

ӘЛЕУМЕТ

Өмір сүру ұзарды. Қазақстан демографиялық қартаю жолына түсті ме?

Азаттық радиосы

1 қазан 2026 жыл, 08:37



Kazakhstan - Aging and Healthy Life Expectancy

Ресми статистика Қазақстанда өмір сүру жасы артқанын көрсетіп отыр. Яғни, жұрт ұзақ жасай бастаған. Бірақ сонымен бірге қарттар үлесі де ұлғайып келеді. Мұны ғылымда демографиялық қартаю дейді. Қазақстан бұған дайын ба? Қарттықтың сапасы қандай?

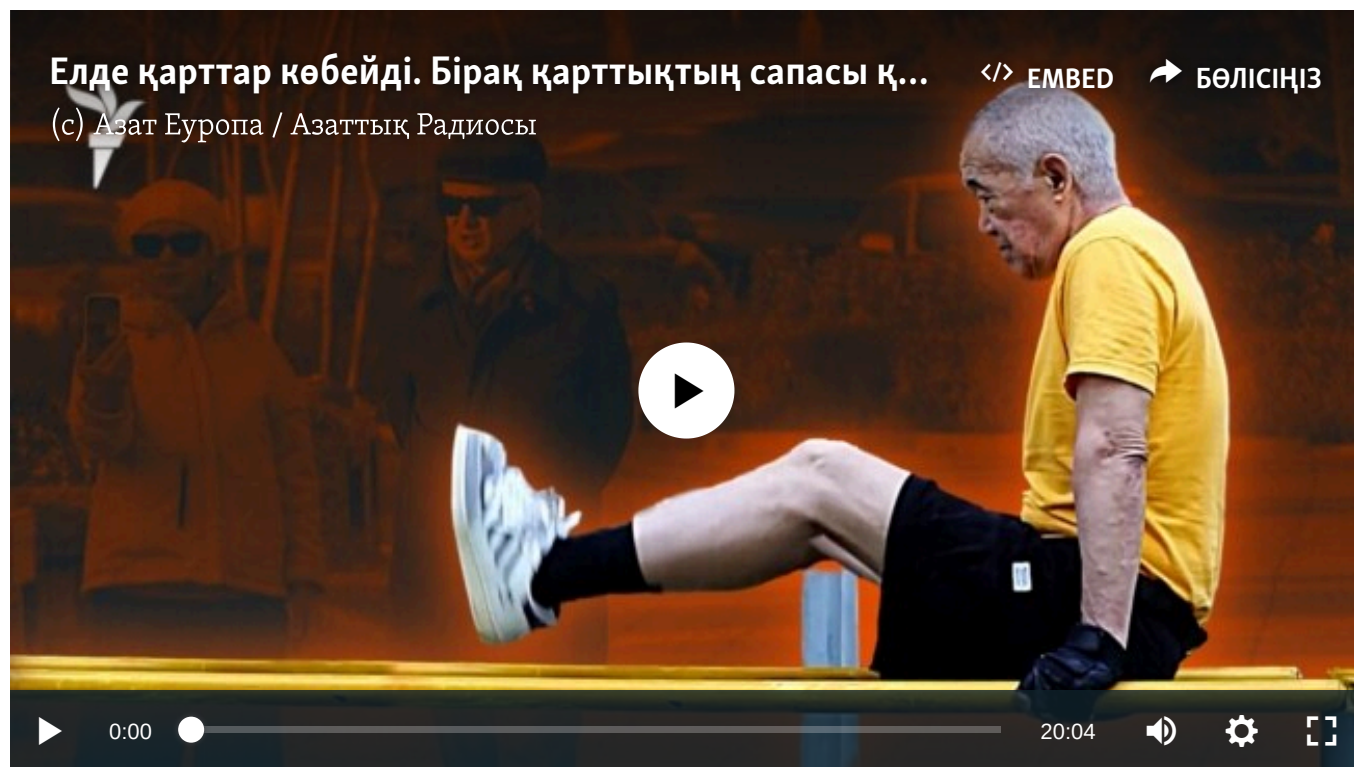
Елде туған кезде күтілетін өмір жасы тұрақты түрде өсіп келеді. 2015 жылы 71,97 болса, одан кейін біртіндеп артып, коронавирус жылдары күрт төмендеді де, қайта өсті. Былтыр өмір сүру ұзақтығы 76 жасқа жақындады. Бұрын-соңды болмаған көрсеткіш.

