

Апрель 2026

ПУТИН НАНЁС РОКОВОЙ УДАР ПО ДЕМОГРАФИИ РОССИИ: СВЕЖИЕ ДАННЫЕ

Владимир Милов



**ПУТИН НАНЁС РОКОВОЙ УДАР
ПО ДЕМОГРАФИИ РОССИИ:
СВЕЖИЕ ДАННЫЕ**

Содержание

ВСТУПЛЕНИЕ	3
УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ ТРУДОСПОСОБНОГО ВОЗРАСТА	4
СКОЛЬКО РОССИЯН ПОКИНУЛО СТРАНУ?	7
ВЛИЯНИЕ СОКРАЩЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ТРУДОСПОСОБНОГО ВОЗРАСТА НА ВОЙНУ В УКРАИНЕ	8
МОЖЕТ ЛИ ИММИГРАЦИЯ СПАСТИ ДЕМОГРАФИЧЕСКУЮ СИТУАЦИЮ В РОССИИ?	12
РЕКОРДНО НИЗКАЯ РОЖДАЕМОСТЬ: ПОРА ПАНИКОВАТЬ?	13
ПОЧЕМУ СНИЖАЕТСЯ РОЖДАЕМОСТЬ В РОССИИ?	17
ПРОВАЛ ПРОГРАММЫ МАТЕРИНСКОГО КАПИТАЛА	19
СМЕРТНОСТЬ	20
ВЫВОДЫ	22
ИСТОЧНИКИ	25

Вступление

Война Путина против Украины нанесла бесспорный удар по демографии России. Рождаемость снижается, смертность растёт, массовая эмиграция из России достигла беспрецедентных масштабов, а число погибших на войне является самым высоким со времён Второй мировой войны. Но как именно всё это выглядит в цифрах, и каковы последствия для способности России поддерживать экономику, продолжать вести войны и, шире, для долгосрочного будущего страны?

В этом докладе мы предлагаем обзор последних тенденций в области демографии и пытаемся оценить влияние войны и возникающих демографических проблем на способность России вести масштабные войны в будущем.

Существенно, что негативные демографические тенденции проявились раньше полномасштабного вторжения России в Украину в феврале 2022 года: они начались около 2015 года и могут быть связаны с негативными последствиями войны против Украины и международной изоляцией России, которую она вызвала. То есть уже события 2014–2021 годов оказали глубокое негативное влияние на демографию России.

Нынешний демографический кризис в России развивается по нескольким направлениям:

- Убыль населения трудоспособного возраста из-за войны и массовой эмиграции;
- Снижение рождаемости, подрывающее демографию страны;
- Рост смертности.

Проанализируем каждое из них.

Уничтожение населения трудоспособного возраста

Одна из самых серьёзных демографических проблем современной России — стремительная и масштабная убыль взрослых мужчин, которая не компенсируется притоком молодёжи. Самое сильное сокращение отмечено в 2021 году: вероятно, война Путина против Украины, начавшаяся в 2014 году, рост международной изоляции России, а также экономические трудности этому способствовали.

В сентябре 2025 года Центр макроэкономического анализа и краткосрочного прогнозирования (ЦМАКП) опубликовал весьма тревожный доклад «Демографический кризис», признав наиболее острую демографическую проблему России, порождённую войной против Украины: резкое сокращение молодого населения трудоспособного возраста. По данным ЦМАКП, в 2010–2024 годах Россия продолжала стремительно терять население в ключевых молодых возрастных группах, а рабочая сила быстро старела.

