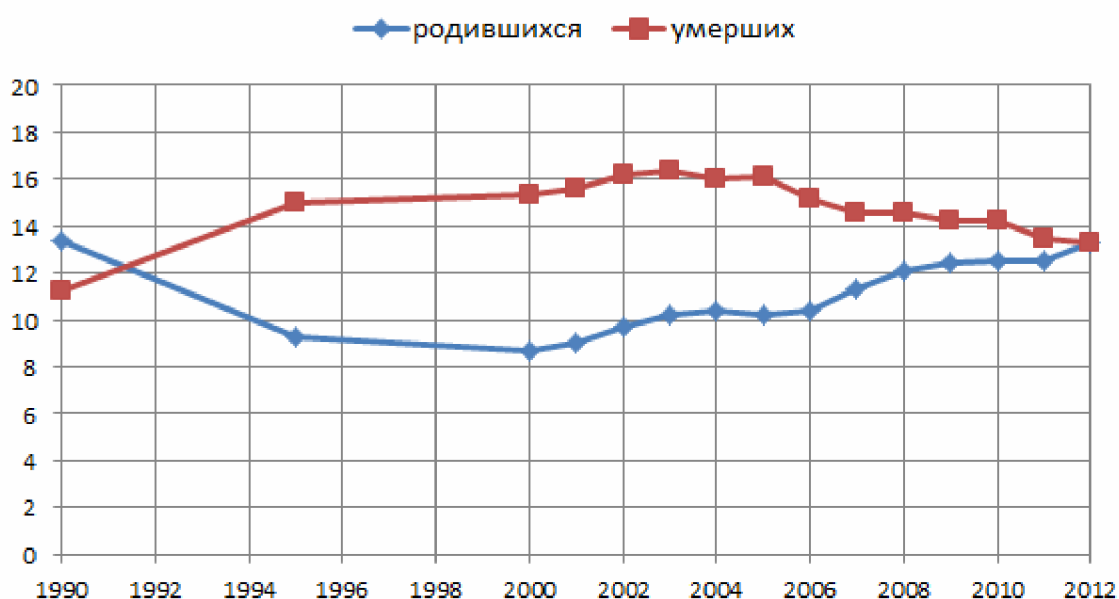


Демографический «русский крест» и пути его преодоления

Уровень здоровья нации самым непосредственным образом влияет на демографические показатели. Несмотря на успехи современной медицины, в нашей стране уровень здоровья у современного населения остается неудовлетворительным. Если посмотреть на показатели рождаемости и смертности в России за последние десятилетия, то можно заметить, что до 1992 года превалировала рождаемость, а затем – смертность. Таким образом, на протяжении вот уже 20 лет в России происходит медленное вымирание. Эту ситуацию российские исследователи Н.М. Римашевская, И.А. Алешковский, Д.А. Завгородний, Д.А. Халтурина, А.В. Коротаев и др. обозначили выражением демографический «русский крест».

На 1000 человек населения



В настоящее время рождаемость медленно растет, а смертность снижается. В 2013 году впервые с советских времен население России выросло без помощи иммигрантов. Рождаемость в России по итогам 2013 года превысила смертность. За 11 месяцев 2013 года родилось 1,743 млн. младенцев, что почти на 23 тыс. человек превышает число умерших. В 2012 году демографические показатели впервые вышли «в ноль», наблюдалась лишь микроскопическая убыль населения. По итогам прошлого 2013 года рождаемость осталась неизменной, а вот смертность упала на 1,1%, это и обеспечило знаковое событие, возможность которого многие до сих пор отрицают, а другие – не придают особого значения. Тем не менее, депопуляция коренных народов России продолжается. В основе этого лежит комплекс причин.

Основные факторы, влияющие на здоровье нации и на демографические показатели

1. **Потери в Великой Отечественной войне 1941-1945 г.г.** Демографический кризис в России является следствием колоссальных потерь минувшей войны. Тогда погибли миллионы наших соотечественников, преимущественно молодежи, родившейся в двадцатые годы. Именно это поколение было обескровлено и не могло обеспечить нормальную рождаемость в послевоенный период.

Годы	Продолжительность периода (дни)	Ежегодные потери (тыс. чел.)	Ежесуточные потери (чел.)
1941	193	3 138	16 300
1942	365	3 258	8 900
1943	365	2 312	6 400
1944	366	1 764	4 800
1945	129	801	6 200
Всего за Великую Отечественную войну	1 418	11 273	8 000



Крайне низкая рождаемость в сороковых привела к тому, что демографический кризис периодически повторяется волнообразно. С промежутком в 20-25 лет стране катастрофически не хватает молодежи. Даже после семидесяти лет, прошедших после войны, ситуация не выровнялась окончательно.



