

зии». – Иркутск: ИрГСХА, 2009. - С 205-208.

8. Соколов В.Е., Приходько В.И. // Изв. РАН. Сер. биол. 1998. №1. С. 37-46.

9. Орлова Т.Т Сибирские лесные фермы. Иркутск, ИрГУПС. 2005. - 118 с.

T.T. Orlova¹, E.M. Shpyntva²

Irkutsk state University
of railway transport (IrGUPS), Irkutsk, Russia¹
Irkutsk National Research Technical University, Irkutsk, Russia²

NOOSPHERIC APPROACH TO AGRO-INFORMATION TECHNOLOGY

The problems of the secondary agrarian-information society are considered as a way of preserving the stability of the biosphere on the basis of ethnic nature management.

Key words: agrarian-information society, stability of the biosphere, ethnic nature management.

Поступила в редакцию 14 августа 2017

УДК 574.2

А.В. Винобер

Фонд поддержки развития биосферного хозяйства и аграрного сектора
«Сибирский земельный конгресс», Иркутск, Россия

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ РОССИИ

Статья посвящена изучению социально-психологических аспектов состояния здоровья населения России. Автор отмечает, что индивидуальный стиль личности, её основные привычки, формирующие здоровый образ жизни, или, наоборот, образ жизни, ведущий к потере здоровья – во многом обуславливает процесс социализации личности. Анализируется статистика количества пенсионеров и малоимущих, а также статистика заболеваемости и смертности по группам болезней. Автор обращает внимание на такие компоненты поддержания здоровья как аутогенная тренировка, психическая саморегуляция, физическая культура. И подчеркивает, что нам необходимо интенсивно развивать единую (интегрированную) государственно-общественную систему активной и всепроникающей профилактики болезней.

Ключевые слова: здоровье, здравоохранение, болезнь, население России, пенсионеры, социализация, социально-психологические аспекты, профилактика.

Феномен «здоровье», равно как и «болезнь», - такое образование, которое характеризуется неразложимостью, синкретичностью и воспроиз-

водится устойчиво и целостно независимо от сложившегося медицинского знания, хотя с точки зрения науки состоит из элементов разное-

рархизированных. [6] Это скажем так, научное определение феноменов «здоровье» и «болезнь» для очень продвинутых теоретиков.

Выдающийся хирург, академик медицины Н. Амосов отмечал, что для здоровья важны четыре условия: 1) физические нагрузки; 2) ограничения в питании; 3) закаливание; 4) время и умение отдыхать и пятое - счастливая жизнь.

Как определяет Всемирная организация здравоохранения, «здоровье – это состояние физического, психического и социального благополучия».

Философ и психолог Розин В.М. формулирует особенно критичный взгляд на проблему здоровья в России. «Можно ли считать здоровым человека, напоминающего доктора Живаго – который живет не в ладу с собой, не может себя реализовать, не видит перспективы своей дальнейшей жизни, вынужден постоянно врать, изворачиваться, всего боится (кстати, сегодня в России чуть ли не каждый второй попадает в такую компанию)? ... С точки зрения медицинского дискурса сегодня в России фактически вообще нет здоровых людей (так медики оценивают здоровье детей или призывников)! С точки же зрения духовно-экологического дискурса большинство из этих людей здоровы, или, если и больны, то не в медицинском смысле: они неправильно живут. ... Вывод очевиден: здоровье не яв-

ляется естественным феноменом, это социальный артефакт, неразрывно связанный с социальными (медицинскими) технологиями". [15]

В большинстве болезней виновата не природа, не общество, только сам человек. [2]

Человек (H.S.) – существо космобиопсихосоциальное. Точнее, космобиологическое, т.е. фундаментальные свойства его биологической природы (как всего живого и неживого на Земле) обуславливают космос.

