

ТОП-ТЕМИ: [здоров'я](#) [Володимир Зеленський](#)[Новини](#) > Вчені назвали спосіб уповільнити біологічне старіння у людей похилого віку

Вчені назвали спосіб уповільнити біологічне старіння у людей похилого віку

Автор: [Агата Кловская «Фраза»](#)

Редактор

18.05.26 17:09 90



Експерти з Mass General Brigham у США розповіли про унікальну користь полівітамінів. З'явилися дані їхнього звіту.

У ньому сказано про те, що їх щоденний прийом здатний уповільнювати біологічне старіння у людей похилого віку – за два роки ефект виявився еквівалентним приблизно чотирьом місяцям зеконормованого біологічного віку.

Вчені оцінили відомості великого клінічного проекту COSMOS, в якому вивчали вплив екстракту какао та полівітамінів на здоров'я людей похилого віку.

До цього аналізу включили 958 здорових людей із середнім віком близько 70 років. Їх випадково розділили на чотири групи: одні отримували полівітаміни та екстракт какао, інші лише один із компонентів, а контрольна група приймала плацебо.

Бажаючи дізнатися швидкість старіння організму, фахівці використовували так звані епігенетичні годинники, які визначають біологічний вік щодо змін у метилюванні ДНК – хімічних міток, які впливають на активність генів та поступово змінюються з віком.

Інформується, що зразки крові аналізували на початку дослідження, через рік та через два роки. У добровольців, які приймали полівітаміни, біологічне старіння сповільнювалося за всіма п'ятьма використаними епігенетичними шкалами в порівнянні з групою плацебо. Для двох показників, пов'язаних із ризиком смертності, ефект виявився статистично значущим.

Повідомляється, що в середньому прийом полівітамінів відповідав уповільненню біологічного старіння приблизно на чотири місяці за дворічний період. Найбільш виражений ефект спостерігався у людей, чий біологічний вік спочатку був вищий за паспортний.

Уточнюється, що наразі йдеться не про продовження життя, а про вплив на молекулярні маркери старіння. У майбутньому американці бажають перевірити, чи зберігається ефект після завершення дослідження і чи пов'язаний він із раніше виявленими перевагами полівітамінів – зниженням ризику когнітивних порушень, деяких видів раку та катаракти.

Резюмується, що такі результати не означають, що полівітаміни можуть замінити здорове харчування або інші методи профілактики вікових захворювань.

Раніше вчені розповіли, як [легко омолодити мозок](#).



Читайте Фразу в Google News (натиснути "Підписатися")

Підпишіться на канали Фрази в [Youtube](#), [Twitter](#), [Instagram](#), [Facebook](#)

Теги: [наука](#), [світ](#), [вчені](#), [здоров'я](#)

Коментарі

Фото та Відео

Статті

Дайджест

17.05.26 14:23

03.05.26 10:19

Виявлено ще одну небувалу користь кави

Всі новини

Головне

Популярне

19.05.26 10:32

Иран направив США нову версію мирної угоди, - ЗМІ

19.05.26 10:22

Зеленський озвучив втрати Росії від ударів України

19.05.26 10:12

Вучич зробив скандальну заяву щодо Росії

19.05.26 09:59

Меркель відмовилася бути посередником у переговорах із Путіним

19.05.26 09:47

Генштаб оновив дані про втрати окупантів. Зведення за 19 травня

19.05.26 09:28

Трамп відклав заплановані атаки на Іран

19.05.26 09:19

Меркель резонансно висловилася про Путіна та Росію

19.05.26 08:19

Мадьяр зробив нову заяву щодо умов для членства України в ЄС

19.05.26 07:20

Кривава ДТП у Волинській області – постраждало чимало дітей

19.05.26 05:54

Стало відомо, скільки зовнішнього фінансування потрібно Україні

На популярному турецькому курорті
зафіксовано незвичайне природне явище

Новини блогосфери

03.05.26 14:11

☰ Чому Україна перетворюється на Нікарагуа

30.04.26 16:52

☰ Доктринальний тупик: чому правильна зброя не змінює результат?

05.04.26 11:29

☰ «Ухилант» — не причина, а симптом

05.04.26 11:15

☰ Вирок українському ринку електроенергії

Опитування

Що ви чекаєте від 2026 року?

- Закінчення війни в Україні
- Глобальну фінансову кризу
- Розвал Європи
- Кінець світу
- Нову пандемію

ГОЛОСУВАТИ

[переглянути результати](#)

