

## В России продолжат комплексную работу для улучшения качества жизни старшего поколения

**В Москве прошел первый Всероссийский форум «Россия – территория заботы».**

*13-14 декабря в Центре международной торговли в Москве состоялся первый Всероссийский форум «Россия – территория заботы». Представители высших органов государственной власти, научного и экспертного сообществ и люди старшего поколения обсуждали возможные ответы на вызовы, связанные с увеличением продолжительности жизни, рассматривали возможности поддержки и реализации потенциала пожилых людей и объединения всех инициатив, которые реализуются сегодня государством и обществом в интересах людей старшего возраста.*

Всероссийский форум «Россия – территория заботы» был организован Министерством здравоохранения России, общероссийской общественной организацией «Российская ассоциация геронтологов и гериатров» и ФГБОУ ВО "Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова Минздрава России ОСП «Российский геронтологический научно-клинический центр»; при поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко, Пенсионного фонда РФ, телеканала «Наука» и проекта «Общество для всех возрастов», российских и международных компаний.

С приветственным словом на открытии Форума выступила **Ольга Ткачёва**, президент Российской ассоциации геронтологов и гериатров, главный внештатный специалист-гериатр Минздрава России. «По прогнозам демографов, в конце XXI века ожидаемая продолжительность жизни на планете составит 90-95 лет. Мы будем жить в другой реальности, и мы должны быть к ней готовы. Сегодня в ответ на изменяющиеся реалии: увеличение продолжительности жизни и численности пожилых людей в нашей стране – государство и общество реализуют большое количество инициатив, проектов, программ. Чтобы успешно решить задачи, которые ставят перед нами современные демографические тенденции, мы должны объединить усилия и развить единую систему работы с пожилыми людьми, которая позволит достичь синергического эффекта. Поэтому девиз нашего Форума – «мы вместе».

В первой пленарной дискуссии приняли участие первый заместитель Министра здравоохранения РФ **Татьяна Яковлева**, первый заместитель Министра труда и социальной защиты РФ **Алексей Вовченко**, председатель Правления Пенсионного фонда РФ **Антон Дроздов**, заместитель председателя Комитета по социальной политике Совета Федерации Федерального Собрания РФ **Елена Бибикина**, ректор ФГБОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России **Сергей Лукьянов** и генеральный директор Благотворительного Фонда Елены и Геннадия Тимченко **Мария Морозова**.

Первый заместитель министра здравоохранения Российской Федерации **Татьяна Яковлева** отметила, что цель оказания медицинской помощи пожилым людям – не просто лечение заболеваний, а сохранение функционального статуса человека, его активного долголетия, самостоятельности. «Нам важно, чтобы пожилой человек оставался равноправным членом общества. Для решения этой задачи необходима взаимосвязь всех национальных проектов, реализуемых государством: «Здравоохранение», «Демография» и других. Пожилой человек должен быть в зоне

внимания сразу всех ведомств – образования, здравоохранения, труда и социальной защиты», – сказала **Татьяна Яковлева**.

Председатель Правления Пенсионного фонда РФ **Антон Дроздов** отметил, что в текущей экономической ситуации возрастает важность персонализации оказываемой помощи – как медицинской, так и социальной. «Но эффективная социальная поддержка невозможна только за счёт государства. Необходимо привлекать бизнес. Если регионы создадут условия для того, чтобы бизнес шел в социальную сферу, возможности поддержки пожилых людей многократно увеличатся», – отметил Дроздов.

Заместитель председателя Комитета по социальной политике Совета Федерации Федерального Собрания РФ **Елена Бибикина** отметила необходимость изменений в социальной политике: «Социальная защита существует всю жизнь, но в прежние времена внимание было направлено в первую очередь на пенсии и на поддержку тех, кто болен. Сейчас тенденция меняется. Мир меняется, и нам нужна новая социальная политика».

