



ЭКСПЕРТНАЯ ОЦЕНКА РЕЙТИНГА  
ФАКТОРОВ РИСКА В ВОПРОСЕ РОСТА  
ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЖИЗНИ В РОССИИ

Валерий Валерьевич  
Юмагузин, к.соц.н., научный  
сотрудник Института  
демографии НИУ ВШЭ

# КАК СОСТАВЛЯЛСЯ РЕЙТИНГ?

Данные Global Burden of Disease 2017

GBD Results Tool <http://ghdx.healthdata.org/gbd-results-tool>

Показатель DALY

Это годы потерянной (утраченной) жизни и годы, прожитые с инвалидностью (ограничением трудоспособности).

Чем выше этот показатель, тем выше потери для продолжительности жизни (в т.ч. здоровой продолжительности жизни).

Сравнение DALY в России и развитых странах



КАК ДОБИТЬСЯ СНИЖЕНИЯ DALY  
В ВОЗРАСТАХ 15-49 ЛЕТ?

## НАИБОЛЬШИЕ ПОТЕРИ В РОССИИ В 2017 Г. В ВОЗРАСТАХ 15-49 ЛЕТ БЫЛИ ОТ СЛЕДУЮЩИХ 11 ОСНОВНЫХ ФАКТОРОВ РИСКА:

1. алкоголь (20.6% всех потерь DALY),
2. табак (8,9% всех потерь DALY)
3. риски питания (7.1% всех потерь DALY),
4. наркотики (7,0% всех потерь DALY)
5. высокий индекс массы тела (5,5% всех потерь DALY)
6. высокое кровяное давление (5.4% всех потерь DALY),
7. высокий уровень холестерина (4,3% всех потерь DALY)
8. производственные риски (3,5% всех потерь DALY)
9. высокий уровень глюкозы в плазме натощак (2,8% всех потерь DALY)
10. небезопасный секс (2,7% всех потерь DALY)
11. загрязнение воздуха (1,9% всех потерь DALY)

Основные факторы риска	Превышение		
	Оба пола	Женщины	Мужчины
Диеты с низким содержанием полиненасыщенных жирных кислот	6,1	5,3	6,4
Диета с низким содержанием бобовых	5,5	4,1	6,1
Небезопасный секс	5,4	3,8	7,5
Употребление алкоголя	5,1	4,3	5,5
Небезопасная санитария	4,3	3,9	4,6
Диета на морепродуктах омега-3 жирных кислот	4,1	3,3	4,5
Высокий уровень холестерина ЛПНП	3,8	3,2	4,1
Диета с низким содержанием овощей	3,7	2,9	4,2
Высокое систолическое кровяное давление	3,5	2,8	3,8
Диета с низким содержанием орехов и семян	3,4	2,5	3,8
Диета с низким содержанием клетчатки	3,3	2,6	3,7

<b>Подробные факторы риска</b>	<b>Превышение, разы</b>			<b>Разница, годы на 100 тыс. населения</b>		
	<b>Оба пола</b>	<b>Женщины</b>	<b>Мужчины</b>	<b>Оба пола</b>	<b>Женщины</b>	<b>Мужчины</b>
<b>Употребление алкоголя</b>	5,1	4,3	5,5	4813	1806	7908
<b>Курение</b>	3,0	1,7	3,9	1629	394	2897
<b>Высокое систолическое кровяное давление</b>	3,5	2,8	3,8	1102	438	1790
<b>Высокий уровень холестерина ЛПНП</b>	3,8	3,2	4,1	911	351	1490
<b>Высокий индекс массы тела</b>	1,7	1,4	1,9	667	327	1025
<b>Употребление наркотиков</b>	1,5	1,0	1,7	640	8	1314

# 1. УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ

**Согласны с позицией 11/12, не согласны 1/12**

**Меры:**

- Ограничение рекламы (в т.ч. пространственное, спонсорства и пр.);
- Регулирование и ограничение доступа к алкоголю (по территории, персональным характеристикам и пр.);
- Уменьшение спроса фискальными методами (повышение акцизов, налогов, сборов);
- Информирование населения о вреде потребления, о пользе отказа/изменения потребления, о возможностях получить помощь и лечение;
- Более доступное и эффективное лечение алкозависимых;
- Защита окружающих, страдающих от потребления алкоголя другими людьми (в т.ч. детей);

