

ПОВЕДЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ КАК ФАКТОРЫ ПОТЕНЦИАЛА СОКРАЩЕНИЯ ПРЕДОТВРАТИМОЙ СМЕРТНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ И УВЕЛИЧЕНИЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЖИЗНИ

BEHAVIOUR AND HEALTH AS POTENTIAL FACTORS FOR REDUCING PREVENTABLE MORTALITY AND INCREASING LIFE EXPECTANCY

Yu. Dmitrieva

Summary. The aim of the study is to assess the main factors of the potential to reduce preventable mortality of the population and increase life expectancy. The article highlighted the factors that determine the potential opportunity in modern society to influence population mortality. It is substantiated that the strategy of searching for potential opportunities to influence population mortality should be aimed not so much at adding more years to a person's life, but at adding quality of life, and that the increase in life expectancy should not be accompanied by disability. It has been determined that there are structural differences in life expectancy and mortality rates in Russia, but the trend is the same regionally. Not only life expectancy of the population is increasing, but also the number of years lived in good health, which is a major part of the increase in years in general.

Keywords: life expectancy, potential, population mortality, health, behaviour.

Дмитриева Юлия Викторовна

*Доктор экономических наук, доцент, ведущий научный сотрудник, Лаборатория проблем воспроизводства населения Института социально-экономических проблем народонаселения Федерального научно-исследовательского социологического центра Российской академии наук, Москва
julia9770@mail.ru*

Аннотация. Цель исследования — дать оценку основным факторам потенциала сокращения предотвратимой смертности населения и увеличения продолжительности жизни. В статье были выделены факторы, которые определяют потенциальную возможность в современном обществе влиять на смертность населения. Обосновано, что стратегия поиска потенциальных возможностей влияния на смертность населения должна быть направлена не столько на то, чтобы добавить больше лет к жизни человека, сколько на то, чтобы добавить качество жизни, и чтобы увеличение продолжительности жизни не сопровождалось инвалидностью. Определено, что существуют структурные различия в продолжительности жизни, и в уровне смертности населения в России, но тенденция прослеживается порегионально одна и та же. Увеличивается не только продолжительность жизни населения, но и количество лет, прожитых в хорошем состоянии здоровья, что составляет большую часть прироста лет в целом.

Ключевые слова: демографический потенциал, ожидаемая продолжительность жизни, потенциал, смертность населения, здоровье, поведение.

Введение

Демографический потенциал регионов в относительном выражении различается и по исходным ресурсам в относительном выражении, то есть по демографическим структурам, и по текущим возможностям. Различия текущих возможностей объясняются в большей степени как раз различиями структурных ресурсов регионов. Основные факторы демографического потенциала — явления и процессы, ощутимо либо заметно воздействующие на уровни интенсивности демографических процессов, — рождаемости населения, смертности населения, постоянных прибытий и постоянных выбытий. У каждой из компонент — свои основные факторы. В процессе исследования потенциала снижения смертности населения были выделены основные его факторы — это изменения в: — демографических структурах населения, помимо половозрастной; — образе жизни (от саморазрушительного до самосохранительного поведения); — окружающей среде, включая социальную, экономическую, экологическую, климати-

ческую, криминогенную; — общедоступной медицине (прежде всего, в новых технологиях).

Цель исследования — дать оценку основным факторам потенциала сокращения предотвратимой смертности населения и увеличения продолжительности жизни. Задачи исследования: — дать оценку общероссийским тенденциям в области смертности населения и продолжительности жизни; — выявить особенности поведения и здоровья как особых факторов потенциала в сокращении предотвратимой смертности и увеличении продолжительности жизни; — определить стратегию поиска потенциальных возможностей влияния на смертность населения.

В статье применяются следующие методы исследования: научных обобщений, системного, экономического, исторического, критического, статистического и социологического анализа. Теоретическо-методологическую основу исследования составили труды ведущих демографов, экономистов, социологов. Данные Росстата послужили основой для статистического анализа. В работе

использованы результаты практических исследований отечественных и зарубежных ученых по исследуемой проблематике.

