

BIOSOCIAL UNDERSTANDING OF THE AGING PROCESS

Maksud Khidoyatov,

Senior Lecturer, PhD in Philosophy, Center for the Development of Professional Qualifications of Medical Workers, Department of Social Sciences and Humanities,

Nozima Fayzieva,

PhD in Medicine, Associate Professor, Center for the Development of Professional Qualifications of Medical Workers, Head of the Department of Preventive Medicine - Fundamentals of Valeology

Abstract

This article is informative. It examines the aging process both from the perspective of the biological development of the body and from the perspective of its impact on social circumstances.

It identifies and describes the main trends in aging, as well as the social factors that influence the human aging process. This article aims to stimulate research into the influence of social factors on the aging process.

Keywords: Aging, biological process, elderly, old age, middle age of the population, social factors of aging, cultural perspective.

Introduction

БИОСОЦИАЛЬНОЕ ПОНИМАНИЕ ПРОЦЕССА СТАРЕНИЯ

Нозима Файзиева,

Заведующая кафедрой «Превентивная медицина - основы валеологии»

Центра развития профессиональной квалификации медицинских работников, к.м.н., доцент

Максуд Хидояттов,

Старший преподаватель кафедры общественно-гуманитарных наук

Центра развития профессиональной квалификации медицинских работников, кандидат философских наук

Аннотация

Статья имеет информативный характер. В ней рассматривается процесс старения как с точки зрения биологического развития организма, так и с позиции воздействия на него социальных обстоятельств.

Выделяются и описываются основные тенденции старения, а также те социальные факторы, которые воздействуют на процесс старения человека. Статья направлена на активизацию исследований в области влияния социальных факторов на процесс старения.

Ключевые слова: старение, биологический процесс, пожилые люди, старость, средний возраст населения, социальные факторы старения, культурологический аспект.

Введение

Старение – закономерный биологический процесс. Впервые Гиппократ (460-370 гг. до н.э.) хронологически разграничил возраст человека на: детство – до 14 лет, зрелость – от 15 до 42 лет, старость 43–63 года и долголетие – старше 63-х лет, и показал неизбежность процесса старения.

Биологическая природа человека проявляется в его жизнеобеспечивающих внутренних, взаимосвязанных системах: покровной, кровеносной, дыхательной, опорно-двигательной, мышечной, пищеварительной, нервной, эндокринной и др. Каждый орган, выполняя свои определенные функции, является неотъемлемой частью единой системы, обеспечивая жизнедеятельность всего организма. Биологический организм человека по мере своего взросления меняется, в старости его функциональные возможности постепенно начинают угасать, что, в конце концов, приведет к смерти.

Но человек от рождения связан с другими людьми, с обществом, его сознание, разум, способности, потребности и т.д. формируются только в сообществе. Он является носителем определенной культуры, он вхож в определенное сообщество, его деятельность основана на разуме, есть речь, сформированное мировоззрение, в процессе жизни он проходит все этапы инкультурации и социализации и т.д. В этом плане он существо социальное. В человеке биологическое выступает телесной оболочкой социального

существа. Единство биологической и социальной сущности есть главное условие существования человека, общества.

Старость, наряду с детством, юношеством, молодостью, зрелостью выступает одним из этапов этого Единства. По некоторым данным, старение начинается «в 25 лет— именно с этого возраста начинают закладываться основы хронических неинфекционных заболеваний, таких как проблемы с сердечно-сосудистой системой, диабет или ожирение... Развитие этих заболеваний провоцируется как внешней средой, так и привычками человека» (1).

Итак, старение – закономерное явление в развитии человека. Вместе с тем, старение – это также закономерная тенденция современного человеческого общества. При этом, во-первых, в каждой стране этот процесс протекает по-разному, например, «по старению населения лидирует Япония – к 2035 году на 100 человек в трудоспособном возраст будет приходиться 69 пожилых людей, в Германии — 66 человек. В США, несмотря на относительно высокий уровень рождаемости число пожилых составит 44 человека на 100 человек трудоспособного возраста. Тенденция заметна и в развивающихся странах. Так, в Китае число пожилых вырастет с 15 до 36, в Латинской Америке — с 14 до 27» (2).