ЦИТАТА

«За период 2010–2024 годов численность занятых в возрасте 20–29 лет сократилась на 5,9 млн человек. После 2021 года рост доли занятых в возрасте 40–50 и 50 лет и старше значительно ускорился, и эта тенденция будет сохраняться при прочих равных условиях».¹

ЦМАКП, сентябрь 2025 года

ЦМАКП — весьма влиятельный аналитический центр в путинской системе: его основатель и многолетний руководитель Андрей Белоусов сегодня занимает пост министра обороны России, а до того почти два десятилетия был главным экономическим стратегом Путина в различных должностях; сегодня ЦМАКП возглавляет брат Андрея Белоусова Дмитрий. Примечательно, что даже он признаёт наличие проблем. ЦМАКП прямо упоминает войну против Украины (под аббревиатурой «СВО» — «специальная военная операция», так называет войну российская пропаганда) и массовую эмиграцию («релокацию») в качестве ключевых сегодняшних вызовов для российской демографии.

ЦИТАТА

«СВО негативно влияет на рождаемость, в частности, приводя к откладыванию части рождений».

«Особый аспект касается релокантов (прежде всего молодых мужчин): часть из них вернулась, тогда как другие, вероятно, не вернуться, что, безусловно,

повлияет на число рождённых детей».²

ЦМАКП, сентябрь 2025 года

Данные ЦМАКП о стремительном сокращении молодого населения трудоспособного возраста подтверждаются официальной статистикой. Это особенно верно для мужского населения, которое является ключевой демографической группой для путинских намерений вести войны — в настоящее время против Украины, но, вероятно, в будущем и против других европейских стран. Согласно Демографическому ежегоднику России, издаваемому Росстатом, мужское население России в возрасте от 20 до 29 лет сократилось на 4,6 млн (или почти на 40%) в 2010–2024 годах. За этот период более молодое мужское население России (до 20 лет) выросло лишь на 1,7 млн, компенсируя лишь около трети общей убыли.

Таблица 1. Мужское население России по возрасту, млн человек³

	2010	2021	2023	Изменение: 2023 минус 2010, млн человек
От 1 до 9	7.71	7.72	8.52	+0.81
От 10 до 19	7.66	8.10	8.55	+0.89
От 20 до 29	12.18	8.00	7.59	-4.59
От 30 до 39	10.41	12.34	11.80	+1.39
От 40 до 49	9.51	10.51	10.44	+0.92
От 50 до 59	9.60	8.71	8.43	-1.17
60 и старше	8.95	12.90	12.76	+3.81

Примечание: из-за округления суммы могут не совпадать.

С тех пор ситуация, вероятно, ухудшилась, хотя российское правительство засекретило демографическую статистику по состоянию на 2025 год, о чём мы ещё скажем.

Массовую убыль молодого мужского населения часто объясняют так называемой демографической ямой 1990-х годов — тогдашним снижением рождаемости, которое привело к сокращению числа россиян мужского пола, достигающих 20-летнего возраста начиная с 2010 года. Однако, по всей видимости, влияют и другие факторы — см. вставку 1.

Вставка 1. Объясняет ли демографическая яма 1990-х сокращение числа молодых мужчин в России?

Снижение рождаемости в 1990-е годы действительно сыграло важную роль в сокращении числа молодых мужчин в России, однако этого объяснения недостаточно.

В 1985–1994 годах родилось 10,3 млн мальчиков, тогда как в 1995–2004 годах — 6,9 млн (все данные — по Демографическому ежегоднику России Росстата). Разница составляет 49%. Тем не менее, как видно из таблицы 1, численность мужчин в возрасте 30–39 лет (1985–1994 годы рождения) сегодня превышает численность группы 20–29 лет (1995–2004 годы) уже на 55%.

Это означает, что мужчин 20–29 лет сейчас на 300–400 000 меньше, чем можно было бы ожидать, исходя только из разницы в рождаемости. Наиболее вероятные причины — военные потери и эмиграция.

Схожая логика проявляется и в более младших возрастах. После роста рождаемости в 2000-х можно было ожидать заметного увеличения числа мужчин 10–19 лет (2005–2014 годы рождения) по сравнению с группой 20–29 лет. И хотя рост действительно произошёл, он оказался значительно слабее, чем рост числа рождений.