Ежедневно человек находится в состоянии конфронтации с различными типами среды (окружающей, природной, социальной, технической, виртуальной, символической, культурной...). [4]

Личность, как относительно автономная подсистема и сторона человека активно преобразует воздействующие на неё природные и социальные факторы, усиливая или ослабляя силу их воздействия. Личностный подход является методологическим принципом не только психологии, но и медицины, изучающей нормальную и патологическую жизнедеятельность человека как целостного единства организма и личности. Нельзя правильно объяснить особенностей здоровья и болезней человека, не учитывая роль его личности, индивидуального стиля жизни, потребностей, интересов и привычек. [12]

Индивидуальный стиль личности, её основные привычки, формирующие здоровый образ жизни, или, наоборот, образ жизни, ведущий к потере здоровья – во многом обуславливает процесс социализации личности.

Социализация личности – феномен, отличающийся большой динамичностью, изменчивостью и флуктуациями, зависящими от целого ряда конкретных социально-исторических факторов. [5]

Феномен социализации в значительной мере обусловлен влиянием динамично изменяющихся аксиологических факторов и доминирующих психофизиологических установок индивида.

Одна из важнейших особенностей социализации личности на современном этапе развития российского общества – это стихийность и непредсказуемость протекания процесса социализации и крайне слабое влияние (в большинстве случаев) на направленность, содержание и последствия процесса социализации различных социальных институтов, традиционно отвечающих за социализацию молодого поколения. Семья, школа, государственные социальные структуры за предшествующие два десятилетия значительно утратили доминирующий потенциал социализации.

Социальные институты во многих случаях игнорируют факт удивительного многообразия и мозаично-

сти протекания процесса социализации личности в зависимости от факторов социальной микро- и макросреды. [5]

В развивающихся странах сейчас живет 4,5 млрд. человек, 60% из них – в условиях, противоречащих минимальным санитарно-гигиеническим требованиям. Менее чем на 1 долл. США в день живут более 1,2 млрд. человек, а почти половина населения мира до сих пор вынуждены жить меньше, чем на 2 долл. в день. Треть населения развивающихся стран не доживает до 40-летнего возраста. [13]

За два последних столетия население Земли увеличилось более чем в 6 раз, а число горожан – почти в 70 раз. В России в 90-е годы XX века произошло резкое сокращение продолжительности жизни по сравнению с концом 80-х годов: на 6-7 лет. Ситуация к 2000 году стабилизировалась, но скорее всего за счет «статистики», которой вряд ли можно доверять. [7]

У половины населения страны, доход на члена семьи, по самооценке опрошенных, составляет не более 2000 рублей в месяц. За чертой бедности, по разным оценкам, сейчас находится от 30% до 65% россиян (официальная статистика находит только 19,8 млн. человек бедных). [16]

Число пенсионеров в стране стабильно растет. В 1981 году их число составляло 27417 тыс. чело-

век. В 1986 году – 37083 тыс. человек. И в настоящее время составляет треть населения страны. В 2016 году число пенсионеров составило 42729 тыс. человек - это 33% от общего числа населения (141927 тыс. человек). [10]

В отношении заболеваний – это наиболее уязвимая часть населения. Старение – это, говоря простым языком, системная болезнь деградации человеческого организма. Закон природы, который пока нельзя обойти (мечта о бессмертии – сфера религии).

Но есть и более позитивный взгляд на проблему: «старение – это болезнь регуляции и поэтому во многих отношениях может поддаваться лечению». [8, 19]

«Старости и болезни надо сопротивляться». [2] Вопрос: каким образом? Строить больше больниц? Закупать больше лекарств и медицинского оборудования? Но это экстенсивный, затратный, пассивный путь противостояния росту заболеваний. Надо активно искать и формировать другие подходы, учитывающие нашу социально-психологическую реальность (исторически – мы страна постоянного дискомфорта и нескончаемых стрессовых ситуаций). И, может быть, в этой реальности находится главный ответ на проблему-вызов. На наш взгляд, нам необходимо интенсивно

развивать единую (интегрированную) государственно-общественную систему активной и всепроникающей профилактики болезней.