# 1. УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ

Согласны с позицией 11/12, не согласны 1/12

## Меры:

- Регулирование состава спиртосодержащих веществ («рвотные» добавки в жидкости, которые потребляют как суррогат);
- Регулирование упаковки и маркировки с тем, чтобы она отражала риски злоупотребления и не была привлекательной, особенно для несовершеннолетних (возможно, введение единообразной тары и/или единообразного оформления этикеток);
- Борьба с незаконной торговлей, контрабандой и контрафактом;
- Создание и поддержка альтернативных видов занятости и экономической деятельности на территориях, где распространены нелегальное производство и торговля алкоголем;
- Договоренности на уровне ЕвразЭС о достижении приблизительно одинаковых и при этом достаточно высоких акцизов;
- Фискальное стимулирование изменение структуры потребления алкоголя: сокращение доли крепкого алкоголя в пользу слабоалкогольных напитков



## 2. КУРЕНИЕ

**Согласны с позицией 10/12, не согласны 1/12**

**Меры:**

- Регулирование и ограничение доступа к табаку (по территории, персональным характеристикам и пр.);
- Уменьшение спроса фискальными методами (повышение акцизов, налогов, сборов);
- Информирование населения о вреде потребления, о пользе отказа/изменения потребления, о возможностях получить помощь и лечение;
- Более доступное и эффективное лечение табакозависимых;
- Защита окружающих, страдающих от пассивного курения;

## 2. КУРЕНИЕ

**Согласны с позицией 10/12, не согласны 1/12**

**Меры:**

- Регулирование упаковки и маркировки с тем, чтобы она отражала не была привлекательной, особенно для несовершеннолетних (возможно, введение единообразной упаковки и/или единообразного оформления этикеток);
- Борьба с незаконной торговлей, контрабандой и контрафактом;
- Договоренности на уровне ЕвразЭС о достижении приблизительно одинаковых и при этом достаточно высоких акцизов;
- Более жесткий контроль за соблюдением действующих антитабачных норм в общественных местах;
- Ликвидация условий, провоцирующих табакозависимых нарушать закон: создание мест для курения, безопасных для некурящих и не создающих им трудностей

## 2. КУРЕНИЕ



### **Возражение**

- Риск есть, но его значимость преувеличена.
- Необходимо создавать условия для занятий спортом, активного отдыха.
- Запретить курение в общественных местах.
- Запретить курение врачам, учителям, государственным служащим как профессиям, которые имеют очень высокий авторитет в глазах людей.

### 3. ВЫСОКОЕ СИСТОЛИЧЕСКОЕ КРОВЯНОЕ ДАВЛЕНИЕ

**Согласны с позицией 10/12, не согласны 1/12**

**Меры:**

- Учитывая результирующий характер данного фактора риска необходима профилактика его предшественников с одной стороны и адекватное медицинское сопровождение с другой.
- формирование культуры здорового поведения и контроля за показателями артериального давления во всех возрастных группах.
- повышение качества медицинских осмотров, раннее выявление заболеваний
- Создание условий для разгрузки на рабочих местах - комнаты активного отдыха, миниспортзалы,
- соблюдение режимов рабочего времени, наказание работодателей за использование ненормированного рабочего дня
- условия для повышения физической активности
- бюджетное финансирование лекарственного обеспечения.

## 4. ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА ЛПНП (ПЛОХОЙ ХОЛЕСТЕРИН)

**Согласны с позицией 8/12, не согласны 2/12**

**Меры:**

- повышение качества медицинских осмотров, раннее выявление заболеваний и своевременное лечение. ЗОЖ
- Правильная организация питания на рабочих местах. Жесткий контроль за использованием качественных продуктов и технологий приготовления
- Информационно-просветительская работа по качеству продуктов питания, по содержанию вредных веществ в продуктах, польза употребления фруктов и овощей, витаминов и пр.
- снижение цен на рыбу
- бюджетное финансирование лекарственного обеспечения.

