



ЖИТЬ ДОЛГО И ХОРОШО

Более долгая, более продуктивная жизнь будет означать крупные изменения в прежних правилах относительно старения

Эндрю Скотт



За последние 150 лет человечество стало свидетелем одного из своих величайших свершений. В 1870-м году средняя продолжительность жизни на планете составляла около 30 лет; сегодня она достигла 73 лет и продолжает увеличиваться (Deaton, 2015). Кроме того, часть жизни без болезней и немощи в целом не изменилась, из чего следует, что люди проживают преимущественную часть этих дополнительных лет, находясь в добром здравии.

Последствия данного обстоятельства для людей весьма серьезны. Например, в 1960-м году средний новорожденный в Китае имел всего лишь 27-процентный шанс на то, чтобы дожить до 65 лет; сегодня вероятность этого выросла до 83 процентов и продолжает расти. В среднем во всем мире люди сегодня могут рассчитывать на более долгую, здоровую жизнь, чем прошлые поколения.

Новый рубеж старения

В то время как для отдельного индивидуума вышесказанное — отличная новость, на агрегированном уровне проблемы старения общества вызывают озабоченность. В 1965-м году в мире проживало 129 миллионов человек старше 65 лет; сегодня таких людей почти 750 миллионов, а к 2100-му году, как ожидается, эта цифра увеличится до 2,5 миллиардов. Растет и число людей, которым исполнилось сто лет, — с 20 000 человек в 1965-м году до прогнозируемых 19 миллионов к 2100-му году.

Существует опасение, что данное явление ослабит экономический рост по мере снижения числа лиц работоспособного возраста и возрастания нагрузки на государственные бюджеты из-за повышения затрат на пенсионное обеспечение и здравоохранение.

На рисунке показаны изменения в численности и структуре мирового населения. По вертикальной оси дается население Земли с разбивкой по возрасту, по горизонтальной оси — данные в разбивке на мужчин и женщин.

По горизонтали на рисунке показан стремительный рост доли населения старше 65 лет. Если в 1950-м году на этих людей приходилось всего пять процентов населения, то сегодня их доля увеличилась до девяти процентов. Ожидается, что к 2100-му году на эту группу будет приходиться 23 процента всего населения. Поддержка этого популяционного сдвига потребует глубоких изменений в мерах политики, в институтах, в практике.

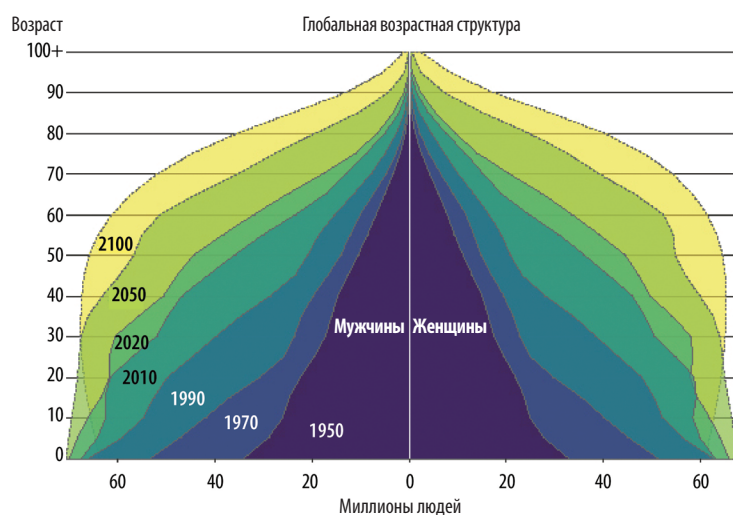
Однако по вертикали рисунок «рассказывает» иную историю, акцент в которой сделан не на старении, а на долголетию. С этой точки зрения, у рожденных сегодня детей значительно более продолжительное будущее, чем у предыдущих поколений. Возросла вероятность доживания до старости, а также «поднялся» пик пирамиды, и в результате изменилось представление о том, что следует считать «старостью».

