

**5ISSN 2414-0244**

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2026. - 41 (1)

Раздел 2. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)1.05](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)1.05)

---

УДК 616.89-052(571.150)

**РЕГИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СОСТОЯНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ АЛТАЙСКОГО КРАЯ В АСПЕКТЕ ПОВЫШЕННОЙ ТРЕВОЖНОСТИ**

**Тырина Марина Петровна**

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой педагогики и управления образованием ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», Россия, Барнаул

Email: [tyrina@mail.asu.ru](mailto:tyrina@mail.asu.ru)

ORCID iD 0000-0002-7931-2474

**Тырина Карина Сергеевна**

магистрант Института гуманитарных наук ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», Россия, Барнаул

Email: [tyrina99@inbox.ru](mailto:tyrina99@inbox.ru)

**REGIONAL FEATURES OF THE MENTAL HEALTH STATUS OF THE POPULATION OF THE ALTAI KRAI IN THE ASPECT OF ELEVATED ANXIETY**

**Tyrina Marina Petrovna**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Pedagogy and Education Management, Altai State University, Russia, Barnaul

Email: [tyrina@mail.asu.ru](mailto:tyrina@mail.asu.ru)

ORCID iD 0000-0002-7931-2474

**Tyrina Karina Sergeyevna**

Master's student at the Institute of Humanities, Altai State University, Russia, Barnaul

Email: [tyrina99@inbox.ru](mailto:tyrina99@inbox.ru)

Следует цитировать / Citation:

Тырина М.П., Тырина К.С. Региональные особенности состояния психического здоровья населения алтайского края в аспекте повышенной тревожности//Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2026. 1 (41). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)1.05](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)1.05)

Tyrina M.P., Tyrina K.S. (2026). Regional features of the mental health status of the population of the altai krai in the aspect of elevated anxiety. Health, physicalculture and sports, 1 (41). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)1.05](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)1.05)

Поступило в редакцию / Submitted 24.01.2026

Принято к публикации / Accepted 13.02.2026

**Аннотация.** В настоящей статье представлен комплексный анализ региональной специфики состояния психического здоровья населения Алтайского края с акцентом на распространенность тревожных расстройств и повышенного уровня тревожности.

Целью исследования является выявление устойчивых тенденций и отличительных черт психосоциального благополучия в регионе посредством компаративного анализа статистических показателей Российской Федерации и Алтайского края. В работе верифицируется влияние ключевых социально-экономических детерминант на динамику психических нарушений. На основе обработки эмпирических данных определяются корреляционные связи между экономическими индикаторами и уровнем тревожности населения.

**Ключевые слова:** повышенная тревожность, тревожное расстройство, невроз.

**Abstract.** This article presents a comprehensive analysis of the regional specifics of the mental health of the Altai Territory population, with a focus on the prevalence of anxiety disorders and elevated levels of anxiety. The aim of the study is to identify sustainable trends and distinctive features of psychosocial well-being in the region through a comparative analysis of statistical indicators of the Russian Federation and the Altai Territory. The study verifies the impact of key socio-economic determinants on the dynamics of mental disorders. Based on the processing of empirical data, the correlation between economic indicators and the level of anxiety among the population is determined.

**Keywords:** elevated anxiety, anxiety disorder, neurosis.

**Введение.** Психическое здоровье населения является одним из ключевых индикаторов социального благополучия и стабильности общества. В современных условиях вопрос распространенности тревожных расстройств в России приобретает особую актуальность (Евстифеева, 2023, Mischenko, 2021).

Особую озабоченность вызывает ситуация в регионах, где общероссийские тенденции накладываются на локальные социально-экономические риски. Алтайский край, стабильно занимающий высокие позиции в рейтингах по распространенности психических и поведенческих расстройств, служит ярким примером такой кумулятивной нагрузки. Сочетание общенационального стресса с региональными факторами — высоким уровнем бедности, низкими доходами и депрессивной экономикой — создает почву для хронической тревожности. Данная статья призвана проанализировать доступные данные и косвенные индикаторы, чтобы оценить реальное положение дел и выявить причины углубления проблемы в регионе.

**Цель работы** - комплексный анализ текущей ситуации с распространенностью повышенной тревожности среди населения России и, в частности, Алтайского края.

