

БИОЛОГИЧЕСКАЯ ДЕГРАДАЦИЯ НОМО SAPIENS: ПУТИ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ

Г.Л. Апанасенко (НМАПО им. П.Л. Шупика, Украина, Киев)

Перед человечеством стоит проблема, значимость которой пока не осознаётся в достаточной мере ни общественностью, ни наукой – биологическая деградация вида *Homo sapiens*. Она проявляется ускоренным темпом старения, популяционным снижением «количества» здоровья (жизнеспособности), эпидемией хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ), снижением уровня развития физических качеств и репродуктивной функции, рождением ослабленного потомства и мн. др. Всё это является следствием снижения устойчивости неравновесной термодинамической системы (живого), т.е. дефицита внутриклеточной энергии, из-за противоречий между биологической и социальной эволюцией.

В целях мониторинга этого состояния, в основе которого лежит недостаточность потенциала аэробного энергообразования (т.е. функции митохондрий) разработана экспресс-система оценки уровня здоровья, отражающая аэробную мощность, а также устойчивость индивида к самым различным негативным воздействиям - кровопотере, гипоксии, хронической интоксикации. Ещё 25 лет назад нами описан феномен «безопасного уровня» здоровья (БУЗ), выше которого не регистрируются ни эндогенные факторы риска развития ХНИЗ, ни сами заболевания. Доля украинской популяции, находящейся в зоне БУЗ, за 25 лет сократилась с 8 до 1%. В 2011 году феномен подтверждён норвежскими исследователями (S. Aspenes а.о.). Обследовав более 4600 практически здоровых мужчин и женщин, они отметили, что у женщин с показателем МПК/кг/мин ниже 35 мл в 5 раз, а у мужчин ниже 44 мл/кг/мин в 8 раз чаще встречаются факторы риска развития сердечно-сосудистых заболеваний (наши критерии «безопасного уровня» здоровья - 35 и 42 мл/кг/мин соответственно). При этом каждое снижение удельного МПК на 5 мл сопровождается увеличением выраженности и распространённости факторов риска сердечно-сосудистой заболеваемости на 56%.

Таким образом, противодействие биологической деградации человечества заключается в переводе основной части популяции на более высокий уровень потенциала аэробного энергообеспечения функций. С этой целью предлагается в дополнение к существующей «индустрии болезней» (учреждения Минздрава) формирование «индустрии здоровья» (П.П.Горбенко), массовый спорт, совершенствование системы физического воспитания, подготовка к сдаче нормативов ГТО и пр. Цель – достижение БУЗ большинством популяции. Цель недостижима при отсутствии системы мониторинга уровня здоровья.