Долголетие представляет собой увеличение продолжительности жизни и требует, как выразилась профессор Стэнфордского университета Лора Карстенсен, «новой

Как будет меняться процесс старения в будущем

Огромный глобальный рост числа людей старше 65 лет несет серьезные последствия для качества старения и государственной политики.

(Распределение и прогнозирование состава населения мира по гендерному признаку, 1950–2100 годы)



Источник: Департамент Организации Объединенных Наций по экономическим и социальным вопросам, Отдел народонаселения мира.

карты жизни». Более продолжительная жизнь означает перемены в том, когда мы получаем образование или женимся, когда заводим детей, как долго работаем, как проводим не только старость, но также юность и средний возраст (Gratton and Scott, 2016). С этой точки зрения вопрос звучит не «Как нам покрыть затраты, вызванные старением общества?», а «Как изменить поведение, чтобы с максимальной отдачей воспользоваться увеличением продолжительности жизни?»

В основе этих перемен лежит тот факт, что понятие возраста стало в некоторой степени эластичным. Питание, образование, поведение, общественное здравоохранение, окружающая среда, врачебная практика могут влиять на то, с какой скоростью мы стареем. По ряду показателей (заболеваемость, смертность, когнитивная функция, физическая сила) люди на самом деле стареют не больше, а медленнее.

Эта эластичность обуславливает потребность в проведении различия между хронологическим возрастом (сколько лет прошло со времени рождения человека) и биологическим возрастом (в какой физической форме находится человек и каково состояние его здоровья). Основываясь на хронологическом определении «старости», концепция стареющего общества не учитывает, стареют ли люди «лучше», и исключает возможности структурных изменений в течение жизни. В результате эта концепция сосредотачивается только на негативных сторонах стареющего общества: больше людей преклонного возраста, требующих ухода и содержания. При этом упускаются из виду потенциальные выгоды программы долголетия, содействующей более долгой, здоровой и продуктивной жизни.

Мифы

Соответственно, работают две силы: стареющее общество, отражающееся в изменениях в демографической структуре, и эффект долголетия, движимый улучшениями в том, как мы стареем. Если рассматривать демографические изменения только через призму стареющего общества, возникает риск упустить из виду общую картину.

Миф первый: старение лучше всего измерять хронологически.

В двадцатом веке наши представления о возрасте сформировались вокруг хронологических показателей, по мере того как официальные государственные данные о рождении и смерти стали более надежными и легли в основу усиления регулирования. Апофеозом такого хронологического измерения стало определение начала преклонного возраста цифрой 65, закрепленное в концепции «коэффициент зависимости престарелого населения». В отличие от этого, эластичность возраста требует проведения различия между хронологическими и биологическими показателями возраста, что значительно уменьшает величину прироста населения преклонного возраста (Sanderson and Scherbov, 2019).

Миф второй: старение происходит во всех странах.

За последние двадцать лет медианный возраст во Франции, Соединенном Королевстве и США вырос, но при этом средняя смертность (измеряемая количеством смертей на тысячу человек населения) снизилась. Чем ниже средний показатель смертности, тем дольше может рассчитывать прожить средний гражданин. Если измерять старость количеством лет с момента рождения, то граждане этих стран стали более старыми, но если рассматривать преклонный возраст как близость к смерти, эти народы в некотором смысле сегодня моложе и у них впереди «больше» будущего. Представляется, что «стареющее общество» для данной ситуации — не вполне однозначный термин.

Миф третий: Япония является предвестником.

В Японии отмечается самая высокая продолжительность жизни в мире, и эту страну часто рассматривают как лидера тенденции старения общества. Результатом демографического сдвига в Японии стало крупнейшее увеличение продолжительности жизни и самый глубокий спад рождаемости в странах Группы семи (G7) с 1950-го года. В результате в Японии эффект стареющего общества проявляется значительно заметнее, чем в остальных странах Группы семи. Баланс между стареющим обществом и преимуществами долголетия варьируется от страны к стране, как и воздействие на экономический рост и необходимые меры политики.