В 2005–2014 годах родилось на 29,5% больше мальчиков, чем в предыдущем десятилетии. Однако численность мужчин 10–19 лет превышает группу 20–29 лет лишь на 13%. Эта разница также требует объяснения.

Наиболее вероятный фактор — эмиграция семей с детьми после 2014 года. Исследования показывают, что среди уехавших преобладают молодые семьи.

Таким образом, текущая структура мужского населения не сводится к последствиям демографического спада 1990-х. Мужчин 20–29 лет меньше ожидаемого уровня, а численность группы 10–19 лет также ниже прогнозируемой. Это указывает на влияние дополнительных факторов.

Очевидно, что факторы, помимо демографической ямы 1990-х — прежде всего война и массовая эмиграция, — способствовали дополнительным потерям российского молодого мужского населения, помимо того, что можно объяснить одной лишь динамикой рождаемости.

Крушение ключевой демографической группы России — мужчин в возрасте от 20 до 29 лет — оказывает глубокое воздействие на рынок труда и военный потенциал страны, что подробнее рассматривается ниже.

Сколько россиян покинуло страну?

Точное число россиян, покинувших страну после 2014 года, а особенно после февраля 2022 года, установить сложно. Оценки российских и западных исследователей заметно расходятся: речь может идти как о нескольких сотнях тысяч, так и более чем о миллионе человек. Дополнительную сложность создаёт то, что часть уехавших впоследствии вернулась.⁴

Тем не менее можно с уверенностью сказать, что эмиграция после 2014 года, и особенно после 2022 года, исчисляется как минимум сотнями тысяч человек. Анализ демографической ямы, представленный во вставке 1, косвенно подтверждает эту оценку: сотни тысяч молодых россиян, прежде всего мужчин, отсутствуют в возрастной структуре населения по причинам, которые нельзя объяснить только спадом рождаемости в 1990-е годы. Наиболее вероятное объяснение — эмиграция, в том числе выезд семей с детьми.

Если это предположение верно, эмиграция становится важным фактором, объясняющим аномальное сокращение численности молодых мужчин в России в 2010–2024 годах наряду с последствиями демографического спада 1990-х.



Фото: Shutterstock

В августе 2025 года РБК со ссылкой на исследование учёных РАНХиГС оценивал численность россиян, покинувших страну после февраля 2022 года, в 500–700 000 человек. При этом эмиграция в период после 2014 года, но до 2022-го могла быть не менее значительной. Это связано как с большей продолжительностью периода, так и с тем, что среди уехавших до 2022 года, по-видимому, было относительно больше семей с детьми: если эмиграционная волна 2022 года носила более спонтанный характер, то более ранний выезд чаще был заранее подготовленным.⁵

Влияние сокращения населения трудоспособного возраста на войну в Украине

Рассматривая возможности России по мобилизации, необходимо учитывать всё мужское население в возрасте от 20 до 39 лет. Более молодые возрастные группы пока слишком малочисленны для системного призыва, хотя сообщается о случаях привлечения и совсем молодых людей.

Как следует из таблицы 1, численность мужчин молодого и среднего возраста в России сама по себе ограничена: около 19,4 млн человек, что составляет примерно 13% от общей численности населения. Это ниже, чем в большинстве стран, с которыми Россия потенциально может вступить в военное столкновение.

До четверти этой группы уже занято в вооружённых силах, правоохранительных органах или на предприятиях военно-промышленного комплекса. Общая численность российских силовых структур приближается к 4 млн человек. Если учитывать также сотрудников предприятий ОПК, значительная часть которых имеет отсрочки от мобилизации, совокупная оценка может достигать 5–6 млн.⁶

Дополнительно значительное число мужчин освобождено от призыва по причине высокой квалификации и востребованности на рынке труда. По данным ТАСС, около 3,5 млн работников получили официальные отсрочки, и существенная доля из них приходится именно на возрастную группу 20–39 лет.⁷

Кроме того, примерно 20% потенциальных призывников ограниченно пригодны или непригодны к службе по состоянию здоровья. По данным Центрального банка России, среди 1,3 млн человек, привлечённых к участию в боевых действиях в 2022–2024 годах, около 19% относились к категории негодных к строевой службе.⁸

С учётом этих факторов численность мужчин 20–39 лет, потенциально доступных для нового призыва, сокращается примерно до 10 млн человек.

