



## III Летняя молодежная школа социальных наук академика РАН М.К. Горшкова

# Здоровьесберегающее поведение населения как резерв демографического развития

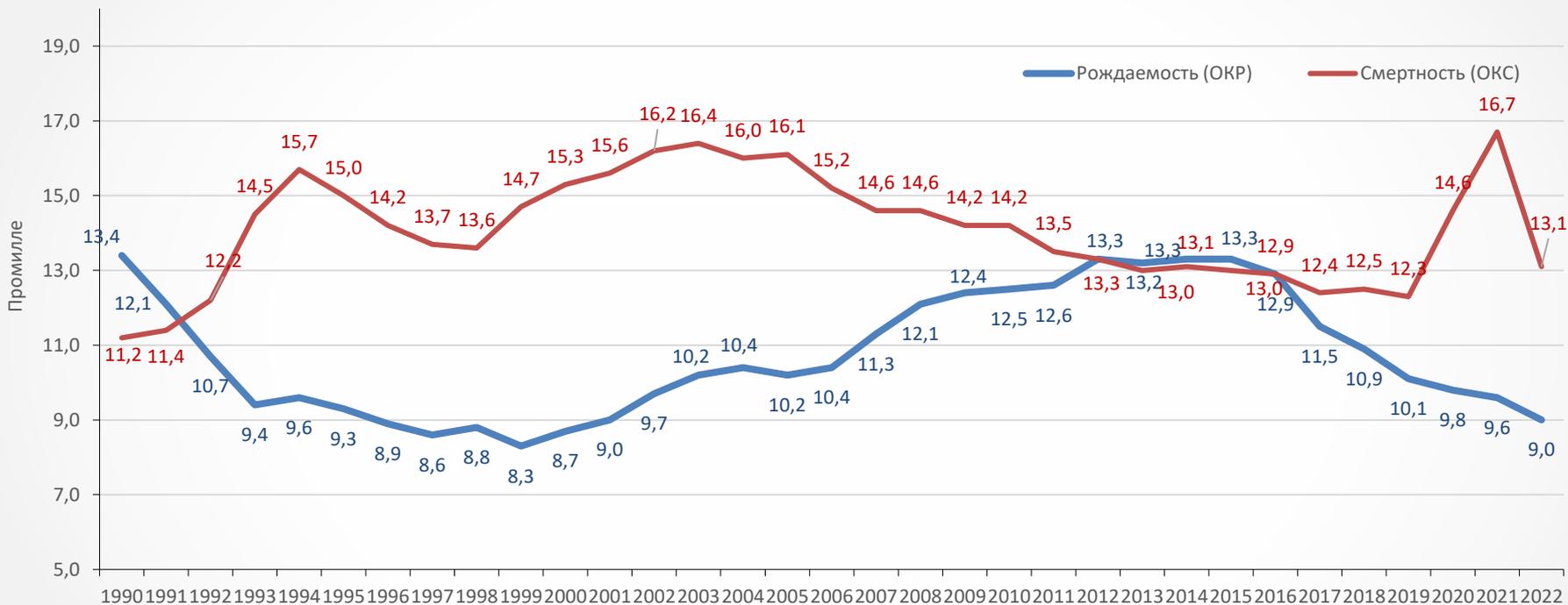
Александра Анатольевна Шабунова

Доктор экономических наук  
и.о. директор Вологодского научного центра  
Российской академии наук  
(ВолНЦ РАН)



Вологда - Лайтури,  
5-7 июля 2023 г.

## Общие коэффициенты рождаемости и смертности в России в 1990–2022 гг. (на 1 тыс. чел. населения)



В 2022 г. смертность населения снизилась до уровня 2016 г.

## Численность женщин в репродуктивном возрасте и доля в ней когорт активного репродуктивного возраста



## Доля молодежи в численности населения России, %





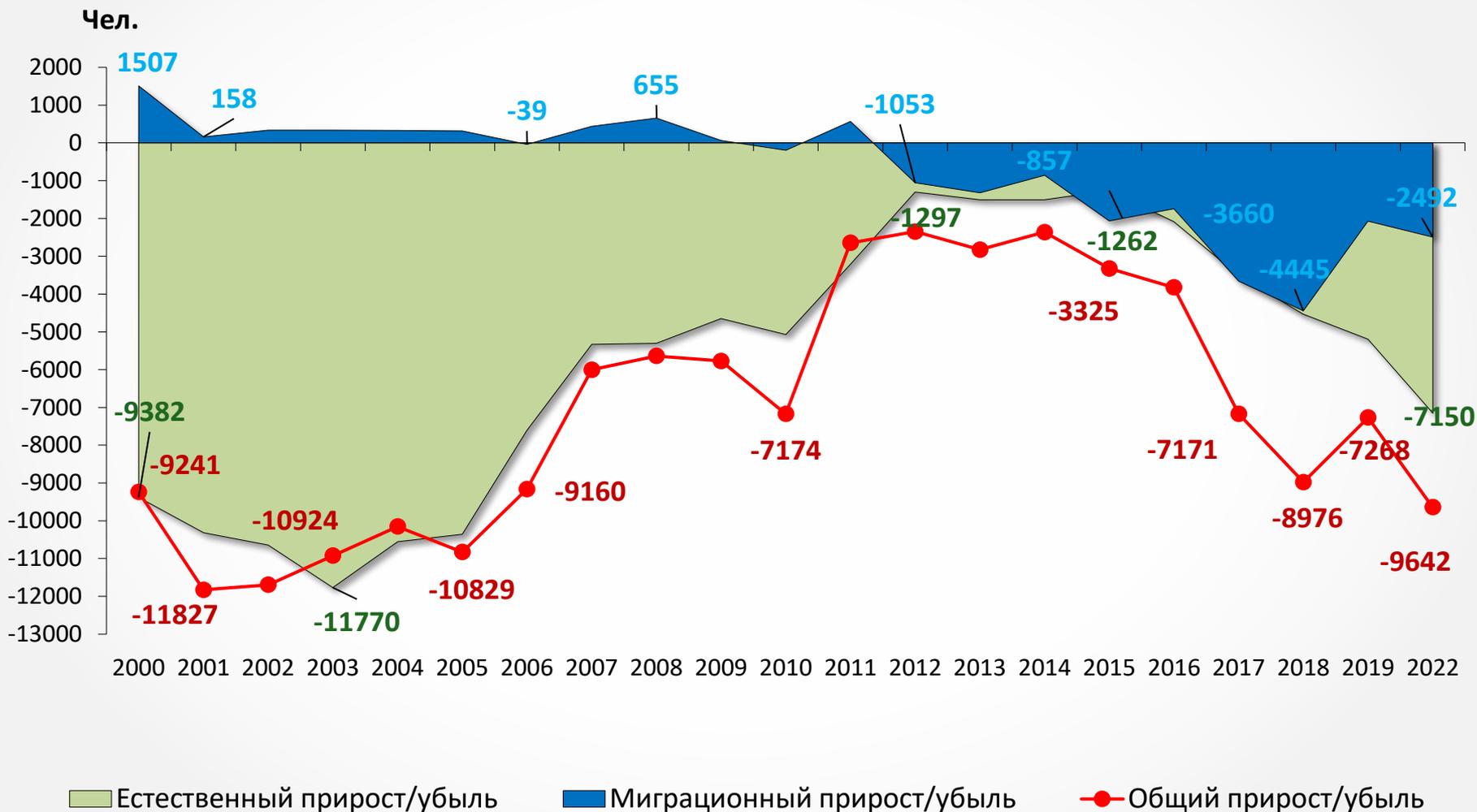
## Число малонаселенных (до 10 чел.) и без населения сельских населенных пунктов Европейского Севера России

