь правильно питаться. Проще перекусить сосиской, но больше пользы принесет отварной кусок мяса. Людям пожилого возраста иногда достаточно просто соблюдать диету.

Старайтесь не завидовать, не злиться. Больше улыбайтесь! Заметьте, неунывающий человек живет значительно дольше.

# ПЕПТИДЫ В БОРЬБЕ С ДИАБЕТОМ

## Доказательная медицина



**Давид Амиранович Горгиладзе, вице-президент НПЦРИЗ по науке, к.м.н., старший научный сотрудник лаборатории возрастной клинической патологии Санкт-Петербургского института биорегуляции и геронтологии, возглавляет работу Общественной приемной Института в Москве.**

Сахарный диабет – одна из наиболее распространенных эндокринных патологий на земле. Кроме того, имеется почти столько же больных со скрытым диабетом и генетически предрасположенных к нему. Такая ситуация служит поводом для пересмотра традиционных схем лечения и профилактики сахарного диабета, для поиска новых подходов к решению данной проблемы.

Один из новых методов борьбы с сахарным диабетом заключается в применении наряду с общепринятыми препаратами высокоэффективных, физиологичных пептидных препаратов адресного действия, разработанных Санкт-Петербургским институтом биорегуляции и геронтологии. Данные пептидные биорегуляторы направлены на расширение резервных

возможностей органов и тканей, задействованных в патологическом процессе. При этом следует учитывать, что в основе развития патологии эндокринной системы лежит целая группа факторов, а потому необходимо воздействовать на них системно при помощи группы пептидов, регулирующих сосудистые, обменные, иммунные и нейроэндокринные процессы.

Стратегическим партнером Санкт-Петербургского института биорегуляции и геронтологии Научно-Производственным Центром Ревитализации и Здоровья было проведено изучение эффективности пептидных биорегуляторов в лечении больных сахарным диабетом II типа (инсулиновозависимым) в возрасте от 52 до 65 лет. В традиционную схему лечения этих пациентов были включены натуральные пептидные биорегуляторы: «Супрефорт», «Эндолутен» и «Церлутен».

«Супрефорт» обладает тканеспецифическим регулирующим действием на клетки поджелудочной железы, нормализуя их функциональную активность и метаболизм, что проявляется в улучшении показателей синтеза панкреатических ферментов и инсулина.

«Церлутен» обладает тканеспецифическим регулирующим действием на клетки головного мозга, повышает резервные способности головного мозга и его устойчивость к гипоксии и стрессу.

«Эндолутен» обладает тканеспецифическим регулирующим действием на клетки шишковидной железы, нормализует синтез и экспрессию эндогенного мелатонина, что проявляется в антистрессовом влиянии на весь организм, нормализации работы нервной, эндокринной, репродуктивной, иммунной систем; коррекции липидного и углеводного обменов, снижении активности аутоиммунных процессов.

Комплекс пептидных препаратов назначался по следующей схеме:

«Супрефорт» – 2 капсулы в сутки в течение 3 месяцев,  
«Церлутен» – 2 капсулы в сутки в течение 3 месяцев,

«Эндолутен» – 1 капсула в сутки (утром) в течение 2 месяцев.

В результате было установлено, что у всех больных (214 человек), которые принимали только препарат «Супрефорт», улучшились показатели сахар-

Санкт-Петербург стал одним из первых городов России, поддержавших принятие резолюции ООН по сахарному диабету. Для формирования приоритетов государственной политики в сфере диабета по инициативе и при непосредственном участии Санкт-Петербургского диабетического общества был разработан модельный Закон Межпарламентской Ассамблеи государств-участников СНГ «Об основах медико-социальной защиты граждан, больных сахарным диабетом», принятый в декабре 2004 года.

ной кривой на фоне нагрузки глюкозой. Причем у 195 пациентов этой группы на 18 день от начала лечения удалось достичь показателей уровня глюкозы крови, близких к верхней границе нормы. 114 пациентам была снижена доза общепринятых препаратов. Также была отмечена стабилизация положительных сдвигов в течение последующих 3-4 месяцев после окончания курса лечения у 168 пациентов.