Однако даже эта цифра не означает реального мобилизационного ресурса. Привлечение такого количества людей означало бы фактическую мобилизацию практически всех оставшихся мужчин данного возраста, что неизбежно привело бы к резкому ухудшению состояния экономики, инфраструктуры и социальной сферы.

Число мужчин — граждан России в возрасте от 20 до 39 лет, потенциально доступных для военного призыва, лишь немного превышает 10 млн человек и

продолжает быстро сокращаться. Мобилизация значительной части из них может дополнительно подорвать и без того испытывающую серьёзные трудности экономику.

Российский рынок труда уже находится в состоянии беспрецедентного напряжения. Уровень безработицы достиг исторического минимума — около 2,3% на конец 2025 года, — при том что дефицит рабочей силы остаётся одной из ключевых проблем экономики. По данным БФМ, участники рынка и представители бизнеса оценивают возможные последствия второй волны мобилизации как «катастрофические».^{9 10}

Конфликт между потребностями экономики в рабочей силе и задачами массового военного призыва, по-видимому, остаётся ключевым фактором, сдерживающим проведение новых волн мобилизации. После первого раунда, прошедшего в сентябре — октябре 2022 года, власти воздерживаются от повторения подобной меры. Вместо этого делается ставка на платную вербовку контрактников, а также на привлечение иностранных военнослужащих, прежде всего из Северной Кореи. Однако возможности такой модели, судя по всему, близки к исчерпанию: темпы набора снижаются (подробнее это рассматривается ниже).¹¹

Учитывая текущее положение дел в российской экономике, включая стагнацию с перспективой скатывания в рецессию, рост инфляции и острый дефицит рабочей силы, экономическая цена ещё одного раунда массовой мобилизации будет слишком высока.

Российская экономика не сможет выдержать ещё один раунд массовой военной мобилизации.

Платная вербовка сокращается, поскольку её резервы исчерпываются. В этой работе мы не будем подробно рассматривать проблему платного военного призыва, лишь упомянем, что ряд оценок числа военных контрактников, публикуемых в западных СМИ, представляются завышенными (подробнее — во вставке 2).¹²

Вставка 2. Почему публичные оценки платного военного набора в России могут быть завышены

В западных и российских независимых СМИ широко распространены оценки, согласно которым Россия ежемесячно набирает 30 000–35 000 контрактников, что соответствует примерно 400 000 человек в год. Подробный разбор этих оценок выходит за рамки данного доклада, однако есть как минимум два аргумента в пользу того, что такие цифры, вероятно, завышены.

Во-первых, подобные масштабы набора должны были бы существенно отражаться на рынке труда. Совокупное годовое пополнение силовых структур (призывники, контрактники, добровольцы) оценивается примерно в 300 000 человек. Дополнительный набор ещё около 400 000 человек в год означал бы крайне значительный отток из гражданской экономики, который неизбежно привёл бы к более выраженным последствиям для рынка труда. Несмотря на серьёзный дефицит рабочей силы, наблюдаемые эффекты пока не соответствуют таким масштабам.

Для сопоставления: 400 000 человек — это больше, чем совокупная численность сотрудников «Газпрома» и «Роснефти», и примерно сопоставимо с занятостью в автомобильной промышленности или численностью работников «Почты России».

Во-вторых, оценки в 30 000–35 000 человек в месяц часто строятся на данных о бюджетных расходах на «подъёмные» — единовременные выплаты при подписании контракта — исходя из среднего значения около 1 млн рублей на человека. Этот подход широко используется независимыми аналитиками на основе данных Казначейства России.

