



DOI: 10.22363/2312-8313-2025-12-3-341-349

EDN: BVSGZY

Научная статья / Research article

Культура бережливого отношения мужчин к своему здоровью в контексте управления демографическими процессами

Д.К. Танатова , И.В. Королев  

Российский государственный социальный университет, Москва, Россия

 iv_king@mail.ru

Аннотация. Опираясь на статистический материал и социологические исследования, авторы демонстрируют кризисный характер демографических процессов в России в целом и акцентируют внимание на мужчинах как группе риска преждевременной смертности в частности. Анализ демографических показателей подтвердил, что устойчивое превышение смертности над рождаемостью в немалой степени обусловлено сверхсмертностью мужского населения трудоспособного возраста. Отмечено, что несмотря на неодинаковую биологическую резистентность организма мужчины и женщины, причины повышенной смертности мужчин во многом заключаются не только в этом различии, но и в недостаточно сформированной у них культуре бережливого отношения к своему здоровью. На материалах авторского социологического исследования, проведенного среди 6280 респондентов мужского пола, отобранных по репрезентативной выборке, показаны негативные для здоровья практики, присутствующие в жизни российских мужчин, выделены устойчивые паттерны поведения мужчин, негативно влияющие на состояние здоровья. Проанализированы социокультурные детерминанты, создающие существенные барьеры для своевременного обращения за медицинской помощью. Сделаны выводы о том, что российские мужчины уделяют недостаточное внимание двигательной активности, склонны к нездоровому питанию, неохотно проходят медицинские осмотры, нередко нарушают режим лечения, занимают пассивную позицию в вопросах сохранения здоровья. Выделены три доминирующие поведенческие модели отношения мужчин к вопросам здоровья: ориентация на государственную систему здравоохранения, акцент на экологические факторы и психологическую устойчивость, а также фокус на личную ответственность. Полученные данные свидетельствуют о преобладании пассивной установки, при которой ответственность за здоровье делегируется медицинским учреждениям, что существенно снижает эффективность профилактических мероприятий. Обоснована необходимость применения к мужчинам здоровьесформирующих и здоровьескрепляющих технологий управления демографическими процессами. Особое значение придается разработке специализированных коммуникационных стратегий, способствующих преодолению вредных стереотипов и формированию у мужчин устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни.

Ключевые слова: профилактика заболеваний, ответственное поведение, долгосрочная работоспособность, социальное благополучие, воспроизводство населения, трудовые ресурсы, качество жизни, устойчивость численности населения, образ жизни мужчин

© Танатова Д.К., Королев И.В., 2025



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode>

Вклад авторов. Все авторы участвовали в разработке концепции исследования, сборе, обработке и анализе данных, написании текста рукописи, формулировке выводов.

Заявление о конфликте интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

История статьи:

Поступила в редакцию 04.04.2025; принята к публикации 27.05.2025.


Для цитирования:

Танатова Д.К., Королев И.В. Культура бережливого отношения мужчин к своему здоровью в контексте управления демографическими процессами // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Государственное и муниципальное управление. 2025. Т. 12. № 3. С. 341–349. <https://doi.org/10.22363/2312-8313-2025-12-3-341-349>

The culture of men’s mindful attitude toward their health in the context of managing demographic processes

Dina K. Tanatova , Ivan V. Korolev  

Russian State Social University (RSSU), Moscow, Russian Federation

 iv_king@mail.ru

Abstract. On the basis of statistical material and sociological research, the authors demonstrate the crisis nature of demographic processes in Russia in general and focus in particular on men as a risk group for premature mortality. The analysis of demographic indicators shows that the continuing excess of mortality over the birth rate is due in no small part to the excess mortality of the male population of working age. It is noted that despite the difference in the biological resistance of the male and female organism, the reasons for the increased mortality of men lie not only in this difference, but also in their insufficiently formed culture of careful attitude to their health. The author’s sociological research, conducted among 6280 male respondents selected on the basis of a representative sample, reveals negative health practices in the life of Russian men and identifies stable patterns of men’s behavior that negatively affect their health. The study pays special attention to the analysis of socio-cultural determinants, which create significant barriers to seeking timely medical help. It concluded that Russian men pay insufficient attention to physical activity, tend to have unhealthy eating habits, are reluctant to undergo medical examinations, often fail to comply with treatment regimes and adopt a passive attitude to health issues. The study identified three dominant patterns of behavior in men’s attitudes to health issues: orientation towards the state health care system, emphasis on environmental factors and psychological stability, and emphasis on personal responsibility. The data show the prevalence of a passive attitude in which responsibility for health is delegated to medical institutions, which significantly reduces the effectiveness of preventive measures. The authors argue that it is necessary to apply health-building and health-enhancing technologies of demographic management to men. Special emphasis is placed on the development of specific communication strategies to overcome harmful stereotypes and to motivate men to adopt healthy lifestyles.

