

За последние 2 года число россиян, имеющих вредные привычки, сократилось до 37% (с 47% в 2020 году). В то же время, 44% жителей нашей страны признались в наличии проблем со здоровьем из-за неправильного образа жизни. Среди наиболее распространенных вредных привычек не только алкоголь и курение, но переедание. На фоне данной тенденции растет и посещаемость профильных врачей – пульмонологов, наркологов, диетологов. Специалисты Федерального научно-клинического центра ФМБА России совместно со Страховым Домом ВСК проанализировали, как изменилось отношение россиян к своему здоровью и вредным привычкам.

Согласно опросу ФНКЦ ФМБА России, в наличии тех или иных вредных привычек в 2023 году признались 44% россиян – это на 10 п.п. меньше, чем в 2020 году. Особенно ярко данная тенденция прослеживается среди мужчин – среди них ведут неправильный образ жизни 43% опрошенных (против 54% в 2020 году). При этом, 44% россиян в 2023 году жаловались на проблемы со здоровьем из-за наличия вредных привычек – для сравнения, в 2020 году этот показатель составлял чуть менее 41%.

В перечень самых распространенных пристрастий россиян в 2023 году вошли: избыточное потребление сладкого (36% респондентов), переедание (36%), злоупотребление алкоголем (27%), курение сигарет (24%), курение вейпов (16%), курение кальянов (12%), регулярное потребление энергетических напитков (11%). Среди молодежи (до 35 лет) наиболее распространено курение вейпов, кальянов и энергетические напитки. Тогда как представители более старшего поколения зависят от курения сигарет и потребления алкоголя.

Подтверждают негативные тенденции и в Страховом Доме ВСК. Так, в 2023 году число обращений к наркологам (в рамках ДМС) выросло на 20%. Также среди пациентов стабильно востребованы пульманологи и диетологи. В основном на проблемы с легкими в 2023 году жаловались мужчины – 47% (против 45% годом ранее). Также на мужчин приходится подавляющая доля проведенных консультаций врачами-наркологами – 79% (против 75% ранее). Женщины удерживают лидерство по числу обращений к диетологам, и число пациенток только растет – в 2023 году на них пришелся 71% приемов (58% в 2022 году).

«Согласно исследованию ФНКЦ ФМБА России, пандемия недостаточно мотивировала россиян бросать курить. В 2023 году об избавлении от вредного пристрастия заявили 15% респондентов (в 2020 году аналогичный показатель был равен 20%). Схожая ситуация и с алкогольной зависимостью – от этой привычки отказались 13% опрошенных (против 20% тремя годами ранее)», — добавил Сергей Ложкин, Врач – пульмонолог ФНКЦ ФМБА России.

При этом, немного сократилось количество выкуриваемых в день сигарет – до 14 штук в день. Больше всего курят представители старшего поколения – больше 17 сигарет в день россияне старше 50 лет, больше 16 в день – респонденты в возрасте 36-50 лет. Средний стаж российского курильщика составляет более 15 лет — 64%. Среди мужчин этот показатель еще выше – 86%.

По оценкам ВСК, пациенты, страдающие из-за вредных привычек, постепенно «молодеют». Если в 2022 году средний возраст россиянина с проблемами лишнего веса составлял 42 года, то в 2023 году уже 41 год. Аналогично и с пациентами пульманологов – их средний возраст сократился с 48 лет до 47 лет. К наркологам преимущественно обращаются россияне в возрасте 43 лет.

В 2023 году к пульмонологам чаще всего обращались (в порядке убывания) жители столичного региона и Санкт-Петербурга, Новосибирской, Тульской, Свердловской, Самарской и Челябинской областей. Самое высокое число приемов нарколога было зафиксировано в Республике Коми, Ростовской области, Краснодарском, Пермском и Приморском крае, Томской области. Чаще всего с проблемами с лишним весом сталкивались жители Москвы, Тюменской области, Свердловской области и Татарстана.

Методология исследования — аналитика подготовлена на основе:

Опросов ФНКЦ ФМБА России, проведенных в 2020 и 2023 году среди 1600 респондентов – жителей РФ, мужчин и женщин, в возрасте от 18-65 лет.

Статистики обращений клиентов Страхового Дома ВСК за медицинской помощью в рамках ДМС в 2023 году.

## ***Википедия страхования***