

# ОСОБЕННОСТИ СТАРЕНИЯ

Изменения во внешнем облике,  
снижение обмена веществ

Снижается активность,  
уменьшаются физические силы

Снижается эластичность  
мышц, связок, суставов

Может наблюдаться повышенная  
тревожность, снижение памяти



## ПРИЧИНЫ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОГО СТАРЕНИЯ

УФ-излучение

Загрязнение окружающей среды

Генетические факторы

Нерациональное питание

Курение и алкоголь

Вредные химические вещества

*Пожилой возраст требует внимательного  
и уважительного отношения со стороны  
окружающих!*