Территория	Число сельских населенных пунктов обезлюдненных и с населением менее 10 чел., ед.				Доля сельских населенных пунктов обезлюдненных и с населением менее 10 чел. в их общем числе, %			
	2002	2010	2020	2020 к 2002, %	2002	2010	2020	2020 к 2002, +/-
<b>РФ</b>	<b>47089</b>	<b>55641</b>	<b>59982</b>	<b>127,4</b>	<b>30,3</b>	<b>36,3</b>	<b>39,2</b>	<b>+8,8</b>
<b>ЕСР, в т.ч.:</b>	<b>6960</b>	<b>8116</b>	<b>8614</b>	<b>123,8</b>	<b>51,0</b>	<b>59,7</b>	<b>64,0</b>	<b>+12,9</b>
Республика Карелия	268	312	362	135,1	34,6	40,2	44,1	+9,5
Республика Коми	103	134	189	<b>в 1,8 раза</b>	14,1	18,6	26,3	+12,2
Архангельская обл. (без Ненецкого авт. округа)	1874	2274	2552	136,2	47,9	57,9	<b>65,0</b>	<b>+17,1</b>
Ненецкий авт. округ	3	3	4	133,3	7,0	7,3	9,8	+2,8
Вологодская область	4671	5359	5473	117,2	58,1	66,9	<b>69,8</b>	<b>+11,7</b>
Мурманская область	41	34	34	82,9	30,4	30,4	31,2	<b>+0,8</b>

Источник: Итоги Всероссийских переписей населения за 2002, 2010, 2020 годы. URL:  
<http://www.perepis2002.ru/index.html?id=31>;  
[https://gks.ru/free\\_doc/new\\_site/perepis2010/croc/perepis\\_itogi1612.htm](https://gks.ru/free_doc/new_site/perepis2010/croc/perepis_itogi1612.htm); [https://rosstat.gov.ru/vpn\\_popul](https://rosstat.gov.ru/vpn_popul)

В 2002-2020 гг. **доля «умирающих» сел и деревень** Европейского Севера России (обезлюдненных и с численностью населения менее 10 чел.) **возросла с 51,0 до 64,0%.**

## Компоненты изменения численности населения Вологодской области в 2000–2022 гг.



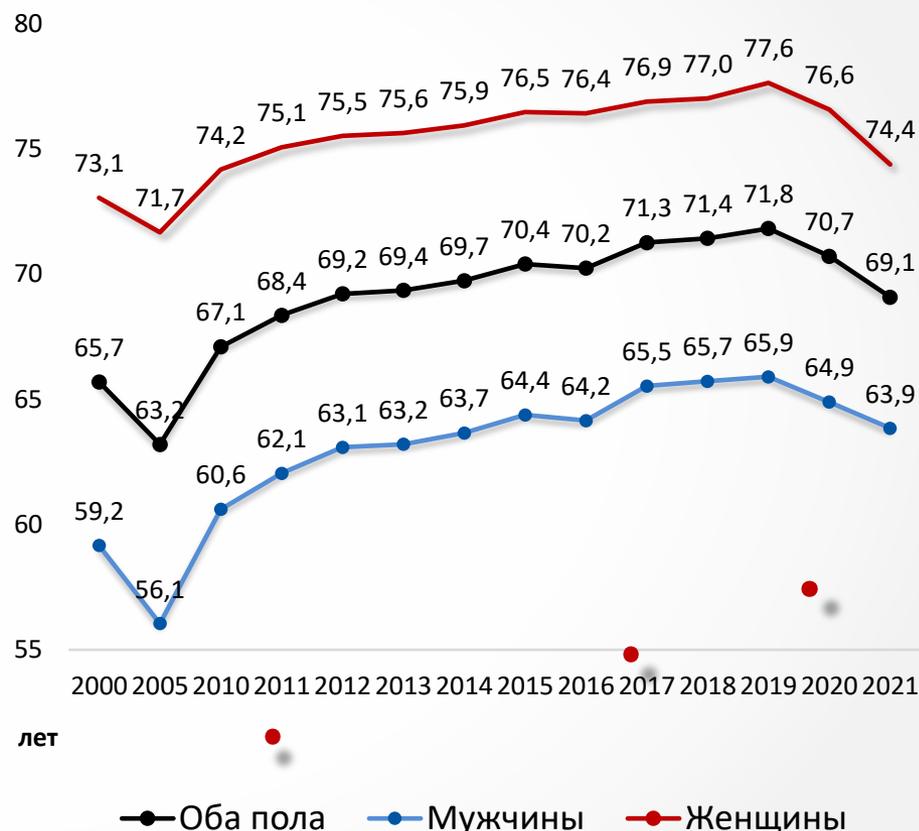
## Вклад мужского и женского населения Вологодской области в общую смертность в общую смертность

от основных классов причин смерти, 2021 год  
(в % от общего числа умерших)



Источник: рассчитано по данным Вологдастата.