2. Старение. Не менее важной демографической проблемой в России является старение населения. Низкая рождаемость и рост ожидаемой продолжительности жизни приведут к увеличению доли пожилых людей в структуре населения (2014 г. – 23%, 2016 г. – 24,8%). Средний возраст населения России устойчиво увеличивается, причем население регионов страны, городов и сельской местности стареет неравномерно.

3. Детские заболевания. Постоянно отмечающееся понижение здоровья женщин напрямую отражается на здоровье потомства. Из общего числа новорожденных только 20% можно считать здоровыми, 35,8% детей родились больными, 44,2% составили группу риска.



Исследования показывают, что в целом молодое поколение обладает худшим потенциалом как физического, так и психологического здоровья. Больные матери рожают больных детей, а больное поколение не восстанавливает свой потенциал здоровья. Ежегодно около 40 000 родившихся детей имеют врожденные пороки развития.

В настоящее время процент здоровых детей среди школьников младших классов составляет 10–12%, средних –

8%, а в старших – всего 5%. Более чем у 50% детей в возрасте от 9 лет и более чем у 60% старшеклассников диагностируются хронические заболевания, многие из которых в дальнейшем могут привести к инвалидизации. (Данные пресс-конференции «Будущее в руках перинатологов» 5 апреля 2000г.). Каждые 9 из 10 выпускников школ больны хроническими заболеваниями, а 2/3 окончивших высшие учебные заведения имеют еще больший «букет» заболеваний. Ежегодно около 1 млн. человек признаются инвалидами, а общая численность детей-инвалидов превысила 617 тысяч. Таким образом, в активный трудоспособный и репродуктивный период сейчас вступает больное поколение. Это страшный симптом начала вырождения нации.

4. Пагубные зависимости. В настоящее время общая численность выявленных наркоманов официально оценивается в 6 млн. человек, а в ближайшие годы она может превысить 10 млн.! При этом уровень заболеваемости наркоманией среди молодежи в 2,5 раза выше, чем у взрослых. Число смертей от употребления наркотиков в сравнении с 1980-ми гг. в целом увеличилось в 12 раз, а среди несовершеннолетних – в 42 раза! Средняя продолжительность жизни наркоманов составляет 10–15 лет. На здоровье молодежи также пагубно влияет алкоголь.



5. Заболевания. Появление негативных тенденций в демографическом развитии России характеризуются ростом заболеваемости населения:

- Сердечно-сосудистые заболевания повсеместно в развитых странах занимают среди причин смерти первое место. Однако в России смертность от этого важнейшего класса причин намного выше, чем в других странах Запада и, что особенно тревожно, увеличивается на протяжении последних 25 лет, тогда как в этих странах происходит ее непрерывное сокращение.

Непрерывный рост сердечно-сосудистых заболеваний наблюдался вплоть до 1985 г., когда появились признаки перелома тенденции. Однако в 1992-1993 гг. новое увеличение смертности от этих заболеваний свело на нет достигнутый успех.



- Болезни сосудов головного мозга вторая основная группа сердечно-сосудистых заболеваний. Смертность от этих болезней непрерывно росла в России на протяжении последних 30 лет. В 1992 г. стандартизованный коэффициент смертности в России был в 5-6 раз выше, чем, например, во Франции.

- Онкологические причины смертности, рак, занимают второе место по численности после сердечно-сосудистых заболеваний, в общей статистике смертности на них приходится 14,5%. Смертность от рака не меняется быстро - болезнь развивается постепенно, лечится также годами. В целом же смертность от онкозаболеваний мужчин на 20% выше, чем смертность от рака у женщин. Мужская смертность от рака повышалась с 1965 года вплоть до 1995 года, более чем в полтора раза; у женщин рост за этот период составил около 20%. В дальнейшие полтора десятилетия смертность от рака у мужчин незначительно снижалась, у женщин оставалась на одном уровне и в целом мало изменялась за последние два десятилетия. Очевидно, несмотря на периодические оптимистические прогнозы медиков, смертность от рака будет оставаться на этом уровне еще долгое время.

- Инфекционные болезни. Под этим общим названием скрывается ряд причин смертности, численность которых в общей статистике относительно невелика – 21 тысяча смертей на 100 тыс. населения в 2010 году. Очевидно, что здесь любые положительные сдвиги мало уменьшат статистику смертности. Однако структура этой смертности вызывает особую тревогу специалистов. Общая динамика здесь такова: с 1965 г. по 1990 г. численность смертей от инфекционных и некоторых паразитарных болезней уменьшилась с 27 тыс. на 100 тыс. населения до 14 тыс. – почти вдвое. Затем она снова начала расти до нынешнего уровня в 24 тыс. на 100 тыс. населения.