Однако у него есть существенные ограничения. Российская бюджетная отчётность во многом носит характер кассового учёта: фактические выплаты в конкретный месяц могут значительно отличаться от числа заключённых контрактов. В расходы включаются погашение задолженностей за предыдущие периоды, авансовые выплаты и другие операции, которые искажают прямую помесечную связь между суммой расходов и числом новобранцев.

Поэтому распространённая оценка в 30 000–35 000 человек в месяц представляется завышенной. Более реалистичной выглядит оценка журналистов-расследователей из «Вёрстки», которые, опираясь на комплекс различных источников, оценивают набор примерно в 17 000 человек в месяц — то есть около 200 000 в год.

Как в таком случае компенсируются потери на фронте? Существует несколько вероятных механизмов. Во-первых, раненые после неполного лечения возвращаются в строй — подобные сообщения регулярно появляются как в российских, так и в западных источниках. Во-вторых, происходит переброска подразделений из других регионов России. Наконец, нельзя исключать и общее сокращение численности российских войск, задействованных в Украине. Так, если по заявлению Путина на конец 2024 года она составляла 617 000 человек, то к лету 2025 года журналисты Би-би-си, анализируя налоговые данные и судебные документы, оценивали её скорее на уровне около 500 000.

Из данных о возрастной структуре мужского населения России, представленных в таблице 1, можно сделать ещё два важных вывода.

Во-первых, подрастающее поколение не компенсирует потери в группе мужчин 20–29 лет. Увеличение численности мужчин моложе 20 лет (на 1,7 млн) покрывает лишь около трети сокращения в группе 20–29 лет (4,6 млн). Это означает, что в ближайшие годы как рабочая сила, так и мобилизационный резерв будут последовательно сокращаться: нынешняя малочисленная когорта 20–29-летних будет стареть, а на смену ей придёт ещё более слабое в демографическом отношении поколение.

Во-вторых, более значительный ресурс — в том числе с точки зрения мобилизации — сосредоточен в старшей возрастной группе 40–59 лет, численность которой превышает группу 20–29 лет на 11,3 млн человек. Тенденция к «старению» российской армии уже фиксируется: по данным «Вёрстки», средний возраст погибших российских военнослужащих вырос с 36 лет в первый год войны до 39 лет в последнее время, при этом увеличивается доля контрактников старше 45 лет.^{13 14}

Для восполнения дефицита личного состава Путин задействовал различные внешние и внутренние механизмы — от вербовки трудовых мигрантов из стран Центральной Азии до сотрудничества с Северной Кореей. Тем не менее, несмотря на сохраняющийся дефицит военного персонала, новые раунды массовой мобилизации до сих пор не объявлены. Наиболее вероятным сдерживающим фактором остаются экономические ограничения.

Основные выводы, вытекающие из текущей демографической динамики для военного потенциала России, можно сформулировать следующим образом.

У России недостаточно мужчин молодого и среднего возраста, чтобы одновременно вести масштабные военные действия и поддерживать функционирование экономики и рынка труда. Это является ключевой причиной отказа от новых волн массовой мобилизации.

При этом структура потенциального мобилизационного ресурса будет быстро стареть. Война в Украине и массовая эмиграция усилили уже существующие демографические проблемы, прежде всего последствия демографической ямы 1990-х годов, которая существенно сократила численность мужчин призывного возраста.

Ключевой же вывод таков: текущая демографическая ситуация ограничивает способность России проводить крупномасштабные мобилизации — как в рамках текущей войны, так и в перспективе — без нанесения серьёзного ущерба экономике.

Может ли иммиграция спасти демографическую ситуацию в России?

Иммиграция действительно оказывала определённую поддержку российской демографии в последние годы, однако её нельзя рассматривать как системное решение. Более того, её потенциал быстро исчерпывается.

В 2024 году российское гражданство получили чуть более 200 000 иностранