

Вставай, страна!

В.П. СОЛОМИН,

д.п.н., профессор, проректор РГПУ им. А.И. Герцена;

Г.А. КОРЧАГИНА,

д.мед.н., профессор, зав. каф. медико-валеологических дисциплин факультета безопасности жизнедеятельности;

Ю.К. БАХТИН,

кан.мед.н., доцент кафедры медико-валеологических дисциплин факультета безопасности жизнедеятельности

Вице-премьер Дмитрий Медведев на совещании у президента объявил, что по сравнению с прошлым годом, естественная убыль населения сократилась на 30%, а детей родилось на 6,6% больше. Зато на протяжении последних 15-20 лет наблюдалась особенно неблагоприятная характеристика основных демографических показателей, свидетельствующая о неблагоприятной динамике состояния общественного здоровья в нашей стране.

За эти годы численность населения Российской Федерации сократилась со 150 до 142 млн человек. Отмечено снижение рождаемости с 16 до 10 промилле и повышение смертности населения с 11 до 16 промилле.

Наряду с этим, такие демографические показатели, как средняя продолжительность жизни человека, преждевременная смертность населения, материнская смертность в родах, младенческая смертность, а также показатели инвалидности детей и взрослых, индексы качества жизни населения — все они указывали на недостаточное благополучие и свидетельствовали в пользу настоятельной необходимости принятия неотложных мер для изменений к лучшему. При этом особенно обращает на себя внимание продолжающееся в течение 20 лет значительное сокращение численности населения России — не менее чем на полмиллиона человек ежегодно. Если переломить ситуацию в России, по оценкам специалистов, вполне благополучно могли бы проживать до 700 млн человек. При сохранении сложившихся тенденций, численность населения нашей страны к 2015 году может составить 137 млн (по сравнению со 150 млн к началу 90-х годов). Предполагается, что уже к 2050 году

РУССКИЙ КРЕСТ —

цифры рождаемости и смертности поменялись местами

(Г. Комаров, 1997)



население России будет составлять немногим более 100 млн человек, а к концу XXI века в стране может остаться лишь около 60 млн человек населения.

НЕЛАСКОВЫЙ РАЙ

Сможет ли наша страна отстаивать свои геополитические интересы, обеспечить свою национальную безопасность; может ли она рассчитывать на прогрессивное социально-экономическое развитие, не располагая достаточной численностью своего

коренного населения — здорового и развитого, обученного и образованного, активного, деятельного и трудолюбивого? Скорее всего — нет.

В такой ситуации иногда распространяются призывы к тому, чтобы всячески поощрять приток мигрантов из-за рубежа для решения наших демографических проблем — но такие подходы не могут способствовать принципиальному решению проблемы, они способны лишь загнать её вглубь. Только ставка на социально-экономическое стимулирование

ме проблемы

Демографическая ситуация диктует свои законы

Захотеть родить детей должны не только их будущие мамы и папы. Их должно захотеть государство.

Демографические проблемы

воспроизводства собственного народа, на его оздоровление, на повышение его уровня жизни, образованности и культуры — только такое направление государственной социальной политики, по нашему мнению, может иметь действительно принципиальное значение, способствуя решению нарастающих по своему значению со-

средняя продолжительность жизни женщин составляет 71 год, в то время как средняя продолжительность жизни мужчин — не более 60 лет; причём эти цифры на 13-15 лет меньше, чем аналогичные показатели, характерные для более благополучных и более развитых стран.

массовое распространение физической культуры и спорта, а также на укрепление общественной морали и нравственности. Эти меры провозглашены Президентом в качестве основы социальной политики государства, и методы их реализации уже разрабатываются органами законодательной и исполнительной власти.

Перспективы изменения численности населения (млн)



Причины преждевременной смертности населения



Динамика демографических показателей январь — октябрь 2004



циально-экономических, этнических, региональных, межнациональных и геополитических проблем.

Значительные ежегодные потери численности населения нашей страны обуславливаются выраженным и устойчивым преобладанием показателей смертности населения над показателями рождаемости. Впервые такое уникальное для России демографическое явление, когда цифры рождаемости и смертности за несколько лет наблюдений поменялись местами, было отмечено в период с 1986 по 1995 гг. и получило в международной социально-гигиенической литературе наименование «Русский крест»! На протяжении последующих десяти лет (1995-2004 гг.) смертность населения Российской Федерации более чем в полтора раза превышала рождаемость. Такое соотношение указанных демографических показателей сохраняется и до настоящего времени.

НА КРАЮ ТОГО СВЕТА

В структуре смертности населения обращает на себя внимание недопустимо высокий уровень смертности преждевременной (потери людей трудоспособного возраста). Пугает также и высокий уровень младенческой смертности (смертность детей в возрасте до 1 года), причём все эти показатели в 3-4 раза превышают аналогичные характеристики, отличающие более развитые страны Запада и Востока. Интегральная характеристика благополучия нации, какой является средняя продолжительность предстоящей жизни человека, в нашей стране не превышает 67 лет. При этом

Обращает на себя внимание также и довольно значительная разница средней продолжительности жизни женщин и мужчин (11 лет). Это можно объяснить большей приверженностью мужчин к проявлениям нездорового образа жизни и более значительным влиянием на мужскую часть населения социальной напряжённости в обществе по причине затянувшегося его социально-экономического переустройства.

