

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ

Долголетие

доказательная стратегия

*Биология старения · Когнитивное и кардиодолголетие
Женское здоровье · Нутрициология*

6

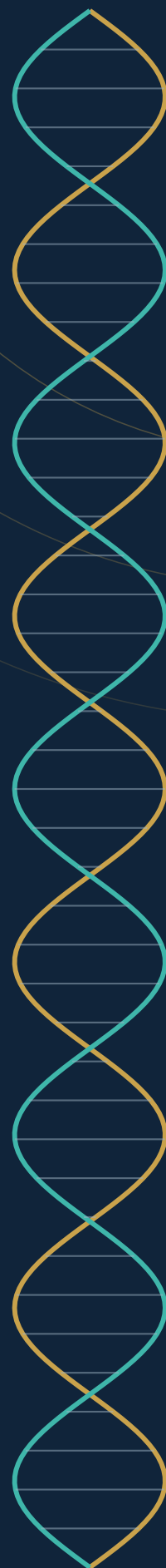
НОЯБРЯ 2026

Екатеринбург

отель «Онегин», зал «Форум»
ул. Розы Люксембург, 51

Регистрация с 10:00 · Начало в 11:00

*Приглашаем врачей и специалистов
здравоохранения принять участие в конференции*



10:00 - 11:00

Регистрация участников конференции

Биология старения

Председатель: Бородина И.Э.

11:00

- 11:30



Механизмы старения и долголетия: пути коррекции

Ершов Антон Валерьевич

основатель клиники ERSHOVLABEXPERT, врач эндокринолог, гематолог, патофизиолог, д.м.н., г. Москва

Когнитивное долголетие

Председатели: Сиденкова А.П., Остапчук Е.С.

11:30

- 12:00



Интеллектуальное долголетие и когнитивный резерв — новый вектор в медицине здорового долголетия

Сиденкова Алена Петровна

профессор кафедры психиатрии, наркологии и психотерапии ФПК и ПП ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» МЗ РФ, д.м.н., г. Екатеринбург

12:00

- 12:30



Эмоциональное истощение в профессиональной среде: частота депрессии и инсомнии. Мишени терапии

Остапчук Екатерина Сергеевна

заведующая неврологическим отделением ГБУЗ ТО «Областная клиническая больница №1», ГВС невролог Департамента здравоохранения Тюменской области, к.м.н., г. Тюмень

12:30

- 12:50



Как сохранить интеллектуальное долголетие и укрепить когнитивный резерв. Современные нейронутриенты

Сиденкова Алена Петровна

профессор кафедры психиатрии, наркологии и психотерапии ФПК и ПП ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» МЗ РФ, д.м.н., г. Екатеринбург

12:50 - 13:00

Перерыв

Кардиодолголетие

Председатели: Спиридонова Н.В., Кожокарь К.Г.

13:00

– 13:20



ЛПНП: ключ к здоровым сосудам и долголетию

Спиридонова Наталья Викторовна

заместитель главного врача по лечебной работе ГБУЗ СО «Уральский институт кардиологии», ассистент кафедры кардиологии ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет», к.м.н., г. Екатеринбург

13:20

– 13:40



Спорт как путь к здоровой и продолжительной жизни: сопровождение и профилактика гипертрофии миокарда в условиях регулярных тренировок

Шимкевич Антон Михайлович

доцент кафедры кардиологии ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» МЗ РФ, к.м.н., г. Екатеринбург

13:40

– 14:00



Разорвать круг: новая стратегия защиты сердца при ожирении и метаболическом синдроме

Кожокарь Кристина Георгиевна

начальник кардиологической службы ГБУЗ ТО «Областная клиническая больница №2», ГВС кардиолог Департамента здравоохранения Тюменской области, к.м.н., г. Тюмень

14:00 – 14:20

Перерыв

Женское здоровье и долголетие

Председатели: Бородина И.Э., Кобелева Т.А.

14:20

– 14:40



Репродуктивный потенциал женщины как основа активного долголетия

Кобелева Татьяна Алексеевна

главный врач «Клиника Фомина», врач-гинеколог, г. Екатеринбург

14:40

– 15:00



Качество жизни и отношений женщины 45+

Березина Динара Арифовна

врач акушер-гинеколог, гинеколог-эндокринолог, психолог-сексолог, к.м.н., г. Екатеринбург

Нутрициология как профилактика старения

Председатель: Бородина И.Э.

15:00

- 15:20



Рацион долгожительницы

Бородина Ирина Эдуардовна

врач-терапевт, диетолог, ревматолог, доцент кафедры госпитальной терапии ФГБОУ ВО УГМУ МЗ РФ, главный внештатный специалист диетолог Министерства здравоохранения Свердловской области, к.м.н., г. Екатеринбург

15:20

- 15:40



Возможна ли коррекция микробиома питанием: влияние на женское здоровье и долголетие

Бондарева Полина Ильинична

нутрициолог, биоинженер, генетик, аспирант кафедры микробиологии Тюменского государственного университета, г. Екатеринбург

15:40

- 16:00



Сохранение мышечной массы как стратегия активного долголетия

Кардапольцева Елизавета Львовна

врач эндокринолог, эксперт в лечении ожирения «Уральского центра эндокринологии Кволити Мед», г. Екатеринбург

16:00 - 16:30

Заключительное слово: обсуждение

Будем рады видеть вас на конференции!

6 ноября 2026 · Екатеринбург · отель «Онегин», зал «Форум»



ПАРТНЕРЫ МЕРОПРИЯТИЯ:



ТЕХНИЧЕСКИЙ ОРГАНИЗАТОР:



ИПМТ

Институт Перспективных Медицинских Технологий