**Результаты исследования и их анализ.** Точного единого показателя статистики повышенной тревожности по России не существует. Однако консенсус экспертов единодушен: уровень тревожности в российском обществе после 2022 года резко и существенно вырос, затрагивая значительную часть населения.

К сожалению, предоставить точную и актуальную статистику по распространенности повышенной тревожности в России в реальном времени невозможно, так как:

- во-первых, отсутствует единый официальный реестр. Тревожные расстройства не всегда учитываются государственной статистикой так же, как, например, инфекционные заболевания. Данные часто фрагментированы и поступают из разных источников;

- во-вторых, цифры сильно зависят от метода сбора информации (опросы, клинические диагнозы, эпидемиологические исследования), критериев диагностики и формулировок вопросов;

- в-третьих, сказывается эффект стигматизации. Многие люди не обращаются за помощью к специалистам, поэтому официальная медицинская «статистика по обращаемости отражает лишь «верхушку айсберга»;

- в-четвертых, на статистику оказывают влияния внешние события. Уровень тревожности в обществе нестабилен и резко меняется в периоды социально-экономических потрясений (как, например, после 2022 года). Данные быстро устаревают.

В то же время есть доступные данные и релевантные оценки уровня тревожности среди населения России. По данным эпидемиологических исследований (например, от НИУ ВШЭ, Росстата в рамках выборочных обследований) распространенность тревожных расстройств до 2022 года в России оценивалась примерно на уровне 5-15% населения в разные периоды, что было сопоставимо со среднемировыми показателями (Золотарева, 2024, Mischenko, 2023, Metalnikov, 2024).

После 2022 года практически все эксперты, психиатры, психологи и аналитические центры (такие как ВЦИОМ, ФОМ, РАНХиГС, сервисы онлайн-терапии) фиксируют значительный рост уровня тревожности, стресса и депрессивных симптомов среди населения. Конкретная цифра по клиническим диагнозам неизвестна, но речь идет о масштабном сдвиге. Часто в исследованиях фигурируют формулировки: «более половины россиян отмечают у себя симптомы повышенной тревоги», «каждый третий испытывает постоянное нервное напряжение». Например, по некоторым опросам, до 70-80% населения могли сообщать о различных проявлениях стресса и тревоги в 2022-2023 гг. Минздрав РФ публикует статистику по зарегистрированным случаям.

Однако эти цифры значительно ниже реальной распространенности, так как включают только тех, кто дошел до врача и получил официальный диагноз (например, F41 по МКБ-10 – «Другие тревожные расстройства»). В 2021 году такой диагноз имели около 1,5 млн человек (~1% населения). Эта цифра тоже не отражает истинной картины. Крупные онлайн-сервисы психологической помощи (Like, Ясно, Zigmund.Online) также регулярно публикуют свои данные. Они показывают кратный рост запросов, связанных с тревогой, паническими атаками, отношениями и адаптацией к новым реалиям после начала 2022 года (Петрова, 2021, Romanova, 2023, Vocharin, 2023, Пешковская, 2023).

Алтайский край повторяет тенденцию возрастанию количества тревожных расстройств в популяции. Прямой, актуальной и исчерпывающей статистики по повышенной тревожности именно для Алтайского края в открытом доступе нет по тем же причинам, что и для России в целом. Однако, можно собрать информацию из косвенных источников и региональных данных, которые хорошо отражают ситуацию. Алтайский край, к сожалению, часто фигурирует в печальных топах по ряду показателей, связанных с психическим здоровьем и социальным благополучием.

По данным Алтайкрайстата и краевого Минздрава, регион стабильно находится в числе лидеров в Сибирском и даже в общероссийском рейтинге по распространенности психических и поведенческих расстройств (включая тревожные и депрессивные расстройства, неврозы). Показатель заболеваемости по классу «Психические расстройства» (куда входит тревожность, код F41) в Алтайском крае в 1.5-2 раза превышает среднероссийский уровень. Например, если по России на 100 тыс. населения приходится ~1500-2000 зарегистрированных пациентов с такими расстройствами, то в Алтайском крае эта цифра может достигать 2500-3000 и более. Реальная распространенность, включая недиагностированные случаи, значительно выше (Шальнова, 2014, Vocharin, 2023).