Представляет интерес также и сравнительный прогноз динамики численности населения некоторых стран на ближайшее десятилетие. При этом обращает на себя внимание то, что население многих стран мира будет постепенно нарастать, однако лишь в России его численность продолжит неуклонно и значительно сокращаться.

ШАНС НА СПАСЕНИЕ

Если не остановить значительное снижение численности населения современной России, то это представляет непосредственную угрозу национальной безопасности государства и абсолютно недопустимо. Именно поэтому нам необходима более активная государственная социальная политика, нацеленная на укрепление здоровья детей, подростков и молодёжи (будущих родителей), на социальную поддержку молодых семей, на поощрение деторождения, материнства и детства. Необходимы меры, направленные на эффективную государственную поддержку систем образования, здравоохранения, науки и культуры, на

С другой стороны, нельзя не учитывать, что основные причины смертности населения — это сердечно-сосудистые заболевания, онкологическая патология, а также травмы и несчастные случаи. Указанные причины смерти в известной мере являются следствием нарушений экологии, но главным образом они связаны с нездоровым образом жизни значительной части населения. Они во многом обусловлены злоупотреблением алкоголем, табаком и наркотиками.

ПОД УГЛОМ В 40°

Однако всё ещё не находят своего решения многие вопросы борьбы за трезвость, актуальные проблемы формирования и массового распространения здорового и трезвого образа жизни. Имеются все основания утверждать: в трезвости народа — основы его благополучия, условия прогрессивного развития и процветания государства и общества. Как показывает опыт социально-экономического развития многих стран мира и как свидетельствуют об этом результаты социально-гигиенических и демографических исследований, распространение трезвого образа жизни ведёт не только к снижению смертности и увеличению средней продолжительности жизни населения, оно явно способствует повышению рождаемости, укреплению семей и снижению уровня преступности. При этом в трезвом обществе рождается больше здоровых детей — здоровых физически, психически и нравственно.



Фото www.yandex.ru

ПИТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ

В связи с этим, введение правил и норм здорового и трезвого образа жизни в массовое сознание через средства массовой информации, а также формирование культуры здоровья средствами образования, воспитания, науки, культуры, искусства и при поддержке социально ориентированной государственной политики, — именно это нам представляется в настоящее время делом первостепенной важности.

Поэтому сейчас так важно заниматься формированием культуры здоровья населения, и одним из наиболее эффективных путей в данном направлении является воспитание приверженности трезвому здоровому образу жизни подрастающего молодого поколения — детей, подростков и молодёжи, особенно — учащейся молодёжи. В связи с этим, возрастают роль и значение здоровьесберегающей валеологической педагогики во всех учреждениях образования и воспитания.

По этой причине должно повышаться значение обучения основам культуры здоровья учащихся любых видов учебных заведений и, в особенности, — обучение студентов в педагогических университетах, подготавливающих наиболее высокообразованных молодых специалистов педагогической профессии.

ВЫБОР РОССИИ

За последние годы из печати вышло немало учебных пособий и руководств по основам валеологии и формированию культуры здоровья, которые, как показывает наш опыт, — целесообразно использовать в учебной работе с учащимися школ и студентами педагогических вузов. При этом большое внимание нами уделяется формированию медицинской культуры будущего учителя, знанию методов профилактики наиболее распространенных заболеваний и пониманию принципов их лечения, а также умению оказывать первую доврачебную помощь больным и пострадавшим в неотложных случаях. Большое значение мы придаём становлению и развитию культуры здоровья у студента педагогического университета как неотъемлемой части общей культуры высокообразованного специалиста педагогической профессии — университетски образованного молодого специалиста — педагога.

Учебная работа студентов в аудиториях, самостоятельная подготовка домашних заданий и тематических рефератов, участие студентов в дискуссиях на семинарских занятиях и сдача зачётов, выступления студентов с докладами на научных конференциях и практическая педагогическая работа студентов в школе, защита дипломной работы и итоговый экзамен — вот те основные этапы, которые

проходит в своей подготовке формирующийся молодой специалист — на пути к началу его самостоятельной педагогической деятельности.

При этом очень важно, чтобы вся последующая профессиональная деятельность подготовленного молодого учителя способствовала бы укреплению здоровья учащихся — будущих активных, деятельных граждан нашей страны. И на это, прежде всего, должно быть направлено реформирование современного российского образования, этому же призваны служить и Приоритетные национальные проекты («Здоровье», «Образование», «Детство») и Президентские программы («Дети России», «Дети Севера»).

Остро необходимы государственные программы по улучшению качества жизни и здоровья населения российской глубинки, народов Дальнего Востока и Крайнего Севера. Большое значение в реализации этих программ будет иметь качественная работа образовательных учреждений и задействованных в этой системе, хорошо обученных и заинтересованных в результатах своего труда педагогических кадров — учителей, воспитателей, методистов и организаторов учебно-воспитательной деятельности в учреждениях образования.