У больных (375 человек), которые принимали комплекс препаратов «Эндолутен», «Супрефорт» и «Церлутен», улучшились показатели сахарной кривой. Показатели уровня глюкозы нормализовались на 12 день от начала лечения у 348 больных. 279 пациентам в этой группе была снижена доза общепринятых препаратов. Стабилизация положительных сдвигов наблюдалась в течение 4-5 месяцев после окончания курса лечения у 297 больных.

Следует отметить, что при применении курса общепринятых препаратов добиться улучшения показателей сахарной кривой у пациентов удалось только на 22 день от начала лечения, ни в одном случае доза сахароснижающих препаратов не была снижена, а, наоборот, повышалась с целью нормализации содержания глюкозы в крови.

На основании полученных результатов можно сделать вывод о том, что наиболее эффективным в лечении больных с сахарным диабетом, а также для профилактики этого заболевания у лиц среднего, старшего и пожилого возраста является комплекс пептидных препаратов поджелудочной железы («Супрефорт»), шишковидной железы («Эндолутен»), головного мозга («Церлутен»). Этот комплекс направлен на различные звенья патогенеза сахарного диабета и оказывает более выраженный и стойкий эффект по сравнению с применением только «Супрефорта». Данные пептидные биорегуляторы не вызывают побочных эффектов, осложнений и лекарственной зависимости. Противопоказаний к их применению нет.

Для сохранения и поддержания достигнутых положительных результатов рекомендуется проводить повторные курсы применения препаратов каждые 4-6 месяцев в дозировке: «Супрефорт» – 2 капсулы

в сутки в течение 3 месяцев, «Церлутен» – 2 капсулы в сутки в течение 3 месяцев, «Эндолутен» – 1 капсула в сутки (утром) в течение 2 месяцев.

Также совместно с данным комплексом пептидных биорегуляторов рекомендуется принимать натуральный препарат «Панглюин», разработанный Научно-Производственным Центром Ревитализации и Здоровья и одобренный Санкт-Петербургским институтом биорегуляции и геронтологии. «Панглюин» препятствует развитию характерных для диабета сосудистых поражений различной локализации и обладает умеренным сахароснижающим действием, а также способствует повышению работоспособности и устойчивости к нагрузкам бэта-клеток поджелудочной железы.



# НАТАЛЬЯ КРАЧКОВСКАЯ – «МЕЧТА ПОЭТА»

Специально для нашего издания ЭКСКЛЮЗИВНОЕ ИНТЕРВЬЮ



**Неподражаемой Наталье Леонидовне Крачковской 24 ноября исполнилось 75 лет! Несмотря на возраст все такая же, как в молодости, хохотушка и болтушка, полна оптимизма и жизнелюбия.**

## *- Как вас нашла роль мадам Грицауевой?*

- Фильм «Двенадцать стульев» снимали в Алуште, мой муж в картине Гайдая работал звукооператором. Леонид Йович очень сложно подбирал актеров. И после знакомства со мной сказал ассистентке, что Грицауеву он видит очень похожей на жену Крачковского. Та удивилась: зачем искать кого-то похожего, когда есть сама Крачковская? Мне дали сценарий, я начала читать и... страшно обиделась. Дама необычайных размеров с арбузными грудями — ну и что это?! Возмущенная отправилась к мужу, а тот смеется: «Ты себя в зеркало видела?»