Как известно, наиболее качественные перемены, которые влияют на процесс смертности населения происходят в результате демографического перехода, которые, безусловно, включают в себя изменения в отношении к жизни, и смерти в целом, изменения в общественном контроле над природными и социальными факторами, влияющими на сокращение или увеличение смертности населения, а также рост ожидаемой продолжительности жизни населения. В этих условиях, происходит смена самого исторического типа смертности, переход от традиционного к современному ее типу. Основное отличие традиционного типа смертности от современного — это обусловленность подавляющего количества смертей внешними экзогенными факторами окружающей среды. Современный тип смертности, формируется на определенном этапе исторического развития, когда происходит скачкообразное расширение возможностей общества контролировать экзогенные факторы окружающей среды. Поэтому и жизнь, и смерть человека в этих условиях несравнимо меньше, чем раньше, зависят от негативных влияний окружающей среды. И как результат — смертность в гораздо большей, чем раньше, степени зависит от действия внутренних, эндогенных факторов, которые порождаются естественным развитием и старением человеческого организма. Демографический переход затрагивает, прежде всего, два основных процесса — рождаемость и смертность. Поэтому, современный тип смертности тесно связан с установлением нового типа рождаемости. Когда для смертности характерно очень сильное снижение, благодаря которому перестает быть объективно необходимой высокая рождаемость, а социальные механизмы ориентированы на поддержание ее низкого уровня. Демографические события, прежде всего рождения и смерти, зависят, прежде всего, от возраст-полового состава населения, который имеет общую тенденцию изменения при всех типах демографического перехода — сокращение доли детей (0–14), с одной стороны, и увеличении доли пожилых, — с другой. Таким образом, сегодня мы имеем мировую картину увеличения среднего возраста в населении и увеличение в общей численности населения доли пожилых и уменьшении доли молодых возрастов. Старение населения — это мировой демографический тренд, наряду с ростом общей численности населения, увеличением потоков международной миграции и урбанизацией. Снижение смертности обусловило рост ожидаемой продолжительности жизни при рождении в большинстве стран и во всем мире. Увеличение продолжительности жизни сопровождается сужением возрастного диапазона, в котором происходит большинство смертей. Раньше смертность часто наступала в любом возрасте. Дети умирали, например, от инфекционных заболеваний, а женщины часто

погибали при родах. Сегодня в большинстве стран преждевременная смерть в возрасте до 60 или 70 лет — относительно редкое явление. По данным ООН за 2023 год [6] ожидается, что число людей в возрасте 65 лет и старше, удвоится и превысит 1,6 млрд человек. В настоящее время старение населения наиболее интенсивно в Европе и Северной Америке, Австралии и Новой Зеландии, а также в большинстве стран Восточной и Юго-Восточной Азии. В большинстве странах этих регионов доля пожилых людей — условно говоря, лиц в возрасте 65 лет и старше, превышает 10 %, а в некоторых случаях и 20 % от общей численности населения.

Согласно исследованиям, для России, помимо общемировых тенденций старения населения и повышении доли старших возрастов в общей численности населения характерно длительное сохранение волнообразной деформации возрастного состава и значительные диспропорции в старших возрастах.[3] По международным критериям, если доля лиц в возрасте 65 лет и старше превышает 7 % населения, то население считается старым. Так, доля населения 65 лет и старше составила в России на начало 2022 года 16,0 %, что на 0,2 % больше, чем в 2021 году (15,8 %). Прослеживается значительное превышение женщин в старших возрастах над мужчинами. Доля возрастной группы 65 лет и старше в женском населении составила 19,9 %, тогда как доля мужского населения — 11,5 %. В целом на 1 января 2022 года численность женщин составила 77,9 млн человек (53,5 %), а численность мужчин — 67,7 млн человек (46,5 %). Более высокая преждевременная смертность мужчин в России является фактором превышения численности женщин над численностью мужчин начиная уже с 36 лет. На начало 2022 года в населении 65 лет и старше женщины составляют 66,5 %, а в возрасте 85 лет и старше женщины составили 75,9 %. [1]

Для России всегда был характерен северо-восточный вектор смертности. Это означает, что в Сибири, на Дальнем Востоке, на Урале и на севере европейской части России смертность выше, а продолжительность жизни ниже, чем на Северном Кавказе, Поволжье, в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой и Тамбовской областях. Центральный регион при этом был где-то посередине. Несомненно, что есть исключения из этой закономерности, но в целом она достаточно стабильно сохраняется на протяжении длительного времени.

Отрицательная динамика ожидаемой продолжительности жизни в 2021 году, затронула все без исключения российские регионы и стала возможной из-за высокого уровня избыточной смертности в 2020 году. Избыточная смертность (в 2020 году составила более 340 тыс. человек или 18,9 %) в это время формировалась по причине смертности от COVID-19 (42,5 % всех смертей в годовом приросте смертности) или последствий этой ко-

варной вирусной инфекции, которые резко увеличили смертность от других причин. Отметим, что смертность от COVID-19 затрагивает в первую очередь людей старшего возраста — 57 % составляют люди старше 70 лет, 83 % — старше 60 лет. Поэтому основное внимание в процессе формирования потенциала снижения смертности следует уделять людям старше 60 лет, а также людям трудоспособного возраста (где смертность мужчин значительно превышает общеевропейские показатели), т.к. именно они формируют следующую реальную когорту, которой необходимо помочь в создании условия для здорового старения.

Таблица 1.

Ожидаемая продолжительность жизни по субъектам РФ за 2022 год

	2020	2021	2022
Российская Федерация	71,54	70,06	72,93
Центральный ФО (вкл. Москву и Московскую область)	72,57	70,85	73,93
Северо-Западный ФО (вкл. Санкт-Петербург и Ленинградскую область)	72,02	70,37	73,05
Южный ФО	72,09	70,21	72,65
Северо-Кавказский ФО	74,58	73,79	75,78
Приволжский ФО	70,83	69,50	72,39
Уральский ФО	70,81	69,61	72,41
Сибирский ФО	69,60	68,30	70,44
Дальневосточный ФО	69,15	68,06	68,54

Основными аутсайдерами, где показатели ОПЖ ниже 70 лет, являются регионы Приволжского, Уральского, Сибирского и Дальневосточного федеральных округов, где общеокружной показатель ОПЖ составляет 69,5, 69,6, 68,3 и 68,1 года соответственно. Далее идут регионы Северо-Западного федерального округа (общеокружной показатель ОПЖ 68,5 лет)¹. Здесь Республика Карелия, Новгородская и Псковские области имеют самые низкие показатели ОПЖ в округе (67,3, 67,6 и 67,7 соответственно). Центральный² и Южный федеральные округа имеют показатели близкие к общероссийским (70,6 и 70,2 года соответственно). В ЦФО — Тверская и Смоленская области являются лидерами по низкой ОПЖ (67,9 лет и 68,0 лет соответственно). В Южном федеральном округе ситуации несколько лучше здесь показатели ОПЖ в некоторых регионах превышают среднероссийский показатель, исключение составляют Республика Крым, Астраханская и Ростовская области (69,7, 69,9 и 69,8 соответственно). Из анализа исключены территории с явными демогра-

¹ Без Санкт-Петербурга, Ленинградской и Калининградской областей

² Без Москвы и Московской области

фическими отличиями. Также Республики Северного Кавказа заслуживают отдельного исследования.

Из таблицы 1 [2] видно, что в 2022 году показатели ОПЖ увеличились по всем без исключения территориям Российской Федерации, что стало возможным благодаря той же избыточной смертности населения в 2020 году, а также низкому уровню рождаемости в эти годы. Таким образом, можно говорить о возвращающемся трендах увеличения ОПЖ в России, а вместе с тем и старения населения России. Такая ситуация стала возможной при сохраняющейся тенденции сокращения числа родившихся детей, которая наблюдается с 2015 года и сокращение количества смертей. По итогам естественного движения населения Российской Федерации естественная убыль населения в 2022 году составила 594 тыс. человек, что по сравнению с 2021 годов, меньше почти в 2 раза.

При этом показатели смертности населения показывают тенденцию к снижению — 543 тыс. человек, тогда как в 2021 году по сравнению с 2020 годом наблюдался значительный рост показателя — прирост смертности в абсолютных показателях составлял 303 тыс. человек. Количество родившихся в 2022 году на 1000 населения составило 8,9 человек, что меньше, чем в предыдущем году на 0,7. Смертей в 2022 году стало на 3,6 человека меньше на 1000 населения, чем в 2021 году. Вклад смертности в естественную убыль населения значительный по сравнению с рождаемостью, не смотря на то что происходит ее сокращение. Сокращение рождаемости в 2022 году по сравнению к 2021 году составило 7,7 %, а сокращение смертности — 22,2 %.