Согласно отчёту ООН, к 2050 году каждый шестой человек в мире будет старше шестидесяти пяти лет, а это 16% населения планеты. Для сравнения: в 2019 году этот показатель был равен 9%. Через 27 лет каждый четвёртый житель Европы и Северной Америки будет входить в категорию «старшее поколение» (65 лет и старше). Ещё в 2019 году учёные прогнозировали, что число людей в возрасте восьмидесяти лет и более увеличится с 143 до 426 миллионов в 2050 году. К этому времени ожидается 1,6 миллиарда пожилых старше шестидесяти пяти лет, а к 2100 году их будет уже 2,5 миллиарда (3).

Литературный анализ и методология. Тенденция старения, несмотря на демографический рост и молодой возраст населения, характерна и для нашей страны. Так, на 1 января 2025 года Национальный комитет Республики Узбекистан по статистике зафиксировал средний возраст населения. Он составил 29,3 года. Отмечается, что во всём мире средний возраст населения составляет 30,9 лет. Однако, в 1991 году данный показатель находился на отметке 23,3 года. Практически аналогичный

показатель был зафиксирован и в 1995 году, когда средний возраст населения составил 23,4 года. Далее, начиная с 2000 года, средний возраст населения увеличивался в среднем на 1 год в 5 лет. В 2000 году данный показатель составил 24,3 года, в 2005 году - 25,7 лет, в 2010 году - 26,9, в 2015 году - 28,1 года и в 2020 году - 29 лет (4).

Британский научный журнал The Lancet опубликовал исследование, посвященное среднему возрасту проявления признаков старения в разных странах — для Узбекистана этот возраст составил 57 лет. Согласно результатам, полученным учеными, среднестатистический возраст старения составляет 65 лет, однако в Узбекистане он наступает гораздо раньше. Таким образом, республика заняла 183-е место в общем рейтинге стран (5).

Во-вторых, социологический анализ старения основан на изучении экономических, социальных, культурных факторов, влияющих на жизнедеятельность людей пожилого возраста.

С одной стороны, наблюдаются быстрые темпы роста населения за счет рождаемости и снижения смертности. При этом более половины населения находятся в трудоспособном возрасте. Так, по состоянию на 1 июля 2025 года численность постоянного населения Республики Узбекистан достигла 37,9 млн. человек из них в трудоспособном возрасте насчитывается 21,2 млн человек (56 %) и старше трудоспособного возраста — 4,5 млн человек (11,8 %). При этом, на рынок труда ежегодно поступают более 600 тыс чел. Это, с одной стороны создаёт значительный потенциал для экономического роста, развития производства и сферы услуг (6), что предполагает создание новых рабочих мест и обеспечение их занятости, с другой.

С другой стороны, с увеличением продолжительности и качества жизни, улучшением системы здравоохранения, большинство пожилых людей хотят продолжить работать, приносить пользу обществу, Так, на 25 июля 2024 года в Узбекистане более 584 тысяч из более 4,2 млн. (по состоянию на 1 ноября 2025 года) пенсионеров продолжают работать. Таким образом, официально работает каждый восьмой пенсионер(7) . Нужно заметить, что привлекать людей пенсионного возраста, имеющих большой профессиональный и жизненный опыт, накопленный в течении всей жизни, сейчас как никогда актуально. Однако, в реальности большинство работодателей не очень хотят связываться с людьми пенсионного возраста. С культурологической точки зрения, трудно согласится с устоявшимся мнением о том, что в пожилом возрасте люди становятся более

консервативными, сужается круг интересов и т.п. На самом деле, это не так. Здесь происходит постепенный переход от одной субкультуры к другой. Выделяют 3 основные группы, имеющие субкультуры:

- молодежь до 30 лет;
- средний возраст;
- люди старше 45 лет (8).