Высокая распространенность тревожно-фобических расстройств среди населения Алтайского края определяется социально-экономическим контекстом функционирования региона как главным фактором риска. Алтайский край имеет сложную социально-экономическую ситуацию, которая напрямую коррелирует с уровнем тревожности:

1. Высокий уровень бедности. Регион часто входит в топ-10 или топ-15 субъектов РФ по доле населения с доходами ниже прожиточного минимума.

2. Низкие медианные доходы. Зарплаты и пенсии существенно ниже средних по России.

3. Депрессивная экономика. Высокая безработица в сельских районах, низкая инвестиционная привлекательность.

4. Демографическая нагрузка. Старение населения, отток молодежи.

Эти факторы создают хроническую почву для стресса, беспокойства о будущем, финансовой тревоги и, как следствие, клинически выраженной тревожности и депрессии. Краевые Службы психологической помощи (например, при краевом психоневрологическом диспансере или по линии соцзащиты) регулярно сообщают о стабильно высоком и растущем спросе на свои услуги. В отчетах часто отмечается рост обращений по поводу панических атаках, генерализованного тревожного расстройства, реакций на тяжелый стресс и нарушений адаптации. Главные врачи и психиатры краевых медучреждений (например, Алтайского краевого психоневрологического диспансера) в своих выступлениях в СМИ подчеркивают, что психическое здоровье населения края вызывает серьезную озабоченность. После 2022 года все отмечают усугубление ситуации: рост числа обращений, более тяжелые случаи, смешанные тревожно-депрессивные состояния на фоне общей неопределенности.

**Выводы.** Объективные данные указывают на то, что проблема повышенной тревожности населения в Алтайском крае стоит острее, чем в среднем по России. Регион имеет неблагоприятную социально-экономическую базу, которая является фоном для высокой распространенности психических расстройств, включая тревожные. Официальная медицинская статистика по обращаемости подтверждает, что Алтайский край стабильно входит в число регионов с наибольшими показателями повышенной тревожности населения.

### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Евстифеева С.Е., Шальнова С.А., Куценко В.А., Баланова Ю.А., Имаева А.Э. и др. Тревога и депрессия: десятилетняя динамика распространенности и ее ассоциации с демографическими и социально-экономическими показателями по данным исследования ЭССЕ-РФ. Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2023; 22(8S): 68-79. doi:10.15829/1728-8800-2023-3796

Золотарева А.А., Костенко В.Ю., Лебедева А.А., Чумакова М.А. Скрининг тревоги и депрессии в общей популяции: адаптация Patient Health Questionnaire-4 в России. Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева, 2024; Т. 58, № 2: 45-54, doi.org/10.31363/2313-7053-2024-899

Золотарева А.А., Смирникова О.В., Витко Ю.С. Соматизация, психологический дистресс и качество жизни у сельских и городских жителей России. Психологический журнал. 2022; 43(6): 94-104. doi.org/10.31857/S020595920023648-8

Петрова Н.Н., Савицкая К.С. Диагностика и терапия коморбидных тревожных и депрессивных расстройств в клинической практике. Обозрение психиатрии и медицинской

психологии имени В.М. Бехтерева. 2021; 55(1): 102-112, doi.org/10.31363/2313-7053-2021-1-102-112

Пешковская А.Г., Ларионова А.В., Корнетов А.Н., Распространенность симптомов генерализованного тревожного расстройства и их связь с поведенческими установками и восприятием будущего страны у российской молодежи. Бюллетень сибирской медицины. 2023; 22 (3): 68-73 doi.org/10.20538/1682-0363-2023-3-68-73

Шальнова С.А., Евстифеева С.Е., Деев А.Д., Артамонова Г.В., Гатагонова Т.М. и др. Распространенность тревоги и депрессии в различных регионах Российской Федерации и ее ассоциации с социально-демографическими факторами (по данным исследования ЭССЕ-РФ). Терапевтический архив. 2014; 86(12): 53-60, doi.org/10.17116/terarkh2014861253-60

Case technologies of universal learning actions in physical education of junior schoolchildren / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, M. Tyrina [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 3. – P. 589-595. – DOI 10.7752/jpes.2023.03073.

The dependence of the academic performance of university students on the level of their physical activity / E. Romanova, A. Vorozheikin, D. Konovalov [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 2. – P. 404-409. – DOI 10.7752/jpes.2023.02049.