Keywords: disease prevention, responsible behavior, long-term work capacity, social well-being, population reproduction, labor resources, quality of life, population stability, men’s lifestyle

Contribution. All the authors participated in the development of the concept of this review, data collection, processing and analysis, drafted the manuscript, and formulated the conclusions.

Conflicts of interest. The authors declare no conflicts of interest.

Article history:

The article was submitted on 04.04.2025. The article was accepted on 27.05.2025.

For citation:

Tanatova DK, Korolev IV. The culture of men's mindful attitude toward their health in the context of managing demographic processes. *RUDN Journal of Public Administration*. 2025;12(3):341–349. <https://doi.org/10.22363/2312-8313-2025-12-3-341-349>

Введение

В последние годы Россия столкнулась с острым демографическим кризисом. Его признаком является начавшийся в 2017 г. и продолжающийся в настоящее время тренд на превышение смертности над рождаемостью. По данным Росстата, коэффициент естественного прироста в период 2017–2023 гг. колебался от –1 (в 2017 г.) до –7,1 (в 2021 г.). В 2023 г. значение этого показателя составляет –3,5¹. Ранее убыль населения покрывалась миграционным притоком, в последние несколько лет механизм восполнения населения за счет мигрантов затормозился. Как известно, начиная с 2021 г. в России постоянно снижается общая численность населения². По мнению А.В. Минакова и Н.Д. Эриашвили демографический кризис России «негативно влияет на ее социально-экономическое развитие, и является угрозой экономической безопасности и национальной безопасности в целом» [1. С. 87].

Несмотря на то, что демографические проблемы России не имеют быстрого решения и, как показывает М.Ю. Сидоренко, «согласно прогнозам ООН и Росстата, демографические показатели России будут иметь тенденцию к снижению» [2], в нашей стране предпринимаются значительные управленческие шаги, направленные на их решение. В частности, в 2019–2024 гг. реализовывался национальный проект «Демография»³, в 2025 г. стартовали новые национальные проекты «Семья», «Молодежь и дети», которые ориентированы на улучшение демографической ситуации⁴. Усилия государства позволили повысить значение такого важного демографического показателя, как ожидаемая продолжительность жизни при рождении. В 2023 г. значение этого показателя было самым высоким за постсоветские годы — 73,41 года (рис. 1). В 2025 г. стартовал новый национальный проект «Продолжительная и активная жизнь», цель которого — увеличить к 2030 г. ожидаемую продолжительность жизни до 78 лет, а к 2036 г. — до 81 года.

Достижение этой цели требует формирования у российских граждан культуры бережливого отношения к своему здоровью. Особенно это

¹ Рождаемость, смертность и естественный прирост населения. Росстат. URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/demo21_2023.xlsx (дата обращения: 28.01.2025).

² Численность населения. Росстат. URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/Popul_1897+.xlsx (дата обращения: 29.01.2025).

³ Национальные проекты РФ. Демография. URL: <https://национальныепроекты.рф/projects/demografiya/> (дата обращения: 30.01.2025).

⁴ Новые Национальные проекты РФ. URL: <https://национальныепроекты.рф/new-projects/> (дата обращения: 30.01.2025).

относится к такой уязвимой группе населения, как мужчины. По данным ООН практически во всех регионах и странах мира наблюдается преимущество женщин в плане выживания⁵.