## 5. ВЫСОКИЙ ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА

**Согласны с позицией 8/12, не согласны 3/12**

### **Меры:**

- формирование здорового образа жизни и культуры питания
- Дать знания о вреде переедания, информацию о пагубных последствиях переедания; о пользе физической активности (ходьба, лёгкие физические нагрузки).
- Маркировка продуктов.
- повышение качества медицинских осмотров, раннее выявление заболеваний и своевременное лечение. ЗОЖ

## 6. УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ

**Согласны с позицией 9/12, не согласны 3/12**

### **Меры:**

- формирование культурной среды исключающей употребление наркотиков
- жесткий контроль за оборотом наркотических средств, своевременное расширение перечня наркотических средств при необходимости.

Профилактически – ЗОЖ

- работа межведомственных комиссий, направленных на неприятие наркотиков, обязательного лечения и вовлечение в активную социально значимую общественную деятельность.
- целенаправленная работа СМИ

## 7. НЕБЕЗОПАСНЫЙ СЕКС

Согласны с позицией 7/12, не согласны 4/12

### Меры:

- пропаганда здорового образа жизни и просветительская работа в молодежной среде
- Снижение цен на контрацептивы за счет дотирования их производства как социального товара



## 8. ДИЕТА С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ ЦЕЛЬНОГО ЗЕРНА

**Согласны с позицией 3/12, не согласны 7/12**

### **Меры:**

- Рассматривая данный компонент в более широком смысле здорового питания. Для формирования "здоровой" продуктовой корзины необходимы меры законодательного регулирования и санитарно-просветительской работы.
- снижение цен на данные продукты

## 9. Диета с низким содержанием фруктов

**Согласны с позицией 3/12, не согласны 7/12**

## 10. Диета с низким содержанием орехов и семян

**Согласны с позицией 3/12, не согласны 7/12**

## 11. ЗАГРЯЗНЕНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ ТВЕРДЫМИ ЧАСТИЦАМИ

**Согласны с позицией 9/12, не согласны 2/12**

**Меры:**

- благоустройство населенных пунктов (ликвидация открытого грунта и грязи на дорогах), стимулирование перехода объектов энергетики и транспорта на более чистое и экологичное топливо, ускорение переоборудования и ликвидации вредных производств.
- Экологическое воспитание в школе
- Улучшение экологии в рамках программы «Здоровые города»

## 12. Производственный травматизм

**Согласны с позицией 8/12, не согласны 2/12**

- Соблюдение трудового законодательства.
- улучшение условий труда.
- Штрафы работодателям за несоответствие рабочих мест технике безопасности
- мотивация и поощрение работодателей

## 13.ДИЕТА С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ ОВОЩЕЙ

**Согласны с позицией 4/12, не согласны 5/12**

**Меры:**

- Для формирования "здоровой" продуктовой корзины необходимы меры законодательного регулирования и санитарно-просветительской работы.

14.Высокий уровень глюкозы в плазме натошак

**Согласны с позицией 6/12, не согласны 2/12**

- Учитывая результирующий характер данного фактора риска необходима профилактика его предшественников с одной стороны и адекватное медицинское сопровождение с другой. В том числе и санпросвет работа.
- пропаганда ЗОЖ и профилактики сахарного диабета



Низкая поддержка как отдельных факторов риска:

15.Диета с низким содержанием бобовых

16.Диета на морепродуктах омега-3 жирных кислот

17.Диета с низким содержанием клетчатки

18.Диеты с низким содержанием полиненасыщенных жирных кислот

## 19. ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ

**Согласны с позицией 10/12, не согласны 2/12**

### **Меры:**

- достаточно добиться исполнения принятого Федерального закона
- законодательное регулирование (ограничение доступности сигарет) и санитарно-просветительская работа. Ведётся в рамках антитабачной компании.
- ужесточение ограничительных норм в отношении курения, усиление контроля за соблюдением таких норм
- законодательно расширить зоны , свободные от курения. ЗОЖ

Низкая поддержка:

20.Нарушение функции почек

21.Диета с высоким содержанием натрия

## 22. НИЗКАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

**Согласны с позицией 10/12, не согласны 1/12**

**Меры:**

- формирование здорового образа жизни
- поддержка физической культуры и санитарно-просветительская работа.
- организация занятий по примеру программы Активный пенсионер

23. Сексуальное насилие в детстве

**Согласны с позицией 5/12, не согласны 1/12**

- качественная и равнодушная, неформальная работа органов опеки и службы профилактики.
- развитие школьной психологии
- Создание современной службы психологического патронажа и сопровождения жертв насилия