Сонымен бірге қартаю индексі де көтеріліп жатыр. 2025 жылы 15 жасқа дейінгі 100 балаға 65 жастан асқан 33 адам келген. 2018 жылы небәрі 26 адам болатын.

Бірыңғай жинақтаушы зейнетақы қорының [мәліметінше](#), Қазақстан халқының саны 20,5 млн болса, соның ішінде 65 жастан асқандардың саны 1,98 млн болған. Бұл дегеніңіз – халықтың 9,6 пайызы.

Аталған көрсеткіш бойынша Қазақстан Орталық Азияда көш ілгері. Дүниежүзілік банк [дерегінше](#), 65 жастан асқандардың үлесі Өзбекстан мен Қырғызстанда 6 пайыздан, Түркіменстанда 5 пайыз, Тәжікстанда 4 пайыз болған.

Біріккен Ұлттар Ұйымының [болжауынша](#), 2050 жылға қарай Қазақстанда 65 жастан асқандардың үлесі 15 пайызға жетпек. Ал бұл межені 60-тан жоғары деп алсақ, онда пайыздық үлес 18,8 болмақ. Бірыңғай жинақтаушы зейнетақы қоры мұны "демографиялық кәріліктің өте жоғары" деңгейі деп отыр. Сондай-ақ БЖЗҚ қоры бұл демографиялық өзгеріс бюджетке түсетін әлеуметтік жүктемені [күшейтетінін](#) айтады.



[Жүктеп алу](#) ✓

Қартаю және алшақтық: статистика не дейді?

Күтілетін өмір сүру ұзақтығы елеулі түрде өскенімен, ерлер мен әйелдер арасында алшақтық бар. Жалпы ұзақтық 76 жас болса, ерлер 72 жыл, әйелдер 80 жыл өмір

сүреді. Нақты айырма – 7,6 жыл.

Екінші алшақтық аймақтар арасында байқалады. Орталық және шығыс облыстарда күтілетін өмір сүру ұзақтығы республикалық межеден төмен. Атап айтқанда, Ұлытау облысында - 73,56, Солтүстік Қазақстан облысында - 73,63, Шығыс Қазақстан облысында - 73,76, ал Қарағанды облысында - 74,49.

Оңтүстікте Қызылорда облысында да көрсеткіш төмендеу, күтілетін жас – 74,88.

Үшінші алшақтық – ауыл мен қала арасында тіркелген. Қалаларда, әсіресе Шымкент, Астана және Алматыда адамдар ауылдағылардан бірнеше жыл артық өмір сүреді.

Қартаю индексында де алшақтық бар. Оңтүстік және оңтүстік-батыс өңірлерде бала туу көрсеткіші жоғары болғандықтан, қартаю индексі республикалық межеден едәуір төмен. Мәселен, Маңғыстау облысында 100 балаға шаққандағы көрсеткіш 16,2 болса, Түркістан облысында 17,2 және Шымкент қаласында 17 болған.

Ал солтүстік және шығыс өңірлерде қартаю қарқыны жоғары. Солтүстік Қазақстан облысында – 84,1, Шығыс Қазақстан облысында – 80,7 және Қостанай облысында – 71,3.

| Салауатты қарттық

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы күтілетін өмір сүру ұзақтығымен бірге **салауатты**, яғни ауру-сырқаудан аман өмір сүру ұзақтығы деген статистика жүргізеді. Әзірге онда 2021 жылға дейінгі деректер ғана бар.