## Ожидаемая продолжительность жизни населения Вологодской области в 2000–2021 гг., по полу (лет)



Источник: Единая межведомственная информационно-статистическая система // Федеральная служба государственной статистики. URL: <https://fedstat.ru/>

## Национальный проект Демография

### ЦЕЛИ И ЦЕЛЕВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ:

1. Увеличение ожидаемой продолжительности жизни **до 68 лет.**
2. Увеличение ожидаемой продолжительности здоровой жизни **до 67 лет.**
3. Увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни.
4. Увеличение **до 55%** доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

Число лиц, которым рекомендованы **индивидуальные планы** по здоровому образу жизни в центрах здоровья (Паспорта здоровья).

**5,5 млн. чел.**  
**к 2024 г.**

Обращаемость в медицинские организации по вопросам здорового образа жизни

**2 997 тыс. чел.**  
**к 2024 г.**

Примут участие в корпоративных программах, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников в 85 субъектах РФ.

**33,2 млн. чел.**  
**к 2022 г.**





## Целевые (на 2019 год) и фактические показатели национального проекта «Демография»

Наименование показателя	Целевое и фактическое значение показателя	Период, год					
		2017 (базовое значение)	2018	2019	2020	2021	2022
Ожидаемая продолжительность здоровой жизни (лет)	Целевой	64,01	64,5	65	65,5	66	66,4
	Фактический	н/д	н/д	60,3	58,9	59,4	59,8
Смертность населения старше трудоспособного возраста (число умерших на 1000 человек населения соответствующего возраста)	Целевой	38,1	37,9	37,6	37,3	37,0	36,7
	Фактический	н/д	37,7	36,7	44,1	51,0	н/д
Суммарный коэффициент рождаемости (до 1,7 детей на 1 женщину)	Целевой	1,62	1,6	1,63	1,65	1,66	1,68
	Фактический	1,62	1,58	1,5	1,51	1,5	1,4
Обращаемость в медицинские организации по вопросам здорового образа жизни (тысяч человек)	Целевой	1676	1718	1861	2005	2248	2491
	Фактический	н/д	382,8	2954,1	1545,5	2411,6	н/д
Число лиц, которым рекомендованы индивидуальные планы по здоровому образу жизни (паспорта здоровья), в центрах здоровья (млн. человек)	Целевой	4	4	4,2	4,4	4,7	5
	Фактический	н/д	н/д	н/д	н/д	3,0	3,3
Доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, %	Целевой	36,8	37,6	40,3	42,6	45,2	48,0
	Фактически	36,8	н/д	н/д	45,4	49,4	52,9
н/д - нет данных							
Источник: данные Федеральной службы государственной статистики.							

## Исследования ВолНЦ РАН в области демографии

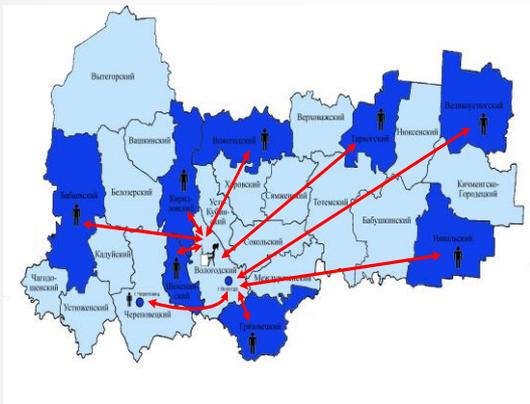
- ✓ Мониторинговое изучение демографического поведения населения (регулярные опросы по вопросам репродуктивного, брачного, самосохранительного поведения, физического, психического, социального здоровья).

- ✓ Уникальный когортный медико-социальный мониторинг «Изучение условий формирования здорового поколения» проводится ежегодно с 1995 года.

Выборка опросов – 1500 человек из Вологды, Череповца и 8 муниципальных районов области

- ✓ Сформированная научная школа «Проблемы социально-демографического развития территорий» (руководитель – д.э.н. А.А. Шабунова)

- ✓ Развитие методов исследования, обмен опытом и коллаборации с ведущими российскими демографами, научными группами



## Методические аспекты исследования

### Мониторинг физического здоровья населения Вологодской области



#### Метод исследования:

анкетирование по месту жительства респондентов



#### География:

2 крупных города: Вологда, Череповец

8 муницип.округах: Бабаевский, Великоустюгский, Вожегодский, Грязовецкий, Кирилловский, Никольский, Тарногский и Шекснинский районы.



#### Выборка :

N = 1500 жителей Вологодской области старше 18 лет

Ошибка выборки не превышает 3%.

Репрезентативность выборки обеспечивается соблюдением пропорций между городским и сельским населением; пропорций между жителями населенных пунктов различных типов (сельские населенные пункты, малые и средние города); половозрастной структуры взрослого населения области.

# Ценность здоровья и здоровьесбережение

Что для Вас является главной ценностью?



*“Все говорят, что здоровье дороже всего; но никто этого не соблюдает.”*  
**Козьма Прутков**

## «Кого Вы считаете ответственным за Ваше здоровье?»\*

(в % от числа ответивших), 2002, 2018 и 2020 гг.

