

## ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИЕЙ И БИОЛОГИЧЕСКИМ ВОЗРАСТОМ ЛИЦ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 45-55 ЛЕТ\*

**Алексян Лилит Артуровна**

магистрант

Ванадзорский государственный университет, Ванадзор (Армения)

**Аннотация.** Работа посвящена выявлению биологического возраста человека, связанного с выбором профессии. Были исследованы люди 45-55 лет 5 профессий: врачи, юристы, педагоги, преподаватели вузов и парикмахеры-стилисты. Выяснили, что молодыми остаются те, у кого это обусловлено не столько наследственностью, а, скорее всего, факторами, связанными с профессией.

**Ключевые слова:** биологический возраст, преждевременная старость, календарный возраст, образ жизни.

Понятие биологический возраст, или возраст развития отражает степень морфологического и физиологического развития организма. Это понятие обусловлено тем, что календарный возраст (паспортный, хронологический) не является достаточным критерием для распространения мнения о состоянии здоровья и работоспособности человека [4].

---

\* Научный руководитель: Карян Шушан Самсоновна, кандидат биологических наук, доцент Ванадзорского государственного университета, г. Ванадзор (Армения)

Среди ровесников обычно наблюдаются существенные различия возрастных изменений.

Биологический возраст, помимо наследственности, во многом зависит от условий окружающей среды и образа жизни. Следовательно, в разные периоды времени, особенно у ровесников средней возрастной группы, могут наблюдаться морфологические и функциональные различия организма.

Основными проявлениями старения и биологического возраста являются нарушение жизненных функций и возникновение болезней, повышение вероятности смерти или снижение продолжительности жизни [1].

Старость – это закономерный биологический процесс, когда возрастные изменения организма приводят к ограничению его адаптивных механизмов. Старость является последним этапом возрастного развития, следствием процесса старения [4].

Характер и скорость старения человека связаны как с врожденными факторами, так и с воздействием окружающей среды. Условно различают естественную, или физиологическую и преждевременную старость. При естественном старении человек до глубокой старости остается практически здоровым, то есть он способен на самообслуживание, сохраняет активность и поддерживает интерес к окружающей среде. Преждевременная старость отличается ранним проявлением возрастных изменений. Это в значительной степени обусловлено перенесенными заболеваниями и воздействием отрицательных факторов окружающей среды. Резкая перегруженность регуляторных систем (например, алкоголизм, курение) снижают или искажают адаптивные возможности организма, способствуют преждевременному старению и появлению сопутствующих заболеваний [3].

*Физиологическими критериями определения биологического возраста являются:*

- зрелость (оценивается на основе развития вторичных половых признаков),
- скелетная зрелость (оценивается сроками и степенью окостенения скелета),
- зубная зрелость (оценивается развитием молочных и коренных зубов) [2].

### ***Цель и задачи работы***

Цель нашей работы – определить взаимосвязь между предпочтительной профессией и биологическим возрастом возрастной группы 45-55 лет.

Задачи – определить биологический возраст людей разных профессий, относящихся к одинаковой возрастной группе. Сравнить и выяснить, оказывает ли предпочтительная профессия влияние на биологический возраст.

### ***Материал и методы работы***

Мы использовали следующие биологические тесты для определения биологического возраста: проба Штанге и Генчи, тест Бондаревского, проба Руфье, индекс Старри, систолическое и диастолическое артериальное давление [3]. Мы также использовали метод анкетирования на определение образа жизни.

Используя вышеупомянутые тесты, в исследовании, на добровольной основе, участвовало 125 человек в возрасте 45-55 лет, по 25 человек каждой профессии по следующим специальностям: врачи, учителя, парикмахеры-стилисты, преподаватели вузов, юристы.