Мало поддержки

24. Рацион с высоким содержанием переработанного мяса

25. Насилие со стороны интимного партнера

26. Низкая минеральная плотность кости

27. Дефицит железа

28. Производственный шум

## МАЛО ПОДДЕРЖКИ

### 29. НЕБЕЗОПАСНАЯ САНИТАРИЯ

### 33. ОТСУТСТВИЕ ДОСТУПА К СРЕДСТВУ ДЛЯ МЫТЬЯ РУК

- В целом смертность в России от заболеваний, вызванных плохой санитарией в широком смысле, довольно низкая и снижается. Подобные факторы важны, скорее, лишь для наименее развитых стран мира
- Не имеет значимости в нашей стране
- Обязательность создания доступа в общественных местах, пропаганда необходимости мыть руки, сейчас даже врачи не всегда, приходя к пациенту домой моют руки

Мало поддержки:

### 41. Ребенок с недостаточным весом

- необходимо стремиться к тому, чтобы каждая беременность была осознанной, желанной и запланированной, а каждая беременная/кормящая женщина и новорожденный имели доступ не только к качественному медобслуживанию, но также к здоровым условиям окружающей среды и качественному питанию.
- Требуется введение целевой соцпомощи на здоровое питание таких граждан из социальных, территориальных групп риска.
- Создать в сельских районах молочные кухни для детей. Усилить контроль за детским питанием.
- повышение благополучия семей

## 42. ИСТОЩЕНИЕ РЕБЕНКА

**Согласны с позицией 6/12, не согласны 3/12**

**Меры:**

- Медицинское наблюдение в сочетании с санитарно-просветительской работой.
- повышение качества работы органов опеки и службы профилактики, врачей-педиатров, патронирующих детей.
- Патронат за развитием детей и помощь родителям в предотвращении истощений - к том числе компенсация части расходов на питание

43-48. Воздействие вредных веществ, в т.ч. профессиональное воздействие

**Согласны с позицией 5-6/12, не согласны 2/12**

- повысить ответственность работодателей.
- Соблюдение законодательства об охране труда
- Законодательное регулирование.

49. Прекращение грудного вскармливания

**Согласны с позицией 5/12, не согласны 5/12**

- пропаганда грудного вскармливания, в т.ч. через медработников
- увеличить декретный отпуск матерям, кормящим грудью



МАЛО ПОДДЕРЖКИ

50.ЗАДЕРЖКА РОСТА РЕБЕНКА

51. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ПОДКОРМ ПРИ ГРУДНОМ ВСКАРМЛИВАНИИ

- пропаганда ЗОЖ и сбалансированного питания
- развитие школ здоровья для беременных
- Медицинское наблюдение в сочетании с санитарно-просветительской работой.

52, 58 Дефицит цинка и витамина А

**Согласны с позицией 5-6/12, не согласны 1-3/12**

- пропаганда ЗОЖ и сбалансированного питания

53-57. Воздействие вредных веществ, в т.ч. профессиональное воздействие

**Согласны с позицией 5/12, не согласны 1/12**

- повысить ответственность работодателей.
- Соблюдение законодательства об охране труда
- Законодательное регулирование.

# ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА СМЕРТНОСТИ И ПОТЕРИ ТРУДОСПОСОБНОСТИ, ОТМЕЧЕННЫЕ ЭКСПЕРТАМИ ОНФ

- ✓ Стресс и для мужчин и для женщин,
- ✓ озлобленность общества,
- ✓ разрушение традиций отдыха и семейного общения.
- ✓ Психологическая обстановка в ближайшем окружении

# ИТОГОВЫЙ СПИСОК С УЧЕТОМ КОММЕНТАРИЕВ ЭКСПЕРТОВ ОНФ

1. Употребление алкоголя
2. Курение
3. Стресс, психологическая обстановка, озлобленность
4. Высокое систолическое кровяное давление
5. Высокий уровень холестерина ЛПНП
6. Низкое качество питания (качество продуктов и рацион)
7. Употребление наркотиков
8. Высокий индекс массы тела
9. Загрязнение окружающей среды
10. Производственный травматизм и профессиональное воздействие вредными веществами
11. Низкая физическая активность
12. Небезопасный секс
13. Высокий уровень глюкозы в плазме натощак
14. Пассивное курение