В настоящее время в отечественном (да и в мировом) здравоохранении господствует парадигма: пациенту ничего самому не надо делать. Только глотать таблетки. Отсюда – рост и прибыли фармацевтической промышленности. Фармакология – это прежде всего бизнес. Две трети лекарств назначается больным без должных оснований.[2] Врачи должны освободить человека именно от психологии болезни.

Преобладают среди общей массы больных людей «постоянные» пациенты, в среде которых широко распространены и длительно протекают неинфекционные заболевания, особенно так называемые психосоматические расстройства, промежуточные состояния между здоровьем и болезнью. [12]

И если мы внимательно глянем на статистику заболевания и смертности населения России, мы тоже повторим вслед за В.М. Розиным – «здоровых людей в России практически нет». Точнее: здоровые люди всё же встречаются, но на общем фоне они составляют абсолютное меньшинство (табл. 1 и 2).

Таблица 1 – заболеваемость населения России по основным классам, группам и отдельным болезням по данным за 2014 год [9]

№	Болезни	Зарегистрированных заболеваний у пациентов
1	Болезни органов дыхания	48707 тыс
2	Травмы и отравления	13182 тыс.
3	Болезни мочеполовой системы	7164 тыс.
4	Болезни кожи и подкожной клетчатки	6717 тыс.
5	Болезни глаз	5067 тыс.
6	Болезни костно-мышечной системы	4647 тыс.
7	Инфекционные и паразитарные болезни	4504 тыс.
8	Болезни уха	4049 тыс.
9	Осложнения беременности осложнения, родов и послеродового периода	2801 тыс.
10	Болезни нервной системы	2369,9 тыс.
11	Новообразования	1693 тыс.
12	Нарушения обмена веществ	1635,9 тыс.
13	Гипертония	1010 тыс.
14	Ишемическая болезнь сердца	984 тыс.
15	ВИЧ	742 тыс.

Таблица 2 - Причины смертности населения России по данным за 2014 год [9]

	Умершие от:	Количество человек
1	Ишемической болезни сердца	429 тыс.
2	Цереброваскулярных болезней	295 тыс.
3	Новообразований	290 тыс.
4	Болезней органов пищеварения	96,7 тыс.
5	Болезней органов дыхания	78 тыс.
6	Инфекционных и паразитарных болезней	32 тыс.
7	Транспортных несчастных случаев	28,8 тыс.
8	Самоубийств	26,6 тыс.
9	Туберкулеза	14,4 тыс.
10	Случайных отравлений алкоголем	15,4 тыс.
11	Убийств	12,9 тыс.

Метеопатии возникают при сильном переутомлении, болезни, стрессовых ситуациях, когда приспособительные резервы основных жизнеобеспечивающих систем не успевают подготавливать организм к возникающим экстремальным погодным, геомагнитным ситуациям. ... Интересны результаты психофизиологических исследований в период гравитационных возмущений. Оказалось, что критические ситуации приводят к появлению психоэмоционального напряжения у 89,4% больных и переутомленных людей. [20, 1]

Профилактику метеопатических реакций у метеочувствительных лиц следует проводить строго дифференцированно с учетом количественно-качественных характеристик ожидаемой динамики погодных условий, а также с учетом индивидуальных особенностей организма. [14]

Существует необходимость самого широкого внедрения профилактических методов индивидуальной психогигиены, психотерапии и психокоррекции у здоровых людей и дальнейшего развития системы социально-психологической помощи населению, примером которой является телефонная «служба доверия». [11]

Впрочем, психотерапевтами, психологами спорта и психогигиенистами разработаны эффективные

приемы психической саморегуляций.

Наибольшая ценность аутогенной тренировки заключается в том, что её приемами могут самостоятельно овладеть практически все люди.

Аутогенная тренировка - в настоящее время миллионы людей в различных странах мира применяют этот метод.