Большинство этих болезней не стихийного или привнесенного происхождения, они носят социальный характер.

Прежде всего, это *туберкулез*. Его распространенность и смертность от него беспрецедентна для развитых стран и составляет 15 тыс. на 100 тыс. населения, или 22 тыс. смертей в год. Уровень заболеваемости достиг эпидемического, а смертность за последние 5 лет возросла на 90%. В настоящее время зарегистрировано более 2,3 млн. больных туберкулезом.

Проблема *ВИЧ-СПИД*. Согласно данным официальной статистики, на уровень смертности это заболевание пока существенно не влияет. Благодаря успехам медицины лишь небольшая часть инфицированных ВИЧ переходит в стадию СПИД, и среди них смертность значительно снижена. Смертность от СПИДа составляет около 2 тыс. в год. Однако серьезность заболевания, которое, по оценкам ВОЗ, уже превысила порог эпидемии в 1%, а по некоторым оценкам, достигает 1,5% населения, трудно переоценить. По прогнозам, к 2020 году от СПИДа будут умирать 250 тыс. человек ежегодно.

В обществе практически отсутствует информация и публичное обсуждение *инфекций, передающихся половым путем* - ИППП, и, прежде всего, сифилиса. За полвека

распространенность болезни колебалась, однако эпидемический бросок произошел в тот же период реформ – в 1992-1998 гг., когда ежегодный рост составлял 50-100%, достигнув в 1998 году уровня в 226 на 100 тысяч жителей. Факторами, способствовавшими росту распространенности сифилиса, специалистами считаются отсутствие системы гигиенического воспитания молодежи и обучения населения основам безопасных сексуальных отношений, рост безработицы, проституции, наркомании и миграция населения. От сифилиса редко умирают, и борьба с ним статистику смертности не исправит, но распространение сифилиса, безусловно, является серьезной демографической проблемой, не говоря уже о том, что это заболевание часто приводит к бесплодию у женщин.



Смертность по основным классам причин смерти на 100 тыс. жителей, 1960–2010 гг.

Причина смерти	1960 г.	1970 г.	1980 г.	1990 г.	2000 г.	2010 г.
Болезни системы кровообращения	260,7	412,3	579,5	617,4	849,4	762,6
Несчастные случаи, отравления и травмы	85,5	125,4	165,0	133,7	219,9	133,6
Новообразования	138,4	147,3	163,5	194,0	205,5	202,4
Болезни органов дыхания	74,4	87,2	92,1	59,3	70,5	52,7
Болезни органов пищеварения	30,5	23,2	30,0	28,7	44,6	60,8
Инфекционные и паразитарные болезни	52,2	24,0	20,6	12,1	25,0	23,2
Другие причины	97,3	48,2	48,8	71,5	120,2	131,5

Суть современного российского демографического кризиса заключается в следующем: в 1990-ые годы значительно и быстро снизилась рождаемость (общий коэффициент рождаемости составил в 2000 г. 8,7 % против 14,6 % в 1989 г., суммарный коэффициент рождаемости сократился за это время с 2,01 до 1,2 ребенка на одну женщину. В результате снижения рождаемости наблюдается нарастающее старение населения (доля населения старше трудоспособного возраста увеличилась с 18,5 % в 1989 г. до 20,3 % в 2005 г.), в 1999 г. численность пожилых граждан впервые превысила численность детей; резко возросла смертность, особенно среди мужского трудоспособного населения (общий коэффициент смертности составил в 2000 г. 15,3% против 10,7 % в 1989 г.); сократилась средняя ожидаемая продолжительность предстоящей жизни (с 69,9 лет до 65,3 лет для обоих полов, с 64,8 лет до 59 лет для мужчин, с 74,5 лет до 72,2 лет для женщин). Ежегодно преждевременно умирает около 450 тысяч мужчин трудоспособного возраста.

По предварительной оценке, численность постоянного населения Российской Федерации на 1 января 2012г. составила 143,0 млн. человек и за 2013 год увеличилась на 188,9 тыс. человек, или на 0,1% (на соответствующую дату 2012 года наблюдалось сокращение численности населения на 48,3 тыс. человек, или на 0,03%).

Наша страна оказалась в условиях особой демографической ситуации, для обозначения которой наиболее полно подходит термин *демографический кризис* – это сокращение численности населения, обусловленное, прежде всего, его естественной убылью, то есть процессом депопуляции, и его качественные негативные изменения (духовные, психологические и психические).



Социально-значимые направления формирования здорового образа жизни

Старение населения, как и наступление старости у отдельного человека, сопровождается ростом зависимости пожилых людей от экономически и социально активного населения. В связи с этим актуальным остается развитие сети учреждений по оказанию социальных услуг. В стационарных учреждениях социального обслуживания пожилых людей требуется создание более комфортных условий проживания, организация качественной медико-социальной помощи и реабилитации, предоставление услуг социокультурной направленности,



способствующих поддержанию интереса к жизни и укреплению социальных связей.

Президент России В.В.Путин вновь обратил внимание на последствия кризиса. Пока еще не прошел эффект от демографического кризиса, наблюдавшегося в 90-х годах, но уже ждет новая волна, последствия которой будут

ощутимы в экономической, социальной сфере, а также в промышленности. Со слов Президента, охрана материнства является основным направлением в социальной политике. При этом огромная роль отведена перинатальной медицине.

В России рождается около двух млн. детей каждый год, удается спасти до 80 процентов детей, которые нуждаются в медицинской помощи в первые часы своей жизни. 2013 год характеризуется переходом на другую систему регистрации младенцев, которая была рекомендована ВОЗ. В связи с этим, планируется выхаживание детей с низкой массой тела.

Возможно ли улучшить демографическую ситуацию в России, переломить негативные тенденции демографического развития? По мнению ведущих российских ученых, несмотря на высокую инерционность демографических процессов, пока это вполне выполнимая задача.

Для ее решения требуются немедленная консолидация сил государства и общества, осознание руководителями страны и ее регионов, обществом в целом всей пагубности для будущего России сохранения негативных тенденций в современных демографических процессах, понимание необходимости, не откладывая «на потом» решительных действий для повышения рождаемости и воспитания детей. Например, через признание государством и обществом главной и оплачиваемой сферой жизнедеятельности труд женщины по рождению и воспитанию ребенка.

Свободное распространение информации по состоянию и проблемам демографического кризиса России в настоящее время является крайне актуальным, особенно в медицине, где своевременный доступ к новой информации может спасти или улучшить чью-то жизнь. Мировые сообщества, как на глобальном, так и на региональных уровнях достаточно давно сформулировали и закрепили в соответствующих актах, основные принципы обеспечения права на свободное распространение информации.



Снижение смертности и укрепление здоровья населения возможны через пропаганду здорового образа жизни, улучшение системы здравоохранения и социальных условий, активной государственной миграционной политики по привлечению соотечественников и квалифицированных мигрантов в Россию. Главным должен стать тезис: «лучше быть здоровым, образованным и богатым, чем больным, неграмотным и бедным». Как отмечали древние мудрецы, «в обществе, в котором нет здоровья, не будет ни науки, ни искусства, и даже богатство становится совершенно бессмысленным». Говоря о здоровье населения, нельзя забывать, что оно есть не только физическое состояние человека, но и его духовное, психическое и психологическое состояние. И в укреплении последних особенно значимой может стать роль государства, церкви и других социальных институтов.

Практика формирования здорового образа жизни на примере деятельности РООИ «Здоровье человека»

Могут ли решить затронутые глобальные проблемы демографического кризиса в России только негосударственные учреждения – общественные объединения инвалидов,

некоммерческие и общественные благотворительные организации? Вряд ли. Поэтому наша Региональная общественная организация инвалидов (РООИ) «Здоровье человека» со дня своего основания (1996 г.) работает в тесном взаимодействии и сотрудничестве с государственными структурами: Министерством здравоохранения России, Комиссиями Государственной Думы и Федерального Собрания, органами социальной защиты населения Правительства Москвы, Комитетом общественных связей города Москвы, муниципальными образованиями нашего города. Помощь государству в развитии здорового образа жизни – основной принцип работы РООИ «Здоровье человека». Наши благотворительные программы утверждены Постановлением Правительства Москвы от 03 ноября 2009 года №1191-ПП «О комплексе мер по обеспечению государственной поддержки развития просветительской деятельности в городе Москве на 2009-2012г.г.» и входят в государственную программу "Социальная поддержка жителей города Москвы на 2012-2016 годы».

