

## Учись жить долго



— Какой молодец у вас внук! — обращаясь к бабушке, близкой к обмороку, восхищенно произнесла врач-хирург, закончив накладывать гипс на руку семилетнего пациента. Ему пришлось долго вправлять кости после сложного перелома. — Девочка бы такую истерику устроила!

Будучи свидетелем этой давней сцены, могу подтвердить, что держался мальчуган и впрямь героически. А после комплимента от врача и вовсе подавил в себе едва заметные признаки страдания. Думается, что в такой стрессовой ситуации он похвалу в свой адрес воспринял как жизненную установку.

Конечно, сила духа — это больше от природы. Но и воспитание играет здесь не последнюю роль. Только вот знают ли добрые воспитатели мужского характера, что своими благими намерениями они закладывают бомбу под здоровье сильного пола?

Не показывать слабость, терпеть боль, а если заболел, тянуть с визитом к врачу до последнего — это в мужском характере.

В какой мере все это относится к мужчинам-белорусам? Ответ на этот вопрос получили ученые [Института социологии НАН](#), которые провели национальный опрос мужчин и женщин. С его результатами меня познакомила заведующая сектором социологии здоровья и человеческого развития Виолетта Шухатович.

Для начала отметим известные факты статистики по стране (данные за 2011 год, когда было проведено социологическое исследование). Если среди умерших женщин только 9,1 % были в трудоспособном возрасте, то среди мужчин — 37,3 %. То же самое и с ожидаемой продолжительностью жизни. В Беларуси этот показатель составил в тот год 64,7 года для мужчин и 76,7 — для женщин.

Разрыв, конечно, разительный. Но еще более удивительно то, что самооценка здоровья у мужчин оказалась существенно выше, чем у женщин. Распространенность оценок здоровья «хорошее» и «скорее хорошее» у них вдвое выше, чем у женщин. Почти вдвое ниже у сильного пола и число оценок «скорее плохое» и «плохое». Мужчины в полтора раза реже отмечали, что их здоровье за последний год ухудшилось и что у них имеются хронические заболевания.

Но! Ребята, если вы такие здоровые, то почему меньше живете?

Правда, несоответствие статистических данных о продолжительности жизни и самооценки здоровья у мужчин нельзя назвать сугубо белорусским феноменом. Скорее, это классика, «гендерный парадокс здоровья», по формулировке известного российского ученого Натальи Римашевской. Она объясняет его и более выраженной ответственностью женщин за детей, и большей природной выносливостью «слабого» пола. Мужчины же, по ее наблюдениям, менее склонны к самосохранительному поведению.

Все это подтвердил опрос. В частности, уровень самосохранительной активности белорусок, действительно, оказался выше. Женщины у нас, как выяснилось, уделяют большое внимание своему питанию, стараются организовать свободное время с пользой для здоровья, соблюдают умеренность в потреблении алкоголя, значительно реже курят. Более заметное внимание к своему здоровью прослеживается буквально по всем пунктам опроса. Идет ли речь о стремлении обращаться за помощью к медикам при первых симптомах заболеваний, об интересе к телепрограммам на темы здоровья, о соблюдении рекомендаций врачей — женщины всюду набрали больше баллов. Впрочем, в занятии физкультурой и закаливанием сильный пол оказался на ступеньку выше. Хотя, надо понимать, в большей степени такое увлечение идет от желания приобрести силу, а не здоровье.

Итак, что же с этими неразумными мужиками делать?

Думается, надо как-то иначе воспитывать с малых лет. Да, воспитывать сильных, уверенных в себе и мужественных. Но в то же время и внимательных к своему здоровью. Ведь какой из тебя защитник, если ты уходишь раньше срока?

*Дмитрий ПАТЫКО, «Р»*