Считаю себя ответственным за свое здоровье

Медицинских работников

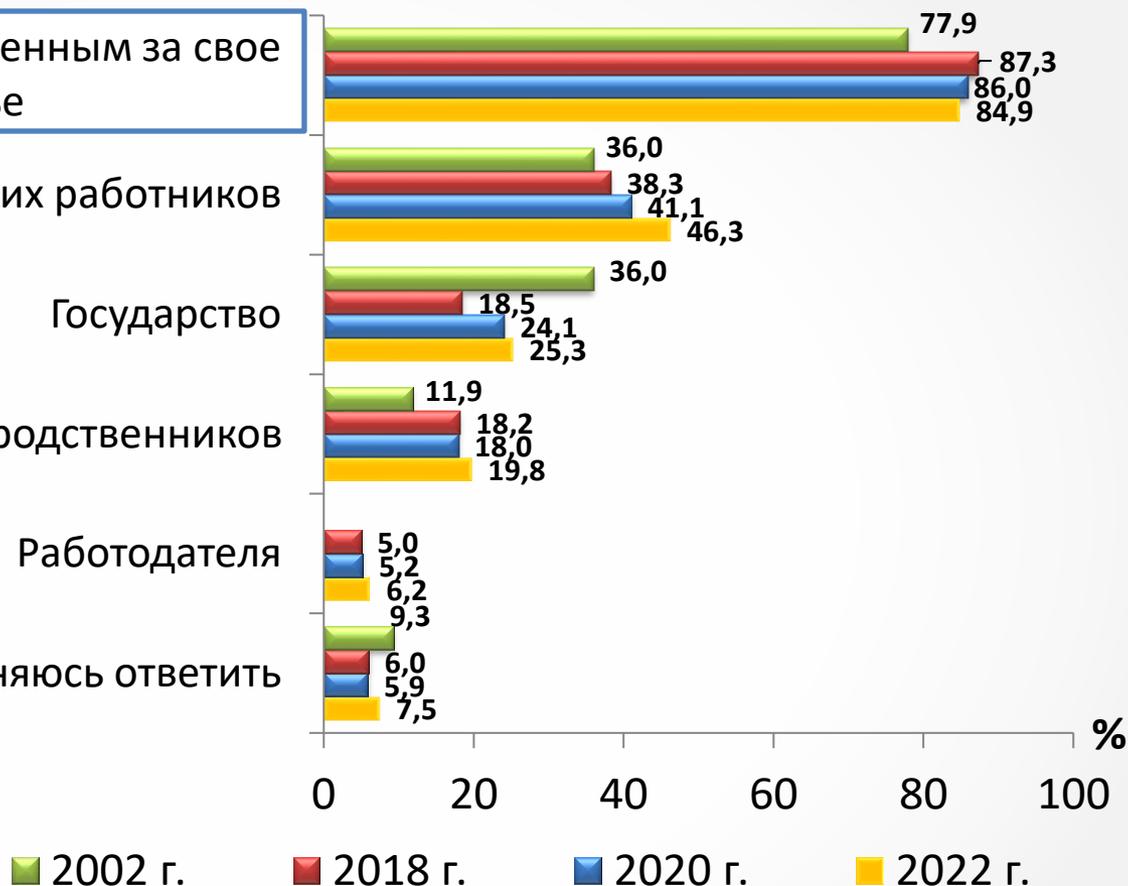
Государство

Семью, родственников

Работодателя

Затрудняюсь ответить

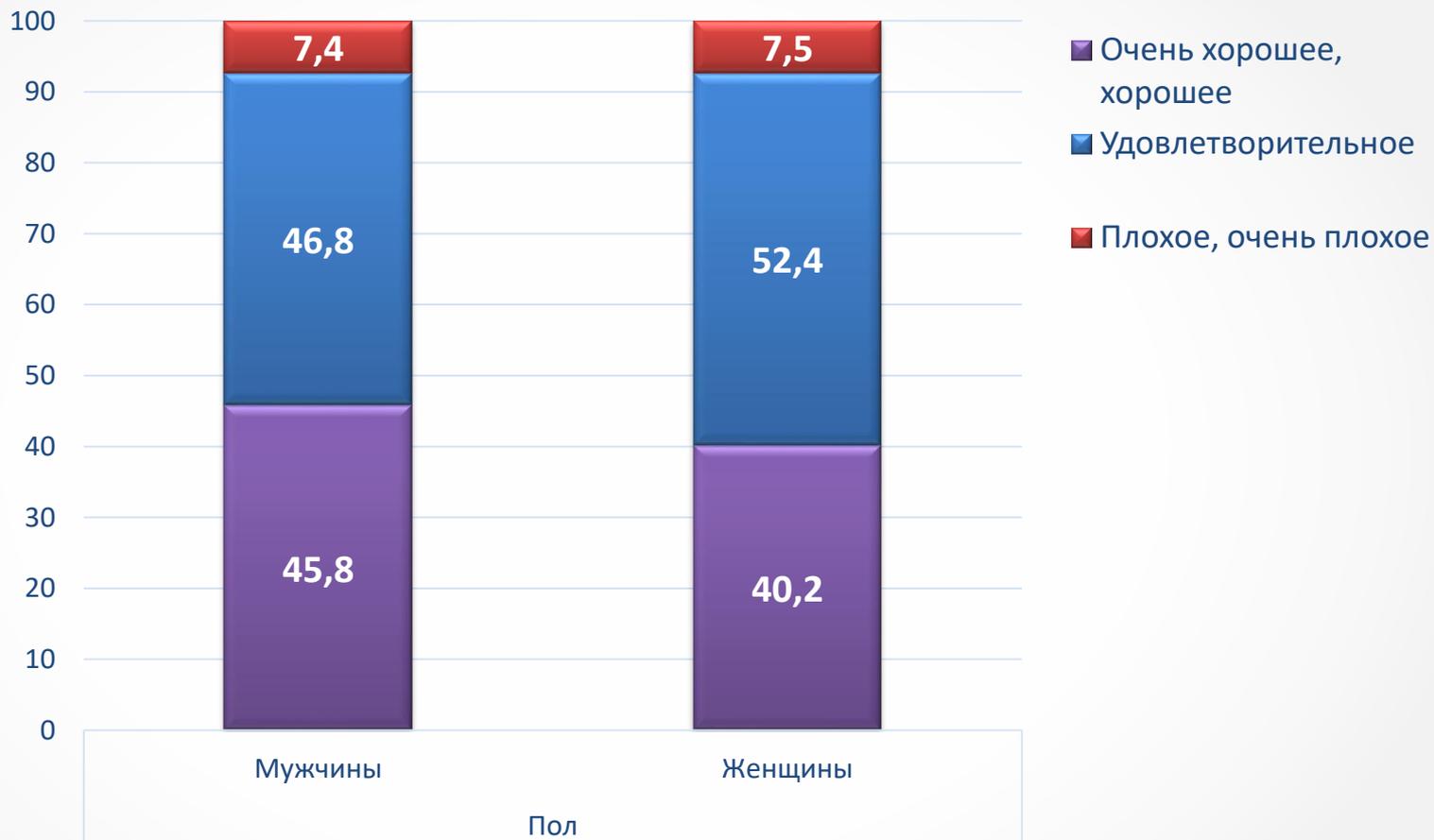
Выборочное обследование поведенческих факторов здоровья Росстата показало, что **83% россиян** считают себя ответственными за здоровье.