Ұйымның мәліметінше, 2000 жылы Қазақстанда салауатты өмір ұзақтығы 56,4 болса, 2019 жылы бұл көрсеткіш 64-ке жеткен. Яғни, орташа есеппен алғанда 64 жасқа дейін қазақстандықтардың дені сау болған. Кейін коронавирус індетінің әсері болса керек, салауатты өмір ұзақтығы төмендеп, 2021 жылы 61,6 жасқа түскен. Ковид індеті кезінде бұл көрсеткіш бүкіл әлемде төмендеді. Одан кейін салауатты өмір жасы артқан болуы ықтимал, әзірге оны растайтын дерек жоқ. Үкімет мұндай статистика жүргізбейді.

Қарттар мәселесін зерттейтін әлеуметтанушы Айгерім Жақыпбек осы қарттықтың сапасына мән беру керегін айтады.

– Біз бұрындары тек өмір сүру жасының артуына басымдық беретінбіз. Ал бүгінде сол артып жатқан жастың қаншалықты сапалы болатынына назар аударуымыз қажет. Біз әлі де жас мемлекеттердің қатарына кіреміз. Себебі бізде медиан жас –



Қарттар мәселесін зерттейтін
әлеуметтанушы Айгерім Жақыпбек

32,3. Бір жыл бұрын ол 31,9 жас болатын, яғни өсім байқалады. Жас мемлекет бола тұра 60 жастан асқандардың үлесі де артып келеді. Яғни біз қартаюшы елдер қатарына кіріп жатырмыз деуге болады, – дейді ол.

Салауатты өмір ұзақтығы жоғары болса, мемлекетке де жеңіл. Өйткені қартайғанда ауруға шалдығатын адам әлеуметтік жәрдемге және медициналық қызметке қатты тәуелді

болып қалады. Ал егер зейнет жасындағы адамның дені сау болса, ол үй шаруасында отбасына көмектеседі, жұмысқа орналасып, ақша тауып, экономикалық белсенді топқа кіреді, яғни, тұтынушы ретінде сұраныс тудырады.

– Қарттар мемлекеттің бюджетіне үлкен салмақ түсіретін топтардың бірі саналады. Салмақ әсіресе денсаулық саласына түседі. Бұдан бөлек зейнетақы мен әлеуметтік жәрдемақылар бар. Сол салмақты азайту үшін қарттардың денсаулығы жақсы болуы керек, олар қартайғанда белсенді өмір салтын жоғалтпағаны абзал. Белсенді қарт деп тек денсаулығы жақсы адамды айтпайды. Ондай адам өз жасына сай жұмыс істеп, табыс таба алады, түрлі қызметтерді тұтынады. Салауатты қартаюға жағдай жасаса, ол мемлекет бюджетіне де, отбасылардың өзіне де, болашақ ұрпаққа да жеңілдік береді, – дейді Айгерім Жақыпбек.

Еңбек және әлеуметтік қорғау министрлігінің Азаттыққа берген дерегінше, қазір елде 65 жастан асқан 91 мың адам жұмыс істейді. Оның 51 мыңы ер, 40 мыңы әйел.

65 жастан асқандар арасында 173 мыңға жуық адамның мүгедектігі бар, оның 89 мыңы ер, 84 мыңы әйел.

Ал денсаулық сақтау министрлігінің дерегінше, стационарлық емдеу бойынша 65 жастан асқандар арасында ең жиі кездесетін бес диагноз мыналар: жүрек аурулары, ми мен қан қысымына қатысты аурулар, омыртқааралық дискілердің зақымдануы, омыртқа остеохондрозы және эндокриндік бұзылыстар.

Бүгінде ел аумағында 65 жастан асқандар арасында 3096 адам Альцгеймер, 4501 адам деменцияға шалдыққан.