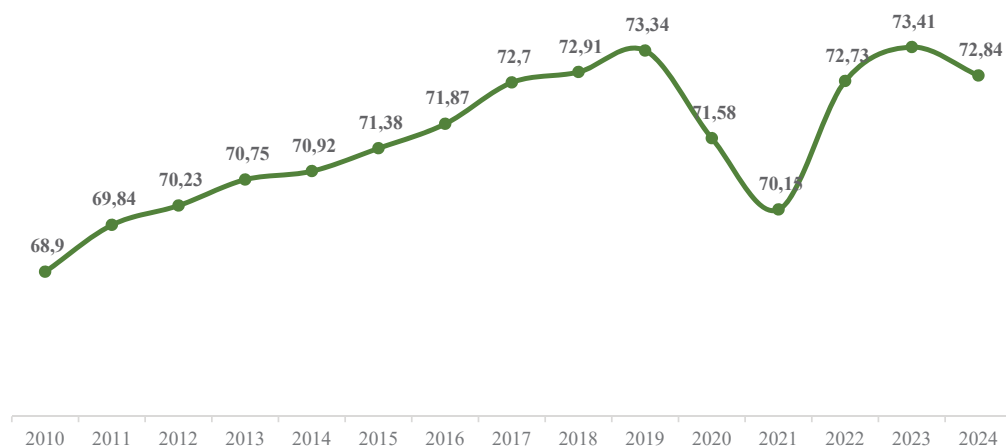


Рис. 1. Ожидаемая продолжительность жизни при рождении, годы

Источник: выполнено Д.К. Танатовой, И.В. Королевым по данным Росстат⁶ с помощью MS Excel.

В России ожидаемая продолжительность жизни при рождении у мужчин в 2023 г. составила 68,4 года, у женщин значение аналогичного показателя более чем на десять лет выше — 78,4⁷. В 2022 г. во всех возрастных группах коэффициент смертности среди мужчин выше, чем среди женщин. Но если в возрастных группах до двадцати лет различие смертности среди мужчин и женщин не явное, то после двадцати лет мужчины умирают заметно чаще, чем женщины (рис. 2).

Мужчины чаще женщин умирают от наиболее распространенных причин смерти (болезней системы кровообращения, органов дыхания и новообразований): соответственно 569,2, и 219,2 число умерших на 100 000 мужчин против 564,7 и 167,6 умерших женщин⁸. Как показывают А. Оксужян, М. Школьников и др., «мужчины больше страдают от болезней с высокой летальностью, в то время как больше женщин доживают до пожилого возраста с менее фатальными, но инвалидизирующими состояниями» [3].

⁵ Gerland P., Hertog S., Wheldon M., Kantorova V., Gu D., Gonnella G., et al. World Population Prospects 2022: Summary of Results. United Nations. 2022. URL: https://www.researchgate.net/publication/361944109_World_Population_Prospets_2022_Summary_of_results (accessed: 30.01.2025).

⁶ Ожидаемая продолжительность жизни при рождении. Росстат. URL: <https://fedstat.ru/indicator/31293> (дата обращения: 30.01.2025).

⁷ Там же.

⁸ Демографический ежегодник России. 2023 : стат. сб // Росстат. М., 2023. С. 108–109. URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/Demogr_ejegod_2023.pdf (дата обращения: 01.10.2024).