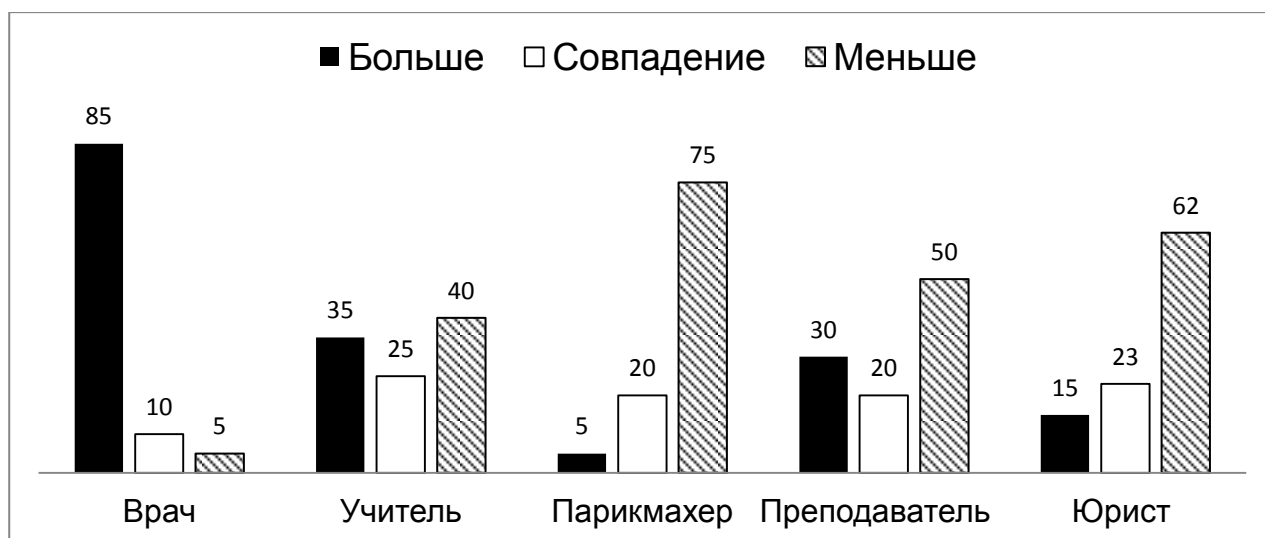
### ***Результаты и анализ работы***

Биологический возраст 85 % врачей, участвовавших в нашем исследовании, был больше их паспортного возраста, у 10 % биологический и календарный возраст совпадали, а у 5 % биологический возраст был меньше.

Биологический и паспортный возраст учителей почти совпадал. У 40 % биологический возраст был меньше, у 25 % биологический и паспортный возраст совпадали, а у 35 % был выше. Среди парикмахеров 75 % составляли те, у которых биологический возраст был меньше, у 20 % биологический и паспортный возраст совпадали, и только у 5 % биологический возраст был выше.

В результате исследования среди преподавателей вузов у 50 % биологический возраст был меньше, у 20 % биологический и паспортный возраст совпадали, а у 30 % был зафиксирован достаточно высокий показатель.

У 63 % юристов биологический возраст был меньше паспортного, у 22 % они совпадали, а 15 % составляли юристы, у которых биологический возраст был больше паспортного (см. рис. 1).



**Рис. 1. Результаты биологического возраста группы 45-55 лет, выраженные в %**

Полученные результаты, на наш взгляд, достаточно интересны. Среди представителей выбранных нами пяти профессий биологический возраст оказался значительно меньше у парикмахеров – 75 %, затем следуют юристы – 63 %, преподаватели вузов – 50 %, учителя – 40 %,

последними были врачи – 5 %. Получается, что парикмахеры остаются более молодыми, а врачи стареют намного быстрее.

Высокий показатель среди парикмахеров-стилистов мы связываем с более приятной и непринужденной рабочей атмосферой, окружением людей в праздничном настроении, а также относительно прибыльной работой (несмотря на то, что они постоянно сталкиваются с токсичными веществами).

Немного противоречивы результаты исследований среди юристов, которые тоже достаточно велики. На наш взгляд, работу юристов нельзя назвать легкой. Полученные высокие показатели могут быть связаны как с относительно высокой зарплатой и нормальными социальными условиями, так и с более четким представлением о завтрашнем дне. Если сравнить показатели среди учителей и преподавателей вузов, то здесь результаты почти одинаковые, с небольшой разницей в пользу преподавателей. Это может быть связано с тем обстоятельством, что последние преподают лицам, достигшим совершеннолетия (студентам), а с такой группой намного легче работать. Высокий показатель среди врачей обусловлен тем, что они больше всех подвержены влиянию стрессовых факторов и в основном находятся в более напряженной рабочей атмосфере (больные люди, неизлечимые заболевания и т.д.).

Наши результаты не исключают роль наследственности, однако еще раз могут подтвердить, что долголетию в не меньшей степени способствуют образ жизни и профессия, рабочая атмосфера. Опросы по выявлению образа жизни также подтвердили, что для долголетия и сохранения более молодого биологического возраста важную роль играет двигательная активность, полноценное питание, правильная организация отдыха и т.д.

### **Заключение**

Таким образом, наследственных предпосылок пока еще недостаточно, чтобы оставаться относительно молодым.

И так, секрет молодости, на наш взгляд, может быть обусловлен рядом внешних факторов соответственно предпочтительной профессии:

- рабочая атмосфера,
- надежность работы,
- высокооплачиваемая работа,
- стрессовые факторы работы и т.д.

## Список использованных источников

1. Смирнова Т.М. и др. Проблемы определения биовозраста: сравнение эффективности методов линейной и нелинейной регрессии // Профилактика старения. 1999. Вып. 2.
2. Солodков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учеб. изд. М.: Олимпия пресс, 2005. С. 374.
3. Токарь А.В., Войтенко В.П., Полухов А.М. и др. Использование методики определения биологического возраста человека в донозологической диагностике. Метод. рекомендации. К.: Институт геронтологии АМН СССР, 1990.
4. Физиология человека / под ред. В.М Смирнова. М.: Медицина, 2002. С. 13-14.