Таким образом, отрицательная динамика продолжительности жизни в 2020–2021 году в России, затронула все без исключения российские регионы и стала возможной из-за высокого уровня избыточной смертности в 2020 году. По показателю ожидаемой продолжительности жизни при рождении за 2021 г. большинство регионов страны в результате эпидемии были отброшены, казалось бы, на 10 лет назад. Однако, в результате исследования установлено, что уже в 2022 году наблюдается возвращение тренда увеличения ОПЖ в России, а вместе с тем и старения населения России. Такая ситуация стала возможной при сохраняющейся тенденции сокращения числа родившихся детей, которая наблюдается с 2015 года и сокращение количества смертей. Безусловно, население еще не совсем восстановило свои силы и смертность населения еще высока, но факт остается фактом — происходит увеличение в 2022 году продолжительности жизни по всем регионам без исключения. Территориальная дифференциация смертности значительна и, безусловно, меры регулирования необходимы точечные — региональные, областные и районные. Необходим мониторинг каждой из них, и только тогда возможно создание стратегического плана развития как в области

Общие итоги естественного движения населения в РФ 2021–2022 гг.³

	Абсолютные данные На 1000 человек населения				На 1000 человек населения	
	2022 г.	2021 г.	Прирост/снижение	2022 г. в % к 2021 г.	2022 г.	2021 г.
Родившихся	1304087	1398253	–94166	93,3	8,9	9,6
Умерших	1898644	2441594	–542950	77,8	12,9	16,7
из них детей до 1 года	5876	6516	–640	90,2	4,4	4,6
Естественный прирост/убыль	–594	–1043341	X	X	–4	–7,1

смертности, так и в области всех без исключения демографических процессов. Без системного подхода меры регулирования будут односторонними и поверхностными, что принесет отрицательные результаты не только местного масштаба, но и общероссийского.

В рамках исследования рассматривался современный тип смертности, где основными факторами потенциальных возможностей сокращения смертности населения выступают: образ жизни, а именно, самосохранительное поведение населения в отношении своего здоровья и социально-экономические условия — потребности населения в здравоохранении. Другими словами, это детерминанты здоровья, с одной стороны, и потребности в здравоохранении — с другой. Поведенческие нормы в современном мире это и есть детерминанты высокой заболеваемости и смертности населения, которые связаны с отношением человека к своему здоровью и продолжительности собственной жизни. Поэтому во главу угла современного понятия самосохранительное поведение сегодня необходимо заложить концепцию здорового образа жизни. Концепция здорового образа жизни включает в себя множество компонентов, таких как правильное питание, умеренные физические нагрузки и жизнь в среде, свободной от загрязняющих веществ. Забота о себе, внимание к тому, что мы делаем и борьба с малоподвижным образом жизни гарантируют жизнь на 12 лет дольше [5]. А если к этим компонентам добавить, те которые связаны с социальными отношениями, то можно получить предварительные представления о движущих силах здорового образа жизни. Еще древнегреческий врач Гиппократ [4] говорил, что, если бы мы знали, как дать точную дозировку питания и физических упражнений, мы бы нашли самый верный путь к здоровью. Дело в том, что стратегия поиска потенциальных возможностей влияния на смертность населения должна быть сегодня направлена не столько на то, чтобы добавить больше лет к жизни человека, сколько на то, чтобы добавить качество жизни, и чтобы увеличение продолжительности жизни не сопровождалось

инвалидностью. Важными составляющими Концепции здорового образа жизни, которые напрямую связаны с продолжительностью жизни являются:

- питание, которое обязательно необходимо рассматривать с позиции с 3-х составляющих: состав рациона, количество пищи и частота приема;
- физические упражнения;
- привычки образа жизни;
- сон;
- семейное положение: одиночество и социальные связи;
- собственный взгляд на жизнь, религиозность, уровень самооценки и счастья;
- географическое положение, где проживает человек;
- уровень дохода;
- уровень образования;
- социальная помощь;
- система здравоохранения.

Такая трактовка поведенческих норм в современном обществе, позволяет сделать вывод о том, что в ближайшие годы здоровый образ жизни станет одним из элементов бизнес-стратегии многих компаний и предприятий, что расширяет возможности для социально-экономического развития. Так, в 2011 году в журнале The Economist (Economist Intelligence Unit) [7] вышел отчет о росте продолжительности жизни и его последствиях для бизнеса, где показано, что наибольший успех будет достигнут в сфере продуктов, связанных с образом жизни, а группа населения 50+ будет обладать самой большой покупательской способностью и будет иметь самый большой интерес в этой области.