Высококвалифицированными медицинскими и социальными специалистами РООИ «Здоровье человека» в сотрудничестве с представителями Министерств и Ведомств разработаны благотворительные социально-ориентированные Программы: «Рациональная фармакотерапия социально-значимых, орфанных и инвалидизирующих заболеваний», «Репродуктивное здоровье нации», информационно-образовательная программа по профилактике, диагностике и лечению социально-значимых заболеваний и по поддержке здорового образа жизни «Школа здоровья». «Школа здоровья» предназначена: для инвалидов и людей пожилого возраста; для медицинских и фармацевтических специалистов; для социальных работников и специалистов по уходу за инвалидами; для экспертных проектов. И везде, во всех аудиториях мы стараемся вести честную просветительскую работу, направленную на снижение инвалидизации населения России.



Особое внимание мы уделяем научной деятельности, для чего в рамках нашей Организации создан Институт инновационного развития и экспертизы в здравоохранении. Сотрудники Института участвуют в клинических и наблюдательных исследованиях продукции ведущих отечественных и зарубежных фармацевтических компаний. Мы, как общественная организация, осуществляем общественный мониторинг безопасности лекарственных средств.

Для медицинских и фармацевтических работников мы разработали и проводим по всей России большую образовательную программу. Ведущие специалисты, «светила» современной медицинской науки выезжают в регионы России для чтения лекций, проводят с местными врачами разбор клинических случаев, обсуждают новые методики лечения,



диагностики и реабилитации пациентов. В настоящее время проводятся занятия по программам дополнительного постдипломного образования по различным нозологиям и фармакоэкономике.

РООИ «Здоровье человека» организует для медицинских и фармацевтических специалистов ознакомительные посещения иностранных клиник для обмена опытом и проведения мастер-классов, отправляет российских ведущих специалистов с научными докладами на международные конференции. Нами создана Служба медицинского консультирования в 43-х регионах России по орфанным заболеваниям, в частности, по рассеянному склерозу, онкологическим заболеваниям, заболеваниям крови, сердечно-сосудистым заболеваниям.

В рамках Программы «Школа здоровья» для инвалидов и людей пожилого возраста постоянно действуют просветительские Школы по ранней диагностике и выявлению заболеваний, характерных для лиц пожилого возраста – остеопороза, когнитивных нарушений памяти, заболеваний желудочно-кишечного тракта, астмы и других патологий органов дыхания, атеросклероза, урологических заболеваний.



В составе программы: лекции, обучение слушателей комплексу лечебных упражнений, консультации, ответы на вопросы, раздача информационного материала по вопросам профилактики и лечения, а также бесплатный прием врача для инвалидов. Лекционные занятия проводятся, как правило, в Центрах социального обслуживания населения города Москвы и в ветеранских организациях.

Для социальных работников и специалистов по уходу за инвалидами у нас разработана специальная просветительская программа

«Школа общего ухода за тяжелобольными людьми и инвалидами».

В структуре РООИ «Здоровье человека» действует многопрофильное медицинское учреждение – Медицинский Центр «Здоровье человека», состоящее из двух подразделений: Детский Консультативно-Диагностический Медицинский Центр (ДКДМЦ) «Здоровье человека» и Клиника «Здоровье человека». Успешно функционирует Центр остеопороза. Медицинская помощь и необходимые медицинские услуги для инвалидов разных возрастов наши специалисты оказывают бесплатно. В медицинских учреждениях РООИ «Здоровье человека» проводятся не только медицинские программы, но и благотворительные программы психолого-педагогической направленности, коррекционной педагогики и социальной поддержки детей-инвалидов. В наших клиниках мы стараемся применять самые актуальные и современные методики лечения и реабилитации, направленные на снижение инвалидизации населения.



В плане пропаганды здорового образа жизни хорошо зарекомендовала себя издательская программа РООИ «Здоровье человека». Мы издаем общественно-популярный журнал «Здоровье человека», который вы сейчас держите в руках. Также регулярно выпускаются

информационно-методические пособия для инвалидов, пожилых людей, брошюры для родителей и научные издания для врачей. Все наши издания бесплатно раздаются на занятиях «Школ здоровья» и других обучающих программ, в пациентских организациях и на конференциях врачей.

Мы уверены, что наши усилия по пропаганде здорового образа жизни и свободному распространению информации по вопросам социально-значимых заболеваний рано или поздно принесут свои плоды. Мы считаем, что в сотрудничестве с органами законодательной и исполнительной государственной власти общественные объединения граждан могут внести свой вклад в решение демографических проблем России. Хотя бы уже потому, что такие организации находятся в самом тесном взаимодействии с жителями, действуют в самой «гуще народа», спокойно разговаривают со стариками и инвалидами, помогают родителям в общении с детьми, несут в массы актуальную и так нужную всем информацию. Мы готовы к сотрудничеству с любыми прогрессивными организациями в области сохранения здоровья населения и поддержки здорового образа жизни. **Вместе мы сильнее.**