Помимо аутогенной тренировки, которую необходимо вводить в массовую культуру, в культуру каждой здравомыслящей личности, есть еще более важный компонент поддержания здоровья – это физическая культура и массовый спорт. Здесь у нас происходит «откат» (в естественном смысле слова) по всем статьям, за исключением развития навыков манипуляции статистикой и общественным мнением.

Позитивный опыт, достигнутый советским здравоохранением к 1989 году, в 90-е и 2000-е годы активно игнорировался, также как и опыт лучших достижений в системе отечественного образования в развитии массовой физкультуры и массового спорта. В последние 25 лет нам активно навязываются всякие инородные новшества, которые часто уничтожают лучшие отечественные достижения и традиции практически во всех сферах жизнедеятельности общества и государственного строительства. [21]

Что говорили Федосеев Г.Б. и Дунаевский В.В. о профилактике болезней, возникающих под влиянием психоэмоционального напряжения. «Для того чтобы избавить общество и каждого человека в отдельности от чрезмерных стрессов и тем самым предотвратить развитие многих очень тяжелых заболеваний, нужны следующие меры. Во-первых, построение как можно более совершенной общественной системы, которая будет предотвращать возникновение различных опасностей как в социальной, так и в биологической среде. Во-вторых, развитие и углубление доброжелательных, товарищеских отношений между людьми как в узкой, так и в широкой общественной среде. В-третьих, воспитание и гармоничное развитие людей, развитие позитивных качеств и способностей каждого человека, его физической и психической выносливости. В-четвертых, умение каждого ограничивать свои эмоции, решать свои проблемы, принимая конструктивные решения без чрезмерной эмоциональной окраски и драматизации ситуации. Такой подход позволит сохранить здоровье и жизнь очень многим людям». [18] Скажите, положите руку на сердце – ну разве это не актуально для нашего времени и для завтрашнего дня нашей страны и всего её населения?

Мы не говорим еще о многих составных интегральной системы

профилактики, например, о культуре питания. «Оптимизация питания – проблема, нуждающаяся в общем решении. Она представляется особенно важной, так как для настоящего времени характерны дефекты питания в глобальных масштабах». [17]

О здоровом образе жизни: у нас много говорят, но мало кто его исповедует. Разве что небольшой процент среди элиты и нового среднего класса. У подавляющей части населения отсутствуют убеждения и навыки, обеспечивающий здоровый образ жизни. На наш взгляд – это вообще основной вопрос выживания российского этноса и государства в XXI веке.

Завершая краткий обзор заявленной темы, хочется сказать, что мы коснулись лишь отдельных фрагментов существующей проблемы, не получающей достаточного внимания правительства России, профессионального медицинского сообщества (в целом) и, безусловно, самого населения России. к социально-психологическим аспектам, влияющим на состояние здоровья населения и действующим в противоположных направлениях: как помогающим сохранить и поддержать здоровье, так и разрушающим здоровье, создающим условия для многих серьезных заболеваний [5].