Таким образом, поведенческие установки людей сегодня являются приоритетным фактором в исследовании продолжительности жизни и смертности населения. На протяжении уже достаточно долгого времени (не считая пандемии и войн) численность и доля старших возрастов в населении увеличивается, а доля детей и молодежи сокращается. Увеличивается не только продолжительность жизни населения, и количество лет, прожитых в хорошем состоянии здоровья, что составляет большую часть прироста лет в целом. Несомненно,

³ Здесь и далее при расчете показателей за 2022 год используется численность населения с учетом итогов Всероссийской переписи населения 2020 года. Данные Росстата.

существуют структурные различия и в продолжительности жизни, и в уровне смертности населения в России, но тенденция прослеживается по регионально одна и та же. Поэтому необходимо принимать данные условия и использовать существующий потенциал для создания благоприятных условий существования пожилого населения страны, помогать развивать и поддерживать функциональные способности людей, создавая стратегические инструменты для каждого региона, области и района принимая во внимание врожденные способности каждого человека, окружающую среду и взаимодействие между ними.

Второй фактор влияния на потенциал снижения смертности населения и увеличение продолжительности жизни — это, как было заявлено выше, это потребности населения в здравоохранении. Это отдельная тема в исследовании потенциала сокращения смертности населения и увеличение здоровой продолжительности жизни, которая будет рассмотрена в следующих частях данной работы.

Заключение

Принимая во внимание возвращающийся тренд увеличения ожидаемой продолжительности жизни в России, а вместе с тем и старения населения, были выделены факторы, которые определяют потенциальную

возможность в современном обществе влиять на смертность населения, а именно — детерминанты здоровья, с одной стороны, и потребности в здравоохранении — с другой. Обосновано, что стратегия поиска потенциальных возможностей влияния на смертность населения должна быть направлена не столько на то, чтобы добавить больше лет к жизни человека, сколько на то, чтобы добавить качество жизни, и чтобы увеличение продолжительности жизни не сопровождалось инвалидностью. Поэтому в работе предложено разработать концепцию здорового образа жизни и компоненты данной концепции, которые напрямую связаны с продолжительностью жизни. Определено, что существуют структурные различия и в продолжительности жизни, и в уровне смертности населения в России, но тенденция прослеживается порегионально одна и та же. Увеличивается не только продолжительность жизни населения, но и количество лет, прожитых в хорошем состоянии здоровья, что составляет большую часть прироста лет в целом. Поэтому необходимо принимать данные условия и использовать существующий потенциал для создания благоприятных условий существования пожилого населения страны, помогать развивать и поддерживать функциональные способности людей, создавая стратегические инструменты для каждого региона, области и района, принимая во внимание врожденные способности каждого человека, окружающую среду и взаимодействие между ними.

ЛИТЕРАТУРА

1. Демографический ежегодник России 2021, 2022 год. // Федеральная служба государственной статистики URL: https://rosstat.gov.ru/bgd/regl/B21_16/Main.htm (дата обращения: 23.09.2023).
2. Всероссийская перепись населения 2020 года // Росстат URL: <https://rosstat.gov.ru/vpn/2020> (дата обращения: 07.09.2023).
3. Щербакова Е.М. Демографические итоги 1 полугодия 2022 года в России. Часть 1 // Демоскоп Weekly. 2022. № 957–958 URL: <http://www.demoscope.ru/weekly/2022/0957/index.php> (дата обращения: 15.09.2023).
4. Гиппократ о здоровье: цитаты, которые необходимо знать каждому // wday.ru URL: <https://www.wday.ru/krasota-zdorovie/encyclopedia-zdorovia/gippokrat-o-zdorove-citaty-kotorye-nuzhno-znat-kazhdomu/> (дата обращения: 15.09.2023).
5. José Miguel Rodríguez-Pardo del Castillo, Antonio López Farré Долговечность и старение в третьем тысячелетии: новые перспективы. Fundacion MAPFRE.
6. United Nations. Department of Economic and Social Affairs. World Social Report 2023: learning no one behind in an ageing world. // un.org URL: https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/undesapd_2023_wsr-fullreport.pdf (дата обращения: 10.09.2023).
7. The Economist Intelligence Unit Limited. March 28. 2011 // graphics.eiu URL: https://graphics.eiu.com/upload/eb/Axa_Longevity-EIU_Web.pdf (дата обращения: 10.09.2023).

© Дмитриева Юлия Викторовна (julia9770@mail.ru)

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»