Effectiveness of physical rehabilitation methods after knee arthroscopy for sports injuries / A. Metalnikov, A. Eshiev, A. Vorozheikin [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2024. – Vol. 24, No. 11. – P. 1892-1900. – DOI 10.7752/jpes.2024.11285.

Neurohumoral regulation of heart rate features in students during physical fitness tests / I. Bocharin, M. Guryanov, V. Kraynik [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2024. – Vol. 24, No. 7. – P. 1610-1616. – DOI 10.7752/jpes.2024.07181.

Schoolchildren's motivation to increase motor activity using the footbag freestyle game / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2021. – Vol. 21, No. 5. – P. 2657-2663. – DOI 10.7752/jpes.2021.05354.

Using anthropometric testing of students to assess their physical health status / I. Bocharin, M. Guryanov, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 11. – P. 3047-3053. – DOI 10.7752/jpes.2023.11347.

## REFERENCES

Case technologies of universal learning actions in physical education of junior schoolchildren / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, M. Tyrina [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 3. – P. 589-595. – DOI 10.7752/jpes.2023.03073.

The dependence of the academic performance of university students on the level of their physical activity / E. Romanova, A. Vorozheikin, D. Konovalov [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 2. – P. 404-409. – DOI 10.7752/jpes.2023.02049.

Effectiveness of physical rehabilitation methods after knee arthroscopy for sports injuries / A. Metalnikov, A. Eshiev, A. Vorozheikin [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2024. – Vol. 24, No. 11. – P. 1892-1900. – DOI 10.7752/jpes.2024.11285.

Evstifeeva S.E., Shalnova S.A., Kutsenko V.A., Balanova Yu.A., Imaeva A.E., et al. Anxiety and Depression: Ten-Year Dynamics of Prevalence and Its Association with Demographic and Socioeconomic Indicators According to the ESSSE-RF Study. *Cardiovascular Therapy and Prevention*. 2023; 22(8S): 68-79. doi:10.15829/1728-8800-2023-3796

Neurohumoral regulation of heart rate features in students during physical fitness tests / I. Bocharin, M. Guryanov, V. Krainik [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. – 2024. – Vol. 24, No. 7. – P. 1610-1616. – DOI 10.7752/jpes.2024.07181.

Peshkovskaya A.G., Larionova A.V., Kornetov A.N., Prevalence of symptoms of generalized anxiety disorder and their relationship with behavioral attitudes and perception of the country's future among Russian youth. *Bulletin of Siberian Medicine*. 2023; 22 (3): 68-73 doi.org/10.20538/1682-0363-2023-3-68-73

Petrova N.N., Savitskaya K.S. Diagnosis and Therapy of Comorbid Anxiety and Depression Disorders in Clinical Practice. *V.M. Bekhterev Review of Psychiatry and Medical Psychology*. 2021; 55(1): 102-112, doi.org/10.31363/2313-7053-2021-1-102-112

Schoolchildren's motivation to increase motor activity using the footbag freestyle game / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, E. Romanova [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. – 2021. – Vol. 21, No. 5. – P. 2657-2663. – DOI 10.7752/jpes.2021.05354.

Shalnova S.A., Evstifeeva S.E., Deev A.D., Artamonova G.V., Gatagonova T.M., et al. Prevalence of anxiety and depression in various regions of the Russian Federation and its association with socio-demographic factors (according to the ESSE-RF study). *Therapeutic Archive*. 2014; 86(12): 53-60, doi.org/10.17116/terarkh2014861253-60

Using anthropometric testing of students to assess their physical health status / I. Bocharin, M. Guryanov, E. Romanova [et al.] // *Journal of Physical Education and Sport*. – 2023. – Vol. 23, No. 11. – P. 3047-3053. – DOI 10.7752/jpes.2023.11347.

Zolotareva A.A., Kostenko V.Yu., Lebedeva A.A., Chumakova M.A. Screening for Anxiety and Depression in the General Population: Adaptation of the Patient Health Questionnaire-4 in Russia Review of Psychiatry and Medical Psychology named after V.M. Bekhterev, 2024; Vol. 58, No. 2: 45-54, doi.org/10.31363/2313-7053-2024-899

Zolotareva A.A., Smirnikova O.V., Vitko Yu.S. Somatization, psychological distress, and quality of life in rural and urban residents of Russia. *Psychological Journal*. 2022; 43(6): 94-104. doi.org/10.31857/S020595920023648-8.