Миф четвертый: старение — это проблема богатых стран. Учитывая молодой средний возраст населения во мно-

гих странах с низким уровнем доходов, нередко бытует допущение, что старение является проблемой богатых стран. Тем не менее, в предстоящие годы это молодое население будет стареть. Странам нужно поддерживать 15-летних сегодня для обеспечения того, чтобы по достижении ими 65 лет в 2070-м году их старение проходило как можно лучше. Старение начинается не в 65 лет, и правительствам следует признавать это посредством принятия мер политики в помощь пожилым людям, как в будущем, так и сегодня.

Меры политики, способствующие долголетию

Программа долголетия призвана повлиять на весь жизненный цикл в целом и помочь людям воспользоваться возможностями, предоставляемыми более продолжительной жизнью. Эта программа охватывает все аспекты жизни, но при этом занятость, образование, здоровье — это основные центры внимания, где государству предстоит сыграть ключевую роль.

Поддержка работников старшего возраста. Принципиально важно найти способы помочь работникам старшего возраста сохранить производительность. Данная тема охватывает больше, чем просто возраст выхода на пенсию, поскольку уход из рабочей силы начинается приблизительно в 50 лет и часто не является добровольным.

Важность данной темы очевидна из статистики занятости. В 2008–2018 годах на лиц старше 55 лет приходилось 79 процентов роста занятости в странах-членах Организации экономического сотрудничества и развития, а в странах Группы семи — 103 процента. Кроме того, главным фактором различий между странами в занятости работников старшего возраста стали не изменения в численности пожилого населения, а изменения в вероятности их занятости.

Меры политики, стимулирующие более активное участие в рабочей силе лиц старшего возраста, будут зависеть от щедрости и доступности систем пенсионного обеспечения, состояния здоровья и поддержки, доступной для работников, а также от отраслевой структуры экономики и видов предлагаемых рабочих мест. Применение робототехнических средств и искусственного интеллекта также должно помогать поддерживать занятость в этой группе. Пожилые трудящиеся склонны высоко ценить гибкие и неполные графики занятости, зачастую несмотря на более низкие заработки, и Япония и Сингапур воспользовались этим фактором.

Поддержка трудящихся старшего возраста также требует борьбы с укоренившейся в корпоративном мире дискриминацией по возрастному признаку, из-за которой работникам старшего возраста трудно находить новую работу, и их с большей вероятностью увольняют. Государственным органам следует более инициативно расширять права лиц с ограниченными физическими возможностями, а также принимать законы об обеспечении разно-

образия для поддержки и защиты работников более старшего возраста.

Поддержка более длительной полноценной жизни. Более высокая продолжительность жизни обуславливает необходимость в большей степени сосредоточиться на обучении на протяжении всей жизни. В настоящее время в трехэтапной модели жизни, состоящей из «обучения, зарабатывания, выхода на пенсию», образование стоит в начале. Однако долголетие и технический прогресс значительно увеличат потребность в образовании для взрослых, требуя ключевых изменений в системах образования.

Более длительные карьеры потребуют большей гибкости для работников всех возрастов. Приостановка трудовой деятельности для того, чтобы пройти переподготовку; для поддержки членов семьи (как детей, так и престарелых родителей); а также для пересмотра планов, восстановления сил, переориентации по мере того, как люди будут увеличивать или уменьшать свои связанные с работой обязательства — все это станет необходимым в условиях многоэтапной жизни.

Все хорошо, что хорошо стареет. По мере старения населения бремя заболеваний сдвигается в сторону неинфекционных болезней, таких как болезни сердца, рак, диабет, слабоумие. В 2016 году на эти болезни приходился 71 процент смертей в мире, причем 78 процентов смертей от этих причин имело место в странах с низким и средним уровнем доходов. Неинфекционные заболевания дорого и трудно лечить посредством вмешательства, поэтому поставщикам медицинских услуг следует рассмотреть возможность серьезного сдвига в сторону профилактического здравоохранения. Как и в случае с улучшениями в состоянии здоровья в прошлом, для этого потребуются просвещение общественности, направленное на изменение поведения людей, когда речь идет об активности, питании, социальных контактах и целевой ориентации. Потребуется также новые технологии мониторинга и прогнозирования, такие как искусственный интеллект и большие массивы данных.

Основной причиной многих неинфекционных заболеваний является сам возраст. Отсюда следует, что более заметную роль в лечении должны играть усилия по замедлению процесса старения, нежели борьба с конкретными заболеваниями, такими как рак (Ellison, Sinclair, and Scott, 2020). Растущая программа исследований сосредоточена на понимании того, почему мы стареем, и на разработке методов лечения, которые, в случае успеха, могут привести к резким изменениям в эластичности возраста (Sinclair, 2019).

Поддержка разнообразия. Эластичность возраста означает, что существует значительное разнообразие в том, как люди стареют. По мере многомиллионного роста числа людей, живущих дольше 65 лет, это будет становиться все более очевидным, создавая проблемы для мер политики, основанных исключительно на хронологическом возрасте,

например, таких как повышение возраста для получения государственных пенсий. Правительствам нужны меры политики, обеспечивающие поддержку для тех, кто не в состоянии продолжать работать, и одновременно создающие стимулы оставаться в строю для тех, кто может это делать. Как это делается в отношении других возрастных групп, лицам, ответственным за разработку политики, следует признать, что хронологический возраст является слабым прогнозирующим параметром потребностей и способностей людей, и разрабатывать более дифференцированную политику с различными вариантами в зависимости от обстоятельств.

Целенаправленные действия в отношении долголетия. Нарастает полемика вокруг альтернатив ВВП как способа измерения благосостояния. Одной из потенциальных альтернатив является ожидаемая продолжительность здоровой жизни. Учитывая, что рост ожидаемой продолжительности здоровой жизни зависит не только от дохода и гарантий занятости, но также и от более обширных социальных целей, равно как и от качества окружающей среды и неравенства, долголетие эффективно увязывается с широким спектром программ. Советы по вопросам долголетия (как, например, Японский совет по проектированию 100-летней жизни) помогут отслеживать прогресс в достижении этих целей и улучшать межведомственную координацию.

В том, как мы стареем, происходят изменения, заставляющие усомниться в утверждении французского философа XIX века Огюста Комта о том, что «демография — это судьба». Люди живут дольше, более здоровой жизнью, и это должно быть хорошей новостью для людей и экономики. Целью является разработка мер политики, направленных на максимальное увеличение числа людей всех возрастов, которые извлекают выгоду из этого эффекта долголетия, с одновременным стремлением к повышению продуктивности в течение более длительной жизни. **ФР**

ЭНДРЮ СКОТТ — профессор экономики в Лондонской школе бизнеса и соучредитель организации The Longevity Forum («Форум долголетия»). Он является автором (наряду с Линдой Грэттон) изданной в 2016-м году книги *“The 100-Year Life: Living and Working in an Age of Longevity”* («Жизнь длиною в век: жизнь и работа в эпоху долголетия»).

Литература

- Deaton, A. 2015. *The Great Escape: Health, Wealth and the Origins of Inequality*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Ellison, M., D. Sinclair, and A. Scott. 2020. “All’s Well That Ages Well.” Oxford University/Harvard Medical School/London Business School, unpublished.
- Gratton, L., and A. Scott. 2016. *The 100-Year Life: Living and Working in an Age of Longevity*. London: Bloomsbury Business.
- Sanderson, W. C., and S. Scherbov. 2019. *Prospective Longevity: A New Vision of Population Aging*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Sinclair, D. 2019. *Lifespan: Why We Age and Why We Don’t Have To*. New York: Altria.