

Все запущено

 kommersant.ru/doc/8735663

Ирина Кириенко

June 10, 2026

[Коммерсантъ Стиль](#)

Пептиды как новый модный ингредиент

«Коммерсантъ Стиль» рассказывает о популярном сейчас косметическом компоненте — пептидах: что это такое, чем они интересны и на какие средства с пептидами стоит обратить внимание.



Фото: East News

Вы когда-нибудь слышали о пептидах? Это новейшее увлечение биохакингом — инъекционные препараты, обещающие чистую кожу, наращивание мышечной массы, снижение жировой массы и прилив энергии. Если верить всему, что о них говорят, то они кажутся панацеей не только от преждевременной старости, но и лекарством от всех болезней.

Пептиды — это короткие цепочки аминокислот, также известные как микропротеины, которые организм вырабатывает естественным образом для регулирования таких процессов, как высвобождение гормонов, метаболизм, иммунный ответ и восстановление тканей. Воспроизводить пептиды можно искусственным путем, имитируя их природные свойства; наиболее яркими примерами являются GLP-1 (глюкагоноподобный пептид-1), препараты для похудения или инсулин, используемый в лечении диабета с 1922 года. То есть тема далеко не новая.



Нана Перфильева

Почему именно сейчас мы наблюдаем такой всплеск интереса к пептидам? По мнению Наны Перфильевой, врача клиники эстетической медицины «Клазко», во многом это связано с развитием регенеративной медицины и концепции здорового долголетия. «Сегодня пептиды рассматриваются как один из перспективных инструментов для поддержания процессов восстановления и регуляции в организме», — говорит она и добавляет, что они являются своеобразными «смс-сообщениями», с их помощью клетки обмениваются информацией и получают определенные команды — когда необходимо запустить восстановление тканей, усилить выработку коллагена, снизить воспаление или активировать рост новых сосудов.

«Мне нравится сравнивать пептиды с ключом и замком. Каждый пептид создан для выполнения определенной задачи и взаимодействует с конкретной мишенью», — говорит доктор Перфильева.

За последние несколько лет пептиды постепенно проникли во все сегменты рынка средств по уходу за кожей. Все инновации сосредоточены на «замедленном старении», долголетию (у нас принято употреблять кальку с английского — «лонживити») и процедурах, направленных на укрепление кожного барьера, которые стирают грань между домашним уходом за кожей и салонными процедурами. Формулы, богатые пептидами, появляются повсюду: в кремах для лица, сыворотках, патчах, бальзамах для губ, а в профессиональной косметике — в средствах, используемых после микронидлинга или поверхностных лазерных процедур, чтобы помочь коже быстрее восстановиться.

Как выбрать правильный, тот самый, максимально эффективный пептид? Главное правило — не выбирать по принципу «это сейчас модно, значит, мне тоже нужно». Выбор всегда должен начинаться с постановки задачи — уверена доктор Перфильева. «Если речь идет об улучшении качества кожи, используются одни пептиды. Если необходимо ускорить восстановление и заживление тканей — другие. Для поддержки мышечной ткани применяются третьи, а для работы с возрастными изменениями — четвертые. Поэтому вопрос должен звучать не "какой пептид лучше", а "какую задачу мы хотим решить"», — говорит она.

Важно понимать, что существуют и разные методы доставки — кремы, назальные спреи и инъекционные препараты). По мнению специалистов, чем глубже расположена мишень, на которую планируется воздействие, тем сложнее доставить к ней активную молекулу. То есть большинство косметических пептидных средств в виде кремов и сывороток работают преимущественно в пределах эпидермиса и поверхностных слоев дермы. Инъекционный способ доставки позволяет направить препарат непосредственно в ткань-мишень — в каждом случае нужно учитывать особенности конкретной молекулы и поставленную задачу.

Для тех, кто только планирует начать использование препаратов с пептидами, есть хорошее правило — не вкладываться в такие базовые средства, как, например, гель для умывания (они смываются практически мгновенно и эффект можно не прочувствовать). Отдайте предпочтение сыворотке или увлажняющему крему, которые, как правило, имеют меньший размер молекул и могут проникать в кожу глубже.

Ирина Кириенко