Для каждой возрастной группы свойственны свои характерные особенности, соответственно переход от одной возрастной группы к другой сопровождается изменением ценностной ориентации. Для людей пожилого возраста характерны специфические ценностные ориентации, связанные с выходом на пенсию, не сужением, а изменением круга интересов, появлением других предпочтений, изменением социальных ролей и взаимоотношений между различными возрастными группами.

Следует отметить, что в узбекской семье (как и в большинстве стран Востока) важной этической нормой было уважение и почитание старших. Пожилой человек - это гордость семьи, постольку он продолжает традиции, поддерживает устои и древо данной семьи. Соответственно молодое поколение всегда с готовностью отзывалось и большей частью, выполняло наказы старших. В результате это нередко приводило к чрезмерной опеке пожилых людей со стороны младшего поколения. По всей видимости, чрезмерная опека снижает физическую активность старших (хотя и не снижает уровень общения, их социальную активность). Так по результатам социологического исследования, проведенного сотрудниками Института здоровья и стратегического развития Р.М.Юлдашевым и Ш.У.Шукуровым, выявлено, что «почти 45% представителей старшей возрастной группы имеют низкий уровень физической активности. Время, затрачиваемое на физическую активность, значительно меньше у женщин (80 минут) по сравнению с мужчинами (121,1 минут)» (9). Возьмем альтернативный пример: «согласно данным Главного управления спорта Китая (GAS), около 39 процентов людей в Китае регулярно занимались физическими упражнениями по состоянию на 2023 год (10). К сожалению, данные о доле пожилых людей, вовлеченных в занятия физической культурой по нашей стране, отсутствуют.

Особо необходимо подчеркнуть, что государством предпринимаются большие усилия по поддержке старшего поколения. В частности в

Постановлении Президента Республики Узбекистан «О дополнительных мерах по всесторонней поддержке и повышению уровня жизни старшего поколения установлено, что:

а) одинокие престарелые граждане, нуждающиеся в постороннем уходе, и одиноко проживающие престарелые граждане один раз в год направляются в санатории для оздоровления на бесплатной основе;

б) малообеспеченным пожилым гражданам с тяжелыми условиями жизни приобретаются лекарственные средства, медицинские и специальные протезно-ортопедические изделия на основе рецептов врачей исходя из трехмесячной потребности, а также покрываются расходы на проведение хирургических операций;

в) пожилым гражданам с диагнозом тяжелых заболеваний и пожилым гражданам с инвалидностью компенсируется до 50 процентов стоимости лекарственных средств на основе рецептов врачей исходя из трехмесячной потребности.

При этом перечень лекарственных средств согласуется с Министерством здравоохранения и компенсируется стоимость лекарственных средств на день принятия решения Министерством по поддержке махалли и старшего поколения;

г) представителям старшего поколения покрываются расходы на приобретение абонементов для занятия физической культурой и спортом в учреждениях физической культуры и спорта (стадионах, спортивных залах, бассейнах и других спортивных комплексах).

При этом месячная сумма расходов на приобретение абонементов, не превышающая двукратного размера базовой расчетной величины, перечисляется на расчетный счет спортивных учреждений;

д) представителям старшего поколения полностью покрывается стоимость билетов в государственные театры и музеи (11).

Разработана система государственной поддержки старшего поколения. «В частности, в данной сфере приняты более 10 актов законодательства, в целях поддержки социальной активности старшего поколения учреждены орден «Фахрий мураббий» и нагрудный знак «Мехнат фахрийси».

Для представителей старшего поколения в 152 районах и городах созданы комплексы «Нуронийлар масканлари», налажена выплата пенсий всем

работающим пенсионерам в полном объеме, в областях, районах и городах созданы общественные советы «Нуронийлар», в махаллях - группы «Кексалар маслахати», стало традицией проведение «Недели старшего поколения» и «Месячника туризма старшего поколения» (12).