\*Вопрос подразумевал выбор нескольких (не более 3-х) вариантов ответа, поэтому сумма ответов не равна 100%.  
Источники: данные мониторинга физического здоровья населения Вологодской области, 2002 и 2018 гг., № 1500

**И.В. Журавлева:** «сегодня можно говорить о существовании двух типов ответственности за здоровье. Первый ориентирован, прежде всего, на усилия самого человека при заботе о здоровье, второй – преимущественно на условия жизни, когда усилиям человека отводится второстепенная роль».

## Самооценка здоровья



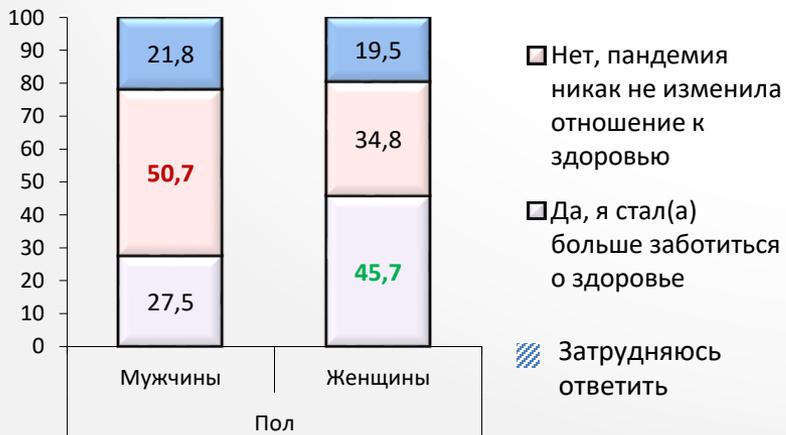
**85% мужчин отрицают наличие хронических заболеваний**

Источник: мониторинг физического здоровья населения Вологодской области, 2022.

## Распределение ответов на вопрос: «Что побуждает Вас заботиться о своём здоровье?», 2022 г. (в % от числа ответивших)



### Влияние пандемии на отношение к здоровью



- Мотивация заботы о здоровье у мужчин заметно менее интенсивна.
- Доля мужчин, не заботящихся о здоровье в 2 раза выше, чем среди женщин.
- Риски пандемии мотивировали больше заботиться о здоровье заметно меньшую долю мужчин (в сравнении с женщинами).



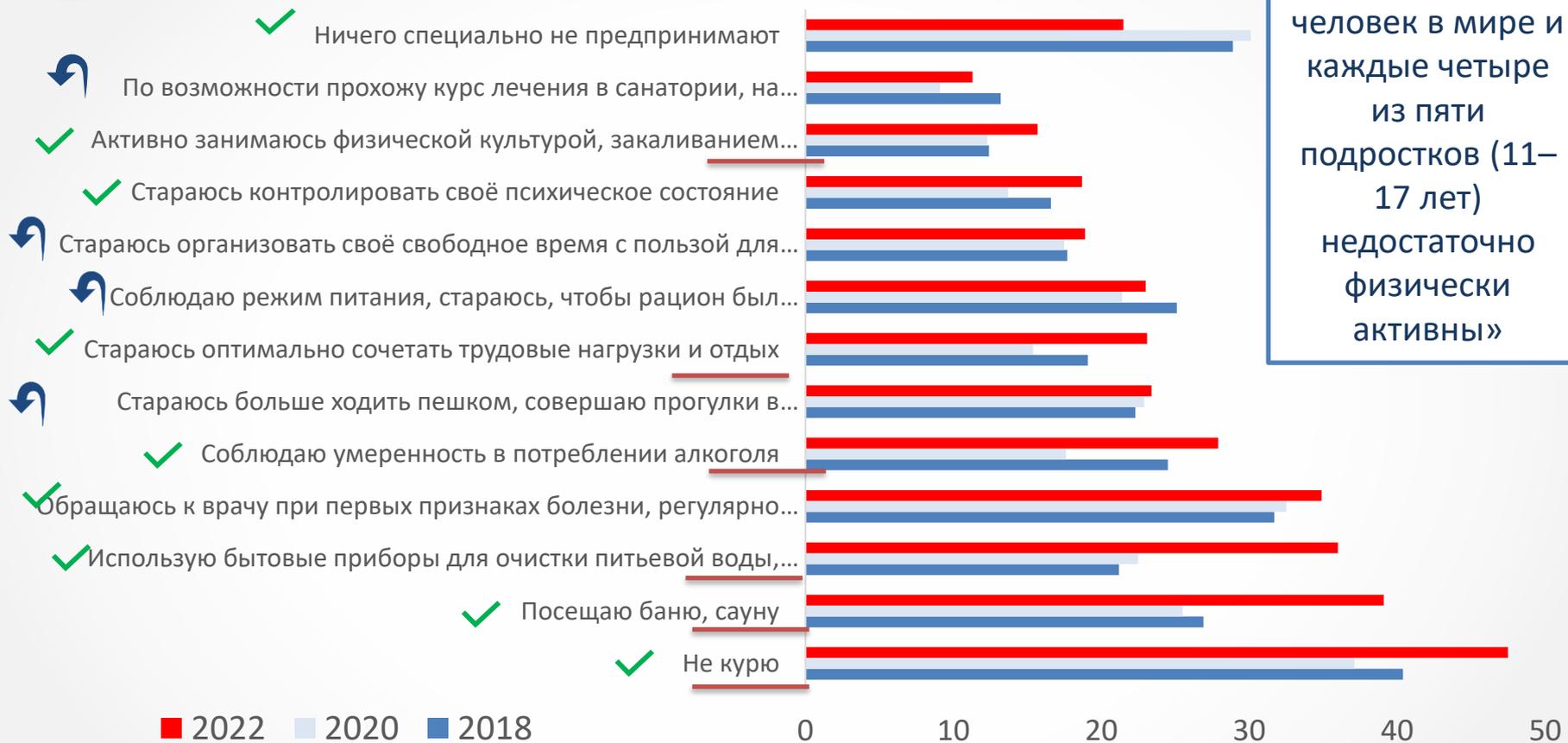
## Направления здоровьесберегающих воздействий:

- 1) стимулирование и сохранение здоровья, профилактику заболеваний;
- 2) обучение здоровому и правильному образу жизни (повышение социально-гигиенической грамотности);
- 3) коррекция самочувствия и здоровья.

**А что Вы делаете  
для сохранения своего здоровья ?**

## Практики заботы о здоровье

По оценке ВОЗ «каждый пятый взрослый человек в мире и каждые четыре из пяти подростков (11–17 лет) недостаточно физически активны»



**Распределение ответов респондентов на вопрос «Что Вы лично предпринимаете для сохранения и укрепления своего здоровья?» (в % от числа ответивших)**

\*вопрос предполагал выбор нескольких вариантов ответа, поэтому сумма их в столбце не равна 100%.  
 Источник: мониторинг физического здоровья населения Вологодской области, 2018 и 2020 гг. (N=1500).

- ✓ Улучшение параметра ССП.
- ↻ Возврат к параметрам допандемийного периода.

## Привычки пищевого поведения

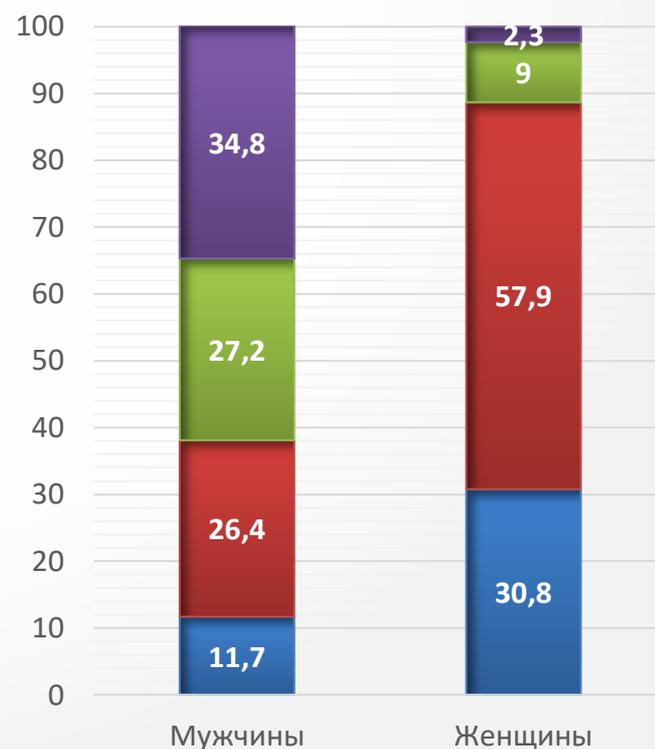
Практики организации питания	Пол	
	Мужчины	Женщины
Слежу за качеством продуктов для питания	<b>35,8</b>	54,6
Стараюсь не переедать	<b>29,0</b>	38,6
Стараюсь следить за количеством потребляемого сахара	<b>20,4</b>	29,2
Не ем «фастфуд», сухарики, чипсы	20,1	25,4
Соблюдаю режим питания, правила приёма пищи (есть не менее 3-х раз в день, есть не спеша, тщательно пережевывать пищу и т.д.)	20,3	24,5
Стараюсь следить за количеством потребляемой соли	<b>16,7</b>	26,3
Стараюсь употреблять больше овощей и фруктов (не менее 400 г в сутки, не считая картофеля)	<b>14,5</b>	22,4
Учитываю соотношение белков, жиров, углеводов в пище	6,9	8,1
Соблюдаю оздоровительную диету	3,0	5,3
Другое	0,0	0,2
Ничего не делаю	<b>38,2</b>	<b>24,5</b>

## Цель обращения к врачу в течение последних 12 месяцев (в % от числа ответивших), 2022 г.

Цель обращения	Пол	
	Мужчины	Женщины
С профилактической целью	20,3	19,5
В период плохого самочувствия, болезни	49,6	<b>55,3</b>
При прохождении профосмотра	19,3	19,2
Не помню	1,9	1,8
Не обращался(ась), т.к. лечился(ась) самостоятельно с помощью лекарств	<b>6,0</b>	3,1
Не обращался(ась), т.к. лечился(ась) нетрадиционными методами (акупунктура, гомеопатия, знахарство и др.)	1,0	1,2
<b>Не обращался(ась), т.к. не болел(а)</b>	<b>26,6</b>	<b>25,2</b>