Ректор ФГБОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России **Сергей Лукьянов** рассказал о новых перспективах научных исследований в контексте роста продолжительности жизни человека. «Споры о механизмах старения идут до сих пор. Однако скорость истощения ресурсов и накопления ошибок в организме регулируема. Одной таблетки от старости мы не изобретем, однако, работая на многих фронтах, можно продвинуться в вопросах старения. Благодаря новым технологиям мы и сегодня делаем шаги к комфортной старости. Технологии эндопротезирования, сохраняющие возможность двигаться и работать, уже стали фактически рутинной практикой. Разрабатываются биопрепараты, которые вносят вклад в повышение продолжительности и качества жизни при многих заболеваниях, в том числе, онкологических, аутоиммунных».

**Мария Морозова**, генеральный директор Благотворительного Фонда Елены и Геннадия Тимченко подчеркнула важность активной позиции самого человека в улучшении качества его жизни: «В последние два года в России начала распространяться идеология активного долголетия, которая как раз призвана подчеркнуть важную роль и возможности зрелого поколения в развитии общества. Однако эйджизм не так просто искоренить. Для этого также нужно взаимодействие и солидарность всех нас. Также важна личная ответственность самого человека за свою жизнь. В любом состоянии человек должен оставаться не объектом, а субъектом заботы».

В первый день работы Форума прошли панельные дискуссии с участием авторитетных экспертов. Обсуждали идеи и решения социальной заботы о гражданах старшего возраста, особенности старения в мире, современные демографические вызовы общества. **Евгений Гонтмахер**, профессор Высшей школы экономики, член Комитета гражданских инициатив особо подчеркнул, что «поколение старшего возраста хочет не просто заботы о себе и признания заслуг. Эти люди хотят решать проблемы вместе со всеми на всех уровнях. Нужна большая общественная программа по интеграции старшего поколения во все сферы общественной жизни».

**Елизавета Олескина**, директор Благотворительного Фонда «Старость в радость» ещё раз обратила внимание на важность комплексного подхода: «Шанс на спокойную и счастливую старость есть только в случае комплексного подхода к этой проблеме. За первые полгода в пилотных регионах

были выявлены нуждающиеся в помощи, благодаря чему дополнительно 4000 пожилых людей были включены в систему долговременного ухода и получили необходимую помощь».

Второй день Форума состоял из обширных научных и медицинских блоков. Профессиональное медицинское сообщество обсудило клинические рекомендации по диагностике и ведению пациентов со старческой астенией, проект национального плана профилактики падений и переломов, мультидисциплинарные гериатрические проблемы. Тематические круглые столы и симпозиумы охватили максимально широкий спектр вопросов, с которыми сталкивается в своей повседневной работе врач-гериатр.

На круглом столе **«Проект национального плана профилактики падений и переломов»** **Екатерина Дудинская**, заведующая лабораторией возрастных метаболических эндокринных нарушений Российского геронтологического научно-клинического центра РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, рассказала о работе над межведомственной и междисциплинарной программой «Профилактика падений». Именно профилактика падений важна для улучшения прогноза и сохранения функционального статуса и качества жизни пожилых людей.

Профессор **Юлия Котовская**, заместитель директора по научной работе Российского геронтологического научно-клинического центра РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России подчеркнула, что профилактика падений должна быть всесторонней и многоплановой. «Необходимо повышать информированность самих пожилых людей и их родственников, в том числе о том, что важнейшую роль в профилактике падений играют физические упражнения и организация безопасного быта. Нужны образовательные программы для врачей разных специальностей и среднего медицинского персонала, разработка, внедрение и выполнение протоколов по профилактике падений в медицинских учреждениях. Крайне важны и усилия по созданию безопасной среды, проведению научных исследований, связанных с падениями».