ЛИТЕРАТУРА

1. Агаджанян Н.А. Здоровье человека и биосферы: комплексный медико-экологический мониторинг / Н.А. Агаджанян, Аптикаева О.И., Гамбурцев А.Г. и др. // Экология человека. 2005. – 4. – С. 3-10
2. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. 3-е изд., доп. и перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 64 с.
3. Винобер А.В. Феномен социализации личности на современном этапе развития российского общества / А.В. Винобер // STUDIUM-IX. Российский социум в перспективах и противоречиях развития. Сборник мат. ежегод. научн.-практ. конф. / Под общ. ред. О.А. Кармадонова, В.А. Решетникова. – Иркутск: ИГУ, 2008. – С. 21-23
4. Винобер А.В. Полевая экологическая психология: контуры и ориентиры / А.В. Винобер // Биосферное хозяйство: теория и практика. 2017. – 2. – С. 54-60
5. Винобер А.В., Винобер Е.В. / Авторы-составители / Причины и профилактика основных болезней населения России: информационно-аналитический обзор. 2017. – 978 с. Рукопись.
6. Гуваков В.И. Здоровоохранительная деятельность: социокультурные и методологические проблемы. – Новосибирск: Изд-во Новосибирского ун-та, 1991. – 184 с.
7. Демиденко Э.С. Философское осмысление здоровья человека в техногенном мире / Э.С. Демиденко // Ноосферное восхождение земной жизни. Монографический сборник статей по социально-экологической тематике. – М.: МАОР, 2003. – 247 с.
8. Дильман В.М. Большие биологические часы. Введение в интегральную медицину. Изд. 2-е, перераб. и доп. – М.: Знание, 1986. 256 с.
9. Здоровоохранение в России. 2015: Стат.сб./Росстат. - М., 2015. – 174 с. [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.gks.ru/free_doc/doc_2015/zdrav15.pdf. (Дата обращения 10.08.2017)
10. Какое количество пенсионеров зафиксировано в России в 2017 году [Электронный ресурс] // Пенсионный эксперт: сайт. - Режим доступа: <http://pensiaexpert.ru/novosti/kakoe-kolichestvo-pensionerov-zafiksirovano-v-rossii-v-2016-godu.html> (Дата обращения 10.08.2017)
11. Лобзин В.С., Решетникова М.М. Аутогенная тренировка. (Справочное пособие для врачей). – Л.: Медицина, 1986. – 280 с.
12. Мельников Г.В., Шаталов А.Т. Медицинское знание как единство социального и биологического подходов // Биология в познании человека. – М.: Наука, 1989. – С. 188-197
13. Населения и глобализация. 2-е изд. / Н.М. Римашевская, В.Ф. Галецкий, А.А. Овсянников и др. – М.: Наука, 2004. – 322 с.
14. Оранский И.Е. Природные лечебные факторы и биологические ритмы. – М.: Медицина. – 1988. – 288 с.
15. Розин В. Здоровье как философская и социаль-

психологическая проблема // Кентавр. – 2000. – 22. – С. 36-46

16. Россия - новая социальная реальность. Богатые. Бедные. Средний класс / Под ред. М.К. Горшкова, Н.Е. Тихоновой. – М.: Наука, 2004. – 259 с.

17. Уголев А.М. Теория адекватного питания и трофология. – Л.: Наука, 1991. – 272 с.

18. Федосеев Г.Б., Дунаевский В.В. «Мелочи» жизни? Аутопатогения и здоровье. – СПб.: 1992. – 251 с.

19. Фролькис В.В. Старение и увеличение продолжительности жизни. – Л.: Наука, 1988. – 239 с.

20. Хаснулин В.И. Космические тайны вашего самочувствия. – Новосибирск: Наука, 1992. – 176 с.

21. Шиган Е.Н., Остапюк С.Ф. Целевые комплексные программы в здравоохранении. – М.: Медицина, 1988. – 224 с.

A.V. Vinober

«Siberia Land Congress» Biosphere and Agriculture Economies Support and Development Fund, Irkutsk, Russia

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF HEALTH STATUS OF THE POPULATION OF RUSSIA

The article is devoted to the study of socio-psychological aspects of health of the Russian population. The author notes that the individual style of the person, its basic habits that form a healthy lifestyle, or, conversely, a way of life, leading to the loss of health – largely determines the process of socialization. We analyze the statistics of the number of pensioners and the poor as the statistics of morbidity and mortality by groups of diseases. The author pays attention to such components of health maintenance as autogenic training, psychic self-regulation, physical culture. And stresses that we need to develop a single (integrated) state-public system of active and pervasive disease prevention.

Keywords: health, healthcare, illness, Russia's population, seniors, socialization, socio-psychological aspects, prevention.

Поступила в редакцию 15 августа 2017