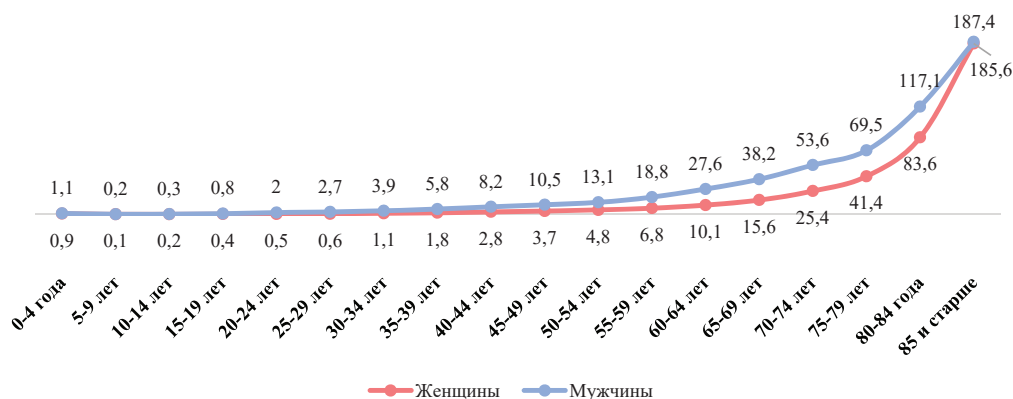


Рис. 2. Возрастные коэффициенты смертности в 2022 г., промилле (0,1 процента)
 Источник: выполнено Д.К. Танатовой, И.В. Королевым по данным Росстат⁹ с помощью MS Excel.

Материалы и методы исследования.

Проблема мужской сверхсмертности не является для ученых чем-то новым. На эту проблему указывали российские исследователи О.М. Драпкина, И.В. Самородская [4], а также зарубежные ученые: Х. Бельтран-Санчес, Кейлеб Э. Финч и Эйлин М. Кримминс [5], Констанс Холден [6], Вирджиния Зарулли, Илья Кашницкий, Джеймс В. Веспель [7] и др. В гуманитарных науках уже сформировано несколько подходов к объяснению этой проблемы. Первый — исторический подход объясняет более высокую смертность среди мужчин в возрастании роли женщины в цивилизационном развитии. Второй — биологический — связан с неодинаковой биологической резистентностью организма мужчины и женщины. В основе третьего — социально-экономического подхода лежат поведенческие различия между мужчинами и женщинами [8. С. 82]. Сторонники третьего подхода указывают, что «динамика гендерных различий в смертности свидетельствует о том, что ее детерминанты не могут быть чисто биологическими, но также зависят от изменяемых психосоциальных факторов и образа жизни» [9. С. 48].

Не отрицая исторический и биологический подходы, мы полагаем, что преимущества женщин перед мужчинами в относительно более долгой жизни обусловлено в первую очередь поведенческими различиями и более высоким уровнем культуры бережливого отношения к своему здоровью.

Культура бережливого отношения к здоровью во многом зависит лично от человека, семьи, а также от социального окружения. Это определяет необходимость социологического взгляда на здоровьесберегающие

⁹ Возрастные коэффициенты смертности. ЕМИСС. URL: <https://www.fedstat.ru/indicator/30974> (дата обращения: 30.01.2025).

и здоровьесберегающие практики мужского населения. Социологический подход к теме бережливого отношения мужчин к своему здоровью позволит выявить ключевые барьеры и факторы, влияющие на поведение мужчин по сохранению и укреплению здоровья.

Результаты исследования и обсуждение

В 2024 г. социологи Российского государственного социального университета провели исследование культуры бережливого отношения мужчин к своему здоровью. Метод сбора информации — опрос. Целевая аудитория — российские мужчины от 18 лет и старше. Объем выборки — 6280 респондентов. Ошибка выборки не превышает 1,25%. Выборка квотная, она репрезентирует мужское население федерального округа по возрасту и по размеру населенных пунктов, в которых оно проживает.

Респонденты указали негативные для здоровья практики, присутствующие в их жизни. У половины мужчин (50%) в жизни присутствуют частый стресс и тревожность. Примерно такая же доля мужчин проходят медицинское обследование реже, чем один раз в год (49%), и неправильно питаются (47%). Около двух мужчин из пяти имеют ненормированный график работы (43%), мало двигаются (41%) и имеют вредные привычки (38%). Таким образом, жизнь значительного числа мужчин наполнена практиками, не способствующими бережливому отношению к здоровью и здоровому образу жизни (рис. 3).



Рис. 3. Распределение ответов респондентов о свойственных им жизненных практиках, % от общего числа респондентов, n=6280

Источник: выполнено Д.К. Танатовой, И.В. Королевым по результатам собственного социологического исследования с помощью MS Excel.

Риск развития у мужчин различных заболеваний обусловлен недостаточной двигательной активностью. Восполнить этот недостаток можно ходьбой в умеренном или быстром темпе. Анализ ответов респондентов показал, что примерно каждый третий мужчина (30%) в день ходит

менее 30 минут. Можно сделать вывод, что значительному числу мужчин для уменьшения риска заболеваемости из-за малой двигательной активности необходимо изыскивать возможность для занятий физической культурой и спортом.

Российские мужчины в большинстве демонстрируют пренебрежительное отношение к соблюдению норм правильного питания. В ежедневном рационе более половины опрошенных (54 %) не хватает необходимого объема овощей и фруктов. Такое отношение мужчин к потреблению овощей и фруктов свидетельствует о недостаточной культуре бережливого отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Одним из факторов, препятствующих мужчинам заботиться о своем здоровье, является пренебрежительное отношение к диспансеризации. Такое отношение к медицинскому осмотру демонстрирует каждый третий опрошенный. Т.е. значительная часть мужчин очень невнимательно относится к контролю состояния своего здоровья.

Респонденты высказали свое мнение относительно того, какие условия в первую очередь необходимы, чтобы сохранить и укрепить здоровье человека. Проведенный иерархический кластерный анализ ответов позволил разделить их на три кластера.

Первый кластер — «Доступность дешевой, качественной медицины» образован респондентами, считающими, что необходимыми условиями для сохранения и укрепления здоровья являются институциональные условия, которые создаются государством. Кластер «Доступность дешевой, качественной медицины» самый многочисленный. В него входят 49 % респондентов.

Второй кластер — «Экология и спокойствие» составляют респонденты, считающие, что для здоровья человека необходимо жить в хороших экологических условиях и не испытывать стрессовых перегрузок. Этот кластер относительно небольшой — в него входят 29 % опрошенных мужчин.

Третий кластер «Личные возможности и ответственное поведение» составляют респонденты, высказавшее мнение, что необходимые условия для сохранения и укрепления здоровья человека — это его финансовая обеспеченность и здоровьесберегающее поведение. Третий кластер — самый малочисленный — его составляют 22 % опрошенных.

Можно сделать вывод, что большинство мужчин в вопросах сохранения и укрепления своего здоровья ориентируются на институциональные условия, а не на собственные усилия.

В проведенном исследовании не учтена психологическая особенность мужчин, связанная со стереотипами маскулинности, согласно которым мужчины зачастую воспринимают заботу о здоровье как проявление слабости. Здесь можно обратиться к близкому по тематике исследованию В.В. Лемиш, которая обращает внимание на то, что «поведение мужчин, связанное с поддержанием и сохранением здоровья в значительной степени определяется стереотипами маскулинности» [10. С. 30]. Заметим, что приверженность мужчин маскулинности не означает, что в вопросах здоровья они пристально следят

за состоянием того, что отличает их от женщин, т.е. за состоянием репродуктивной системы. Как показывают Д.Ф. Алиев, Д.К. Танатова и И.В. Королев, мужчины крайне редко проходят осмотры у врача-androлога, но при этом они обычно уверены в том, что у них нет проблем с репродуктивным здоровьем¹⁰.

Сделанные авторами выводы, в первую очередь подчеркивают значимость поведенческого аспекта в вопросе сохранения и сбережения здоровья мужчин, а значит более продолжительной их жизни и укрепления демографического потенциала России. Авторы соглашаются с Вергелес М.О., которая указывает, что различия в преимуществах в смертности женщин перед мужчинами определяется, но не исчерпывается биологической основой. Кроме биологических причин мужчины чаще женщин умирают вследствие поведенческих факторов риска: курение, опасное потребление алкоголя, рискованное поведение, приводящее к смерти от внешних причин, стресс, низкая обращаемость за медицинской помощью, недостаточно сильная приверженность лечению [11. С. 6].

Заключение

Результаты исследования наглядно продемонстрировали, что у российских мужчин не в полной мере сформирована культура бережливого отношения к своему здоровью.