Заключение

Пожилые люди активно вовлекаются в деятельности махаллинских комитетов, в воспитательную работу с молодежью, в работу с нуждающимся в социальной защите, под девизом «Никто не останется без внимания и заботы»

К счастью, характерные для западной культуры, проявляемые среди пожилых людей чувства одиночества, утраты смысла жизни, ограниченность контактов с родственниками, знакомыми, страх перед смертью и т.д. в узбекской культуре, отсутствуют. Наоборот, в узбекской культуре, пожилые люди очень социально активны: они воспитывают своих внуков, решают и организуют семейные и родственные дела, постоянно общаются с соседями, друзьями, одноклассниками, часто организуют со своими ровесниками «гапы» - своего рода посиделки и т.д, и т.п. Нельзя сказать, что пожилые люди не думают о старости, о снижении своих физических возможностей, о смерти, о потустороннем мире, но в культуре доминирует философское мироощущение: бог создал человека, определил его жизненный путь, старость – это конечное естественное состояние жизнедеятельности человека, а смерть – это переход в иное бытие.

Узбекское общество воспринимает старость как время возможности реализации своего опыта и мудрости в воспитании подрастающего поколения. Беречь старшее поколение, создать для пожилых людей все социально-экономические условия для их здоровой и активной жизнедеятельности – важная задача и государства, и общества и каждого жителя нашей страны.

Использованные источники

1. Ученые выяснили, когда человек начинает стареть. Возраст вас удивит. Интернет источник: <https://www.fontanka.ru/2025/10/26/76092580>.

2. Узбекистан как ключ к решению глобальной проблемы старения населения. Интернет источник: https://imrs.uz/publications/articles-and-abstracts/population_aging.
3. Пожилое человечество — будущее XXI века Интернет источник: <https://nasledie.digital/articles/pozhiloe-chelovechestvo-budushhee-xxi-veka/>.
4. Население Узбекистана стремительно стареет. Интернет источник: <https://everyday.uz/society/13301-post.html>.
5. В каком возрасте узбекистанцы начинают стареть? Интернет источник: <https://anhor.uz/society/v-kakom-vozraste-uzbekistanci-nachinayut-starety/>.
6. Более половины населения Узбекистана — трудоспособного возраста Интернет источник: <https://upl.uz/obshestvo/54991-news.html>.
7. Численность пенсионеров в Узбекистане. Интернет источник: <https://upl.uz/obshestvo/57970-news.html>.
8. Возрастные различия субкультур. Интернет источник: https://studopedia.su/3_41791_vozrastnie-razlichiya-subkultur.html.
9. Недостаточная физическая активность населения старшего возраста в Узбекистане. Современные аспекты здоровьесбережения : сб. материалов юбил. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Минск, 24-25 октября 2024 г. Интернет источник: <https://rep.bsmu.by/bitstream/handle/BSMU/45385/292-295.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
10. Может ли спортивная и фитнес-индустрия Китая стимулировать новое потребление? Интернет источник: https://insights.made-in-china.com/ru/Can-China-s-Sports-and-Fitness-Industry-Drive-New-Consumption_EfDaeuKLuQNI.html.
11. Постановление Президента Республики Узбекистан от 15.03.2022 г. за N ПП-167 «О дополнительных мерах по всесторонней поддержке и повышению уровня жизни старшего поколения». Интернет источник: https://buxgalter.uz/uz/doc?id=687239_&prodid=1_vse_zakonodatelstvo_uzbekistana.
12. Постановление Президента Республики Узбекистан от 15.03.2022 г. за N ПП-167 «О дополнительных мерах по всесторонней поддержке и повышению уровня жизни старшего поколения». Интернет источник: https://buxgalter.uz/uz/doc?id=687239_&prodid=1_vse_zakonodatelstvo_uzbekistana.