## Посещение уролога-андролога/гинеколога

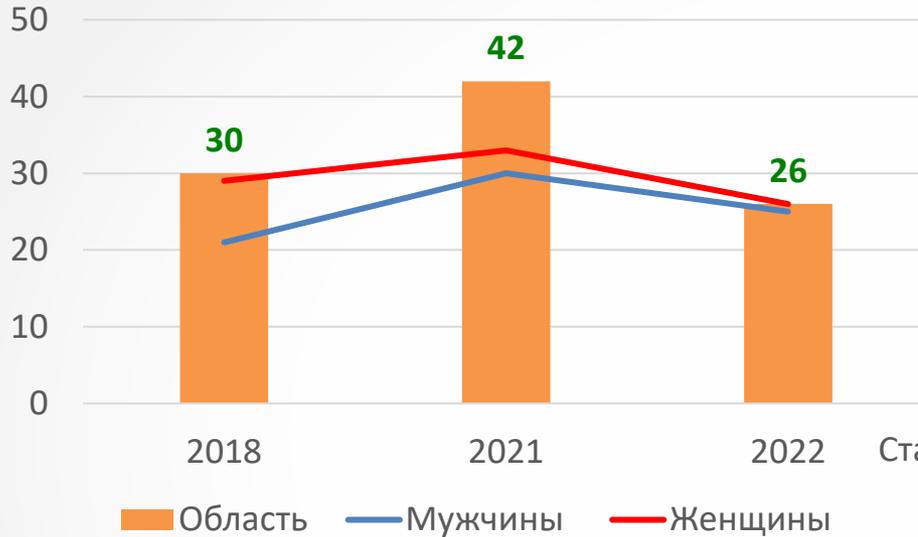
- Никогда не обращался (-лась)
- Редко, менее 3 раз в 5 лет
- Периодически (1 раз в год)
- Регулярно (несколько раз в год)





# Социально-психологическое самочувствие населения

## Наличие стресса\* в жизни (самооценка)



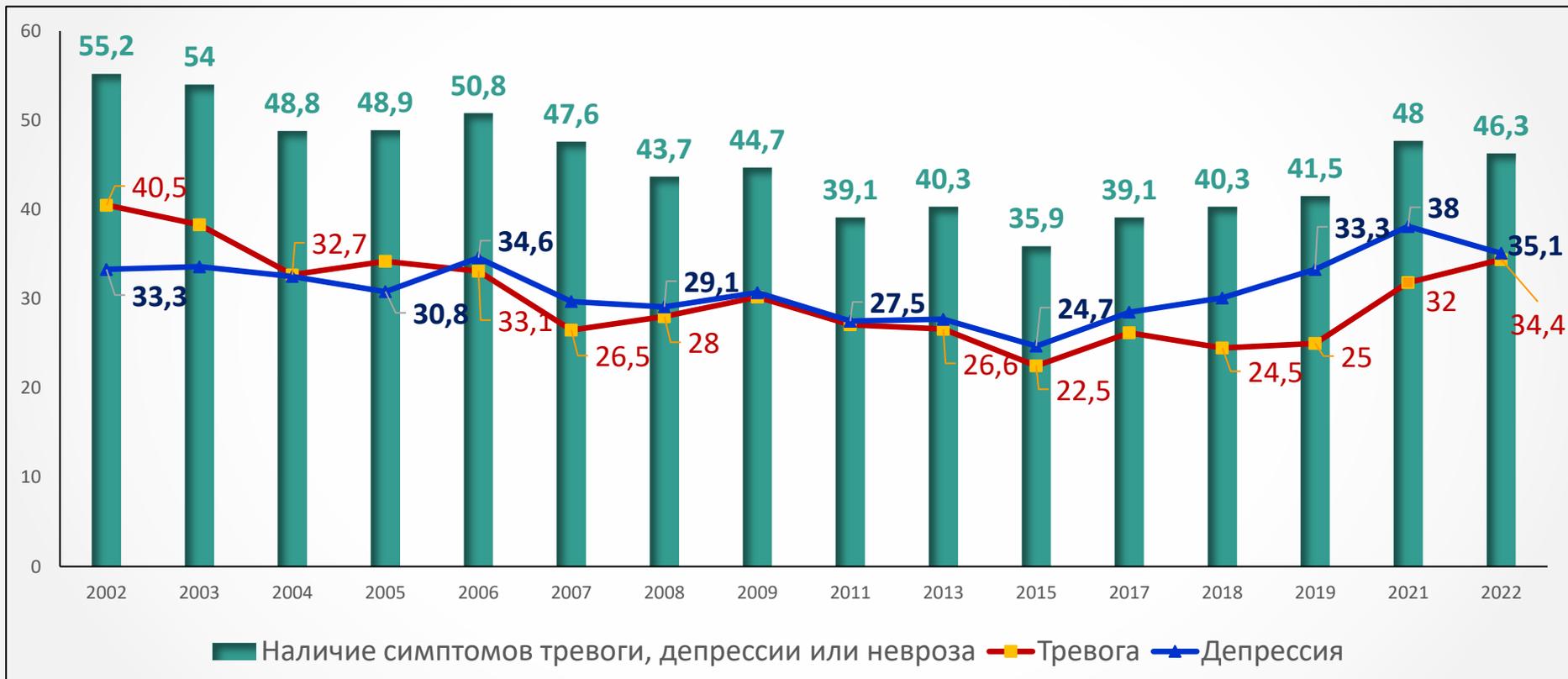
- ✓ В 2021 «пандемийном» году доля испытывающих стресс выросла до 42%.
- ✓ Женщины чаще сталкивались с ситуацией стресса, более остро ее воспринимали.

