

## 2. Включите вопрос «есть ли польза от учёбы» и в расчёт смертности: каждый дополнительный год образования снижает риск смерти во взрослом возрасте примерно на 1.9%

Выгодность исходной версии: обычная

Доказательность А · исходная версия

для жизни

бесплатно

каждый день

много силы воли

Частично Китай

Аналог в России не найден

Спорно

Искали в официальных российских источниках (проверено 08.10.2026), прямого аналога не нашли. Это не значит, что его нет. Китайские условия на Россию не переносите.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

### Простыми словами

**Китай — исходная версия.** Каждый дополнительный год учёбы связан с риском смерти во взрослом возрасте в среднем примерно на 1.9% ниже. У людей от 18 до 49 лет связь наиболее выражена: с каждым дополнительным годом риск ниже примерно на 2.9%, а у людей старше 70 лет — лишь на 0.8%. У тех, кто может продолжать учиться, часто и изначально хорошие условия. Какая доля этой связи объясняется самой учёбой, отделить нельзя.

### Затраты

**Китай — исходная версия.** Денег не требуется. Требуются время и силы на дополнительные годы учёбы. О плате за обучение см. пункт 4 этого раздела (плата за среднее профессиональное образование и пособия на учёбу). Трудность в том, чтобы продолжать учиться и не бросить на полпути.

### Выгода

**Китай — исходная версия.** Собрали предыдущие исследования и объединили их результаты для расчёта (систематический обзор и метаанализ). Поиск охватывал период с января 1980 года по май 2023 года. В итоге включили 603 исследования, 70 мест в 59 странах, 10355 наблюдений. Между образованием и смертностью

взрослых (смертями от всех причин вместе) есть зависимость «доза — ответ» (чем больше лет учёбы, тем сильнее снижение). С каждым дополнительным годом образования риск смерти в среднем снижается на 1.9% (95% интервал неопределённости 1.8–2.0, истинное значение примерно находится в этих пределах). У людей от 18 до 49 лет каждый дополнительный год связан со снижением на 2.9% (2.8–3.0). У людей старше 70 лет — на 0.8% (0.6–1.0). Различий между мужчинами и женщинами не выявили. При отдельном рассмотрении стран по уровню развития (социально-демографическому индексу) различий тоже не выявили

## Примечания

**Китай — исходная версия.** Спорно: Авторы сами сообщили о публикационном смещении ( $p < 0.0001$ ). Это значит, что исследования с более привлекательными результатами легче публикуют. Результаты отдельных исследований тоже сильно различались. Все включённые исследования были наблюдениями с отслеживанием во времени, а не экспериментами с распределением людей по группам. Число лет учёбы переплетено с семейными условиями, регионом и профессией. Какая доля этих 1.9% связана с самой учёбой, а какая — с тем, что «у тех, кто может продолжать учиться, и изначально хорошие условия», такие исследования отделить не позволяют. Обратное направление связи тоже отделить нельзя: люди, у которых ещё в детстве были болезни или психологические проблемы, чаще бросают учёбу и чаще умирают рано. Из-за этого влияние учёбы может выглядеть сильнее, чем оно есть на самом деле. Поэтому исследование убедительно показывает, что «больше лет учёбы связано с более долгой жизнью», но это не означает, что «если вы пойдёте учиться, то сможете продлить жизнь на 1.9%». Масштаб выгоды определён как небольшой: читателям обычно предстоит учиться ещё три-четыре года. Если считать по 1.9% в год, в сумме получается меньше одной десятой, что по границам, принятым в этой книге, считается лишь небольшой выгодой. Кому это выгодно: вам самим

## Источники

### Китай — исходная версия — источники

1. IHME-CHAIN Collaborators (2024). Effects of education on adult mortality: a global systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 9(3), e155–e165. doi.org/10.1016/S2468-2667(23)00306-7