## *- Как складывались отношения с главным героем?*

- У меня с Гомиашвили отношения были сложными. Мало кто знает, но сначала Остапа Бендера у Гайдая играл Александр Белявский. Режиссер принял решение о замене, когда уже были сняты две части фильма. Во-вторых, Гомиашвили был грузином до мозга костей — шумный, быстрый, нагловатый. Бабник страшный. А я таких мужчин недолюблю. И когда этот громогласный позер (медом не корми, дай что-нибудь вытворить на публике) появлялся на площадке, я старалась побыстрее смыться. У Гомиашвили все внимание было приковано к исполнительнице роли Элочки-Людоедки Наталье Воробьевой. Он с ходу решил, что она будет номером один после выхода картины. А я, мол, есть и есть... Встретились только на премьере. Вокруг

Гомиашвили и Сергея Филиппова творилось вавилонское столпотворение из журналистов и желающих получить автограф. Оно и понятно — главные роли. После премьеры вся толпа журналистов бросилась ко мне. Гайдай смеялся: «Получай свое!» На лице Бендера я увидела недоумение.

## *- Что испытали после премьеры?*

- Я не ощущала никакой радости. У меня было чувство беспокойства. На премьеру мы пошли вместе с маленьким сыном, когда возвращались домой, он вырвал свою руку из моей, отбежал и сказал: «Мама, как же тебе не стыдно!» Вот так впервые в жизни сын посмотрел картину с моим участием. Честно могу сказать, что только тогда я поняла, что я актриса! Мне сын сказал о своих ощущениях: «Ты моя мама и в тоже время ты не мама!»

## *- Из уст в уста передают историю, как трогательно за вами ухаживал ваш будущий муж..*

- Мой муж ведь меня едой и завоевал. Это было на съемках. Мы жили в гостинице, ну и он за мной стал ухаживать. Однажды постучал в наш номер с творогом, сметаной и теплыми булочками на подносе. Я еще спала, а девочки закричали: «Наташа, твой Володя тебе завтрак принес!» Надев халат, я спустилась вниз в вестибюль, где он меня ждал, и сказала: «Володя, такие вкусные булочки, я их просто обожаю». И никогда, за все годы совместной жизни, никакого упрека в адрес моей фигуры я от мужа не слышала. Между прочим, «булочное ухаживание» после заключения брака сохранилось. К счастью. Откуда бы я ни явилась, подогретый ужин Володя мне всегда обеспечивал. Муж был старше меня почти на двадцать лет, но никогда не комплексовал по этому поводу. С ним было невероятно интересно. Он многое знал из истории Москвы, и порой мы забалтывались ночи напролет. На самом деле все, что знаю теперь, я узнала от него. Володя был для меня ликбезом. Валя Титова, моя подруга, приходила и просила его: «Расскажи что-нибудь». Я что-то на кухне готовлю, а она два часа кряду сидит с открытым ртом и слушает. Вот таким был мой муж.

## *- Неужели не завидовали худышкам?*

- Завидовала, а как же иначе! Вспоминается забавная история про «необычайные размеры» на картине Гайдая «Иван Васильевич меняет профессию». Там, помни-

**В комедии «Иван Васильевич меняет профессию» вместо Натальи Крачковской могла появиться... Нонна Мордюкова, а вместо Юрия Яковлева - Георгий Вицин. Только за первый год фильм увидело 60 миллионов (!) зрителей. У кинотеатров выстраивались огромные очереди, а актеры, сыгравшие в комедии, стали всенародными любимцами. Фразы героев фильма «меня терзают смутные сомнения» и «я требую продолжения банкета» стали крылатыми.**



тет, есть сцена, когда я подхожу к двери и говорю: «Извините, что я вас беспокою во время вашей семейной драмы...» Следующую сцену, когда я отхожу от двери, снимали через месяц, потому что я схватила воспаление легких. Пока болела, очень сильно похудела. Сняли. Гайдай посмотрел и говорит: «Не годится. В кадр вошла одна, из кадра — другая. Так не бывает». А я так гордилась, что похудела — у меня появилась высокая талия, стройные ножки, все заметили, как я изменилась. Леонид Йович позвал меня и приказывает: «Значит так: манная каша сегодня же вечером, туда взбитые сливки в большом количестве и с хлебом. И запомните: даю вам ровно две недели. А если вы еще раз такой фокус выкинете, мы с вами заключим контракт о том, что вы не должны худеть». Я уговаривала, что можно найти массу выходов — надевают же специальные толстинки, но Гайдай был непреклонен. В очередной раз, когда я поделилась мыслями с Леонидом Гайдаем, что хотела бы стать изящной, он ответил: «Давайте откроем