Мұндай ауруға шалдыққан азаматтар тұрақты күтімді қажет етеді. Ал ол күтім көбіне дені сау отбасы мүшесінің мойнына түседі. Яғни, нарықтан еңбек жасындағы бір адам және жұмысқа әлеуеті бар адам шығып қалады.

Егде жастағылар арасындағы тағы бір мәселе – зейнетақы. Алдағы жылдарда еңбек өтілі 1998 жылдан кейін басталған адамдар зейнетке шыға бастайды. Олар өздері жиған ақшаға, кейін зейнетақы қорына аударып келген қаражатқа ғана сүйене алады. Бұрынғыдай еңбек өтіліне қарай тұрақты зейнетақы берілмейді. Жинағы жоқтар тек базалық зейнетақыға үміттеніп алады. Базалық зейнетақы ең төмен күнкөріс деңгейінің 70 пайызынан тұрады. Биыл ол 35 596 теңге.

Қазақстанда өмір ұзарып, қарттар үлесі артып жатқанымен туу көрсеткіші әлі жоғары деңгейде. Демек, елде "сэндвич ұрпақ" белгілері бар. "Сэндвич ұрпақ" деп кәмелетке толмаған балаларына да, қарт ата-анасына қарауға мәжбүр 30 бен 50 жас аралығындағы адамдарды айтады. Екі буынның ортасында қалған бұл ұрпаққа экономикалық қысым күшті болады.

Белсенді ұзақ өмір сүру бағдарламасы

Біріккен Ұлттар Ұйымы жанындағы Халықтың қоныстануы жөніндегі қордың Қазақстандағы өкілдігі 2020 жылы белсенді ұзақ өмір сүру туралы **есебін** жариялап, онда Қазақстан үкіметіне бірқатар ұсыныс берген. Есепте мемлекет азаматтардың белсенді ұзақ өмір сүруіне жағдай жасау арқылы демографиялық өтпелі кезеңге дайындық мәселесін шешетіні айтылған.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы белсенді ұзақ өмір сүрудің үш бағытын ерекшелейді. Біріншісі – денсаулық. Екіншісі - қарттардың қоғам өміріне қатысуы. Үшіншісі – қауіпсіздік. Егже жастағылар сыртқа шыққанда қоршаған орта оларға жайлы болуға тиіс. Қауіпсіздік бағытына лайықты зейнетақы мен жалақы да кіреді.

Қазақстан билігі бұл ұсыныстарды іске асырып жатқанын мәлімдейді. Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрлігі "Белсенді ұзақ өмір сүру" жөнінде 2025 жылға дейінгі іс-шаралар жоспарын бекіткен.



ОҚИ ОТЫРЫҢЫЗ

Қазіргінің қарты қандай адам? Бақытты қарттық ұғымы өзгерді ме?

Осы саясат аясында қазір елде 132 белсенді ұзақ өмір сүру орталығы жұмыс істейді. Мұны қарттар үйімен шатастырмаған жөн. Бұл – күндіз баратын мәдени-ағарту орталықтар. Адамдар онда йога, скандинавиялық жүріс, шахмат, би, вокал, сурет

салу, IT-сауат және шет тілі сабақтарына қатысып, медициналық, психологиялық және құқықтық консультация ала алады.

Еңбек министрлігінің мәліметінше, 132 орталықтың 60 пайыздан астамы ауылды жерлерде орналасқан. Шағын елді мекендердегі бір орталық 10-15 адамға, ірі қалаларда 200-ден астам адамға қызмет көрсетеді. 2025 жылы бұл орталықтарға бюджеттен 7,5 миллиардқа жуық қаражат бөлінген.

Еңбек министрлігі мұндай орталықтардың басым бөлігі ауылда дегенімен, әлеуметтанушы Айгерім Жақыпбек бұл қызмет ауыл тұрғындарына соншалық қолжетімді емесін және орталықтар еркін жүріп-тұра алмайтын адамдарды қамтымайтынын айтады.