\* Испытывали стресс несколько раз в месяц и чаще за последний год

- ✓ Замеры 2021 и 2022 гг. демонстрируют изменение поколенческой динамики стресса. В 2018 и г. острее стресс ощущали люди среднего и старшего возрастов, в 2021 и 2022 гг. – население в возрасте 30-55(60) лет.
- ✓ Пожилые люди оказались более стрессоустойчивыми в пандемийный период.



## Динамика распространения среди населения Вологодской области симптомов невротического, тревожного или депрессивного расстройства в период 2002-2022 г. (в %)

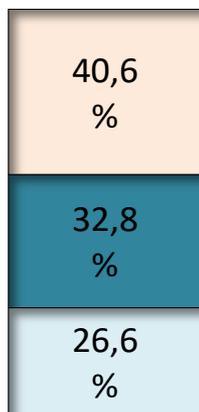


Мониторинг общественного мнения ВолНЦ РАН (N=1500 в двух крупных городах и 8 районах Вологодской области). Репрезентативность получаемой социологической информации обеспечивается использованием модели многоступенчатой районированной выборки с квотным отбором единиц наблюдения. Отбор респондентов проводился по половозрастным квотам (старше 18 лет). Метод измерения – анкетирование по месту жительства респондентов. Ошибка выборки не превышает 3%.

## Опыт обращения за помощью профессиональных психологов в зависимости от пола и возраста респондентов (в % от числа ответивших)

Опыт обращения	Пол		Возраст				
	Мужчины	Женщины	до 24 лет	25-29 лет	30-34 лет	35-39 лет	40 лет и старше
Да, обращались	5,4	<b>7,9</b>	6,9	<b>10,2</b>	3,1	<b>9,7</b>	5,8
Нет, не обращались	94,6	92,1	93,1	89,8	96,9	90,3	94,2

Всего опыт обращения к психологу для решения семейных проблем есть у 5,3% респондентов



- Затруднились с ответом
- Нет, не готовы
- Да, готовы

**Готовность обратиться за помощью к психологу (в % от числа опрошенных)**

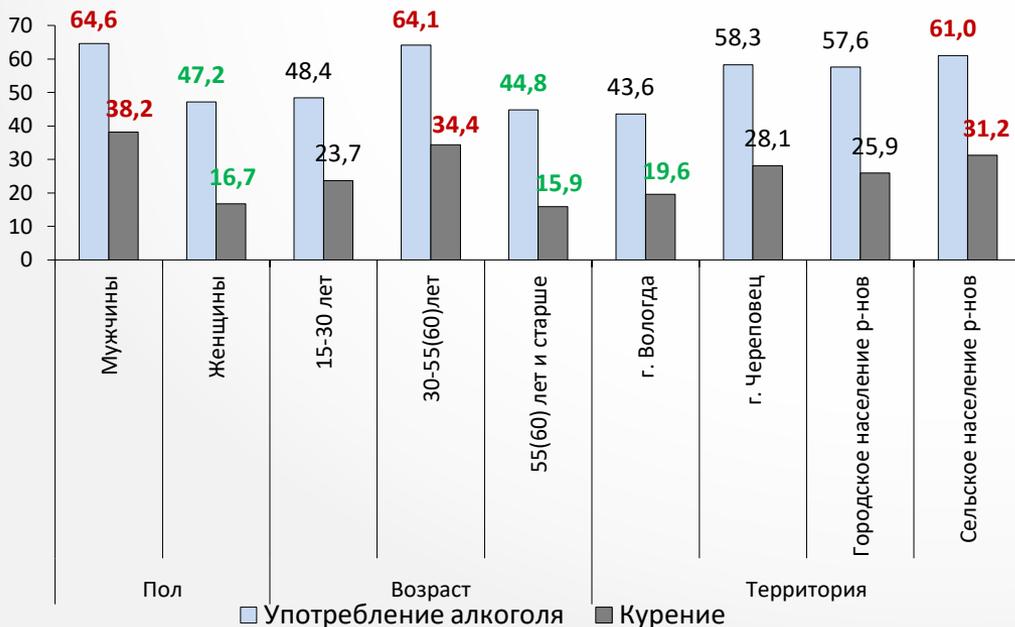


**Причины неприемлемости обращения за помощью к психологу (в % от числа опрошенных)**

## Употребление алкогольных напитков и табакокурение (%)



Источник: данные мониторинга физического здоровья населения Вологодской области



## ПРОДАЖА АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ И ПИВА НАСЕЛЕНИЮ (ЛИТРОВ НА ДУШУ НАСЕЛЕНИЯ)



Источник: ЕМИСС. URL: <https://www.fedstat.ru/>

## Вредные привычки

Мотивы употребления алкоголя	Пол	
	Мужчины	Женщины
По традиции отмечать праздники со спиртным	44,3	<b>58,4</b>
Возможность расслабиться	<b>53,6</b>	39,0
Для поддержания компании	29,3	<b>32,4</b>
Отвлечься от проблем	<b>29,8</b>	20,7
Для повышения настроения	<b>23,6</b>	19,4
Облегчает процесс общения и даёт чувство весёлости	19,6	17,6
Иногда испытываю потребность выпить	<b>15,0</b>	9,7
Нравится вкус напитка	11,1	13,8
В силу привычки	6,2	0,8
Из-за недостатка воли прекратить выпивку	4,4	0,8



■ Употребление алкоголя ■ Курение



**Благодарю за внимание!**



***Александра Анатольевна  
Шабунова***

доктор экономических наук

доцент

Директор ФГБУН «Вологодский научный центр РАН»

***Контакты:***

E-mail: [common@volnc.ru](mailto:common@volnc.ru)

Тел. : (8172) 59-78-03

Россия, 160014, г. Вологда, ул. Горького, д. 56а

[www.volnc.ru](http://www.volnc.ru)