дверь и посмотрим. Видите, сколько по коридору студии идет длинноногих, изящных, стройных красавиц? Но все они идут мимо моего кабинета, а вы находитесь здесь». Когда молоденькой бегала сниматься в массовке, меня заметил режиссер Григорий Александров и пригласил в фильм «Русский сувенир». Его жена, актриса Любовь Орлова, сказала мне: «У тебя есть свое обаяние, свою индивидуальность, пожалуйста, не теряй их, не надо ни на кого походить, надо оставаться самой собой». Что я всю жизнь и делала!

**- Несмотря на ваши проблемы со здоровьем, что позволяет Вам не унывать?**

- Я прожила большую жизнь. Военное детство, рано узнала, что такое горе, голод, потеря близких. Научилась ценить то, что имеешь в жизни. Я мать, бабушка, у меня долг перед моими близкими. Все время кажется, что что-то еще недодала, что должна успеть многое сделать для них, ради себя!

**- Как отметите 75-летие?**

- Накануне дня рождения у меня будет вечер в Доме кино, затем небольшой фуршет со своими коллегами. А 24 ноября буду дома принимать поздравления, откроем шампанское, будем веселиться! Пирожное, мороженое очень любила, сейчас у меня диабет, сказали строго соблюдать диету. Но в этот день сладенького немного себе позволю!

От души поздравляем Наталью Леонидовну с юбилеем и желаем не терять своего жизнерадостности!



# КРАСОТА, ЗДОРОВЬЕ, МОЛОДОСТЬ В ПЕПТИДАХ!

## Выставка-ярмарка «Красота, Здоровье, Молодость»



С 1 по 7 ноября 2013 года Научно-Производственный Центр Ревитализации и Здоровья по традиции принял участие в выставке-ярмарке «Красота, здоровье, молодость». В этом году она отметила юбилей. В 30-й раз культурно-выставочный центр «Евразия» распахнул свои двери для тех, кто стремится сохранить красоту, здоровье и продлить активное долголетие.

Мероприятие проходило при поддержке Комитета по здравоохранению Правительства Санкт-Петербурга. Как всегда, тысячи горожан посетили выставку и сделали свой выбор в пользу натуральных оздоровительных препаратов. А выбирать было из чего! Более 250 фирм из разных уголков России и мира представили лучшие образцы продукции для здоровья.

Научно - Производственный Центр Ревитализации и Здоровья занял достойное место среди участников,



став единственной компанией, которая предлагала посетителям последнее поколение пептидных препаратов, разработанных Санкт-Петербургским институтом биорегуляции и геронтологии, и широкий ассортимент косметической продукции с пептидами.

В пятый раз у своего стена НПЦРИЗ встречал добрых друзей. Знакомых лиц было очень много. Постоянные клиенты приходили именно за уникальной пептидной продукцией, говорили, что она дает им силы для того, чтобы вести активный образ жизни и приносить пользу окружающим.



Екатерина С.: «В пятый раз прихожу на выставку за пептидами Института биорегуляции и геронтологии. Считаю, что живу только благодаря им. До того, как начала принимать пептидные биорегуляторы, были очень сильные головные боли, боли в суставах. Порой с трудом вставала с кровати. Теперь я забыла об этом и могу больше времени проводить с детьми и внуками!»

Галина Т.: «Когда у меня наступил период менопаузы, начались приливы, которые приносили огромное чувство дискомфорта. А так как я работаю с людьми, то очень переживала по этому поводу. Перепробовала много средств. Но помог только ЭндоЛутен! Теперь мое самочувствие улучшилось, и я снова уверена в себе!»

Ольга И.: «Я давно принимаю пептидные биорегуляторы. Уже о них рассказала всем своим знакомым, потому что они действительно работают. У меня ощущение, будто помолодела лет на 10! Наш Институт биорегуляции – самый лучший Институт в мире!»