**Основные теории старения человеческого организма**

Из всех живых существ только человек осознает свою смертность. Старость и смерть воспринимаются как закономерность. Во все эпохи люди стремились разгадать тайну продления молодости. В далеком прошлом неандертальцы жили чуть больше 20 лет. Наши предки не могли дожить до старости из-за плохих условий жизни, болезней, войн.

С улучшением качества жизни средняя продолжительность жизни стала увеличиваться. Первым шагом стали прививки и открытия медицины. Улучшение условий жизни, качества медицинского обслуживания увеличили шансы дожить до глубокой старости.

Старение – процесс неизбежный. Больше всего люди боятся биологического старения и сопутствующих заболеваний и состояний организма. Основной причиной смертности признано старение, несмотря на увеличение процента смерти в достаточно молодом возрасте.

Тайна старения организма является интересной темой для исследований. Сейчас ученые ставят перед собой задачу найти механизмы старения для увеличения периода жизни.

Во время старения происходят изменения на клеточном, психологическом, тканевом уровнях. В благоприятной среде клетки организма постоянно делятся, обновляясь таким образом. Общая физическая, социальная, умственная деградация приводит к старению человека, которое признано естественным процессом. Верным признаком является увеличение количества болезней. В среднем к 50 годам человек имеет два хронических заболевания, а к 70 – семь.

Возникло около 100 теорий старения. Одно направление считает, что старение – неизбежный запрограммированный процесс, другое – что это заболевание, которое можно вылечить. Биологи пытаются разобраться в механизме протекания процесса для разработки способов его замедления.

Существует мнение о том, что существенное влияние на процесс оказывают гены. Эндокринная теория утверждает, что гормоны надпочечников, щитовидной железы, гипофиза влияют на жизнедеятельность организма. Согласно иммунологической теории с возрастом ослабевает иммунная система, в результате чего организм ослабевает.

Сторонники теории возникновения ошибок утверждают, что с возрастом организм утрачивает способность бороться с накопленными ошибками, которые привели к старению. Наиболее популярными являются теории износа, нейроэндокринная, темпа жизни, свободных радикалов, теломеров, мутаций и другие.

Медицина активно работает над разработкой способов увеличения срока жизни: терапия стволовыми клетками, переливание плазмы крови молодых доноров, перепрограммирование клеток до состояния эмбриона, вакцинация, и другие. Основная цель – всесторонняя помощь в облегчении возрастных осложнений для улучшения здоровья, качества жизни и увеличения продолжительности жизни стареющего населения.

При этом появляется такой важный вопрос: как повлияет увеличение средней продолжительности жизни на мир в целом?