Возраст в паспорте все меньше совпадает с субъективным ощущением молодости. Среди участников опроса аналитического проекта ИНДЕКС ИНВИТРО и Росгосстраха чаще всего молодыми называют себя люди 35–44 лет — таких 73%. Более того, даже среди участников старше 45 лет так ответили 67%, тогда как в группе до 25 лет — молодыми ощущают себя только 49%. При этом после 35 лет заметно растет и внимание к здоровью: именно в возрастных группах 35–44 и 45+ наблюдается наиболее устойчивый рост числа тех, кто регулярно обращается к врачам. Росгосстрах и ИНВИТРО проанализировали, как самоощущение связано с возрастом и как меняется медицинское поведение россиян по мере взросления.

По закону молодежью в России считаются граждане от 14 до 35 лет включительно. При этом представление о том, до какого возраста человек остается молодым, постепенно меняется. Минздрав отмечал, что сегодня молодыми можно считать и 39-летних: люди стали жить дольше, а качество жизни выросло.

Опрос показал, что 64% респондентов в целом чувствуют себя молодыми. В группе до 25 лет таких 49%, среди 25–34-летних — 56%. Максимальный показатель пришелся на возраст 35–44 года — 73%. Среди участников старше 45 лет молодыми продолжают ощущать себя 67%.

Таким образом, участники 35–44 лет заметно чаще воспринимают себя молодыми, чем обе более младшие группы. Даже после 45 лет субъективное ощущение молодости сохраняется у двух из трех опрошенных.

При этом примерно после 35 лет меняется отношение к собственному здоровью. По данным ИНВИТРО, в 2024 году по сравнению с 2023-м число пациентов в возрасте 35–44 лет выросло на 17% — это самый заметный прирост среди рассматриваемых возрастных групп. Среди пациентов старше 45 лет рост составил 15%, а в возрасте 25–34 лет — 12%.

В 2025 году по сравнению с 2024-м разрыв между старшими группами практически исчез: число пациентов 35–44 лет увеличилось еще на 12%, а в категории 45+ — на 13%. У 25–34-летних прирост оказался заметно ниже — 8%. Таким образом, после 35 лет рост

числа людей, обращающихся за лабораторной диагностикой, остается более выраженным.

«Ощущение молодости не отменяет биологию: большинство хронических заболеваний начинаются задолго до первых симптомов, и в анализах они видны раньше, чем в самочувствии. Это и есть окно ранней диагностики — период, когда проблема решается проще всего. До 35 лет обследование обычно откладывают, потому что ничего не беспокоит, и к врачу человек приходит уже в более зрелом возрасте и с жалобами. Регулярный чек-ап ценен даже при идеальном самочувствии: он создает динамику показателей, по которой отклонения заметны на самой ранней стадии», — отмечает доктор медицинских наук, врач-кардиолог Алексей Никитин.

Похожую картину Росгосстрах видит по обращениям за медицинской помощью в рамках ДМС. Наиболее активная возрастная категория — клиенты 30–45 лет. Чаще всего они обращаются к терапевтам, гинекологам, неврологам, кардиологам и урологам. После 45 лет в числе наиболее востребованных специалистов появляются также физиотерапевты и мануальные терапевты.

При этом серьезные заболевания не всегда укладываются в привычное представление о возрастных болезнях. Самый молодой клиент Росгосстраха, обратившийся по программе онкострахования, — 25-летняя девушка из Мордовии, у которой был диагностирован рак шейки матки.

«Возраст действительно влияет на вероятность многих заболеваний, но провести четкую границу, до которой человек может о них не задумываться, невозможно. Поэтому страховую защиту логичнее оформлять заранее, когда человек здоров и находится в более молодой возрастной категории. В одной из программ онкострахования Росгосстраха возраст клиента фактически можно зафиксировать. Если, например, начать страховаться в 30 лет и затем продлевать договор, при пролонгации возрастные коэффициенты не учитываются. То есть стоимость полиса не увеличивается только из-за того, что человек становится старше», — комментирует Ольга Купцова, заместитель директора Департамента методологии и андеррайтинга личного страхования СК «Росгосстрах».

Самые дорогостоящие случаи лечения действительно приходятся преимущественно на старший возраст. Максимальная стоимость лечения составила 23 млн рублей — помощь

потребовалась 62-летнему мужчине со злокачественным новообразованием бронхов и легкого. Еще 12,5 млн рублей было направлено на лечение 73-летнего мужчины из Калининградской области с онкологическим заболеванием языка, а 10,9 млн рублей — на 72-летнего пациента из Санкт-Петербурга с раком поджелудочной железы. Среди женщин самый дорогостоящий случай зафиксирован у 47-летней жительницы Санкт-Петербурга: стоимость лечения злокачественного новообразования мочевых органов составила 9,5 млн рублей.

Википедия страхования, 07.09.2026 г.