В России предприняты существенные шаги по улучшению здоровья мужчин: развивается система оказания первичной медико-санитарной помощи, проводятся кампании по борьбе с сердечно-сосудистыми и онкологическими заболеваниями, развивается детское здравоохранение, популяризируются занятия физкультурой и т.д. Однако без формирования у мужчин осознанного отношения к своему здоровью сократить разрыв в продолжительности жизни между полами не удастся. В системе управления демографическими процессами необходимо последовательно повышать культуру бережливого отношения к здоровью мужчин.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Минаков А.В., Эриашивили Н.Д. Демографические проблемы социально-экономического развития регионов в восточной части России // *Инновационное развитие экономики*. 2024. № 1 (79). С. 87–94. <https://doi.org/10.51832/222379842024187> EDN: АКСЕЙІ
2. Сидоренко М.Ю. Управление демографическими процессами в РФ // *Искусственные общества*. 2023. Т. 18. № 3. <https://doi.org/10.18254/S207751800027230-2> EDN: NФVHVQ
3. Oksuzyan A., Vaupel J.W., Christensen K., Shkolnikov V.M., Shkolnikova M. Sex differences in health and mortality in Moscow and Denmark // *European Journal of Epidemiology*. 2014. Vol. 29. № 4. P. 243–252. <https://doi.org/10.1007/s10654-014-9893-4> EDN: UGPOIB

¹⁰ Алиев Д.Ф., Танатова Д.К., Королев И.В. Социологический мониторинг семейного благополучия и репродуктивных установок российского населения : учебное пособие. М. : РГСУ, 2024. 116 с.

4. Дранкина О.М., Самородская И.В. Динамика смертности мужчин и женщин от болезней и внешних причин в регионах России за период 2016–2019 гг. по сравнению с 2020 г // Профилактическая медицина. 2022. Т. 25. №4. С. 29–34. <https://doi.org/10.17116/profmed20222504129> EDN: GUYVCZ
5. Beltrán-Sánchez H., Finch C.E., Crimmins E.M. Twentieth century surge of excess adult male mortality // Proceedings of The National Academy of Sciences of the United States of America. 2015. Vol. 112. №29. P. 8993–8998. <https://doi.org/10.1073/pnas.1421942112> EDN: UFWWMD
6. Holden C. Why do women live longer than men? // Science. 1987. Vol. 238. №4824. P. 158–160. <https://doi.org/10.1126/science.365990> EDN: IDXNON
7. Zarulli V., Kashnitskya I., Vaupela J.W. Death rates at specific life stages mold the sex gap in life expectancy // Proceedings of The National Academy of Sciences of the United States of America. 2021. Vol. 118. №20. P. e2010588118 <https://doi.org/10.1073/pnas.2010588118> EDN: WADXNQ
8. Горошко Н.В., Пацала С.В. Социальные факторы смертности мужского населения: Россия на мировом фоне // Социально-трудовые исследования. 2023. №4 (53). С. 81–96. <https://doi.org/10.34022/2658-3712> EDN: XWDBTG
9. Ибрагимова А.А. Гендерные различия в ожидаемой продолжительности жизни населения Татарстана // Народонаселение. 2021. Т. 24. №4. С. 47–57. <https://doi.org/10.19181/population.2021.24.4.4> EDN: AQCTGA
10. Леммиш В.В. Системный анализ социальных представлений о здоровье у мужчин на разных этапах взрослости // Системная психология и социология. 2022. №1 (41). С. 30–47. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2022.41.1.3> EDN: QTCSIV
11. Вергелес М.О. Разрыв в ожидаемой продолжительности жизни между мужчинами и женщинами в развитых странах: больше общего или различного? // Демографическое обозрение. 2021. Т. 8. №4. С. 6–39. <https://doi.org/10.17323/demreview.v8i4.13874> EDN: INAYFA

Информация об авторах:

Танатова Дина Кабдуллиновна — доктор социологических наук, профессор, заведующая кафедрой социологии, этнографии и социометрии, Российский государственный социальный университет, Россия, 129226, Москва, ул. Вильгельма Пика, д. 4 (ORCID: 0000-0002-7924-2242) (SPIN-код: 7675-8938) (e-mail: dktanatova@mail.ru).

Королев Иван Владимирович — кандидат социологических наук, доцент, доцент кафедры социологии, этнографии и социометрии, Российский государственный социальный университет, Россия, 129226, Москва, ул. Вильгельма Пика, д. 4 (ORCID: 0000-0002-1317-2317) (SPIN-код: 3585-2844) (e-mail: iv_king@mail.ru).