На симпозиуме **«Сложные вопросы лечения гериатрических пациентов»** участники обсудили доменный подход к лечению сердечной недостаточности у гериатрического пациента, лечение остеоартрита в пожилом и старческом возрасте, профилактику и лечение саркопении (возрастное атрофическое изменение скелетной мускулатуры, которое приводит к постепенной потере мышечной массы и сил). **Ольга Ткачёва** рассказала: «Доменный подход к ведению пациента с сердечной недостаточностью включает в себя такие составляющие как медицинский статус, физическое функционирование, когнитивный и эмоциональный статус, а также условия жизни и социальное обслуживание. Осуществляя лечение сердечной недостаточности, мы можем уменьшить когнитивный и функциональный дефицит». Также главный внештатный специалист-гериатр Минздрава России напомнила: «В этом году эксперты Российской ассоциации геронтологов и гериатров и Общества специалистов по сердечной недостаточности приняли консенсус по сердечной недостаточности у пациентов пожилого и старческого возраста. Авторами этого документа являются не только ведущие гериатры, но и выдающиеся кардиологи России».

Выступая на симпозиуме, посвященном вопросам фармакотерапии у пациентов старших возрастных групп, член-корр. РАН **Дмитрий Сычев** подчеркнул важность повышения безопасности лекарственной терапии у пациентов старших возрастных групп. «У пожилых пациентов назначение большого числа лекарственных препаратов сопряжено со значительным ростом риска развития



нежелательных лекарственных реакций. Безопасность лекарственной терапии может быть повышена с использованием специальных валидированных подходов, которыми должен владеть врач-гериатр и клинический фармаколог, входящий в состав мультидисциплинарной команды. Разработка протоколов депрескрайбинга – контролируемой постепенной отмены лекарственных средств, с возможной заменой лекарственной терапии на немедикаментозные методы лечения, – одна из актуальных задач клинических фармакологов и гериатров».

**Игорь Хорошилов**, доктор медицинских наук, профессор кафедры пропедевтики внутренних болезней, гастроэнтерологии и диетологии Лечебного факультета Северо-Западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова, рассказал, почему сейчас такое пристальное внимание уделяется изучению, профилактике и лечению саркопении (уменьшение мышечной массы и силы мышц с возрастом): «Сегодня саркопения – это синдром, увеличивающий риски в пожилом возрасте. К 2045 саркопения станет мировой проблемой». **Игорь Хорошилов** отметил, что для профилактики и лечения саркопении необходимо обратить внимание на количество потребляемого белка и физическую активность человека. «С пищей в наш организм ежедневно поступает около 50–100 г белка, в то время как синтезируется и распадается у взрослого человека около 300 г белка в сутки. В качестве дополнительного питания у пожилых пациентов с саркопенией могут применяться сбалансированные питательные смеси, обогащённые как растительным, так и животным белком».

В рамках форума «Россия – территория заботы» состоялось заседание профильной комиссии Минздрава по специальности «Гериатрия». Перед главными специалистами-гериатрами субъектов федерации выступила директор Департамента медицинского образования и кадровой политики Минздрава России **Татьяна Семенова**. Она акцентировала внимание аудитории на планировании и подготовке кадров врачей-гериатров.

О бережливых технологиях в здравоохранении рассказала руководитель Центра организации первичной медико-санитарной помощи НМИЦ профилактической медицины **Ирина Ходырева**. Организация работы поликлиник, в которых используются бережливые технологии, осуществляется с учетом потребностей пациентов, как старших возрастных групп, так и маломобильных и с ограниченными возможностями граждан.

В ходе работы профильной комиссии были выработаны основные направления для совместной работы и сотрудничества двух важных подразделений системы здравоохранения – первичного звена и гериатрической службы. В целях совершенствования работы и дальнейшего создания поликлиник нового образца с доступной средой, удобной навигацией, зонами комфортного ожидания с учетом особенностей пациентов зрелого возраста необходима консолидация знаний и опыта заинтересованных специалистов.

Все участники и спикеры Всероссийского Форума «Россия – территория заботы» подчеркнули важность выстраивания единой системы работы всех ведомств и государственных структур, а также взаимодействия государства и общества в интересах охраны здоровья и повышения качества жизни граждан старшего поколения.