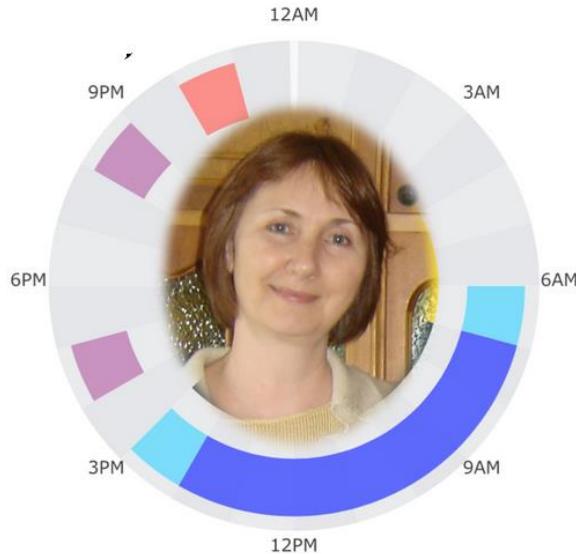


26 ноября, 11-00  
Наб. Макарова, 6

## Лекция Ирины Ждановой

### "Интегративная физиология циркадной системы: внутренние часы здоровья и болезни"

Циркадианные ритмы напрямую влияют на социальное здоровье страны, меняя когнитивное, психологическое и эмоциональное состояние человека, а также его социальное поведение. Острое или хроническое нарушение циркадианных ритмов, вызванное стрессом, медицинскими препаратами, диетой, перелетом между часовыми поясами (*jet lag*), так называемым «социальным jet lag», сменной и вахтовой работой, признано значимым фактором снижения производительности труда и повышении риска крупных промышленных и дорожных аварий. В медицине появились такие направления, как хронопрофилактика и хронотерапия. Присуждение в 2017 году Нобелевской премии за работы по циркадианным ритмам отразило признание мировым научным сообществом уникального значения интегративной роли ритмов и контролируемых ими процессов сна и бодрствования в поддержании здоровья и замедлении процессов старения.



Irina Zhdanova, MD, PhD

Ирина Валериевна Жданова - выпускница 1-го ЛГМИ им. И.П. Павлова, начала свою научную карьеру в Ленинграде, сначала в ВИЭМе, а затем - в ИФ РАН. С 1992 г, она обучалась, а с 1995 г возглавляла научные проекты по сну и циркадианным ритмам в Massachusetts Institute of Technology и Boston University. В 2017 году Ирина Жданова стала генеральным директором компании BioChron LLC, проводящей исследования циркадианных ритмов у животных и человека с применением математического моделирования, в 2018 г, она основала компанию ClockCoach Inc., специализирующуюся на создании компьютерных программ для диагностики, профилактики и лечения нарушений циркадианных ритмов и сна на основе экспериментальных данных и математического моделирования.

[https://www.researchgate.net/profile/Irina\\_Zhdanova](https://www.researchgate.net/profile/Irina_Zhdanova)

Продолжительность лекции 45 мин