– Олардың барлығы қалалық жерлерде және аудандық орталықтарда ашылған, ал ауыл тұрғындарына, қарттарға бұл қызмет қолжетімсіз. Сондай-ақ "Белсенді ұзақ өмір сүру" орталықтарының тағы да бір кем тұсы – олар белсенді қарттарға арналған. Ал тірек-қимыл аппаратында бұзылыстары бар немесе денсаулығында бір ақауы бар, әлеуметтік эксклюзияға ұшыраған, оқшауланған қарттарға көмек көрсетуде олардың қызметтері әлсіз болып келеді, – дейді ол.

Дей тұрғанмен әлеуметтанушы мұндай орталықтардың ашылғанын құп көреді және олардың санын арттыру керек деп санайды:

– Мысалы, ол жерде адамдар ән айтуды үйренуі мүмкін. Өмір бойы жұмыс істеп, оған уақыты болмаған адамдарға септігін тигізіп жатыр. Енді қартайған шақта соны қолға алып, ансамбль құрып жатқандары да бар.

Еңбек министрлігі өзін-өзі қызмет көрсете алмайтын адамдарға стационарлық, жартылай стационарлық және үйде арнаулы әлеуметтік қызмет көрсетілетінін айтады. Қазір әлеуметтік қорғау жүйесінде шамамен 12 мың әлеуметтік қызметкер еңбек етеді дейді министрлік.

Сондай-ақ елде 48 қарттар және мүгедектігі бар адамдарға арналған әлеуметтік қызмет орталықтары жұмыс істейді. Олар 7958 адамды қамтып отыр.

Біріккен Ұлттарының Ұйымының Қоныстану қоры жазған ұсыныстар қатарында бір жауапкершілік азаматтардың өздеріне де жүктеледі. Белсенді ұзақ өмір сүруге адамдардың өздері де үлес қосуы керек дейді қор.

Спортпен шұғылданып, ішіп-жейтін тамаққа, зиянды әдеттерден аулақ болуға және әрдайым дамуға тырыспаған адамға қанша орталық салса да көмегі шамалы.

Бұл тұрғыда 70 жасқа келсе де, тынымсыз жаттығу мен дұрыс тамақтану арқасында қатарластарынан жас көрінетін Раиса Шынасылова үлгі болуы мүмкін. Биыл ол "Миссис Қазақстан" байқауында жеңімпаз атанған.

– Мен спортқа 65 жаста келдім. Себебі қан қысымым көтерілді. Содан кейін аздап салмағым жоғары болды. 62 килограмм болдым. Сонда қызым: "Мама, саған дәрі-дәрмек те, дәрігер де көмектеспейді, спортпен шұғылданайық" деді. Сөйтіп 65 жасымнан бастап спортпен айналысып келемін, – дейді ол.



70 жастағы Раиса Шынасылова зейнетке шыққан соң спортқа және дұрыс тамақтануға ден қойған.

Шынасылованың пікірінше, қария адам егде жасқа келгенде спортпен шұғылданып, білім алып, өзін-өзі жақсы көруі керек.

Өзін-өзі жақсы көруі керек демекші, қазір қарттыққа деген көзқарас қоғамда да өзгеріп жатыр дейді сарапшылар. Әлеуметтанушы Айгерім Жақыпбектің айтуынша, бұрын зейнетке шыққан соң басты міндет немере бағу деп қарайтын егде жастағылар қазір бұл жаста жаңа өмір бастағысы келеді.

– Қазір қарттардың да бейнесі өзгеріп жатыр, – дейді ол. – Олар да заман ағымына ілесіп келе жатқан сияқты. Көп қариялармен сұхбаттасқан кезде олар немере бағып, үйде отыруды жөн көрмейтінін айтады. "Бұл бізге берілген уақыт, біз өмір бойы балаларымызды аяққа тұрғызумен айналыстық, енді біздің кезегіміз келді. Біз де қыдыруымыз керек, достарымызбен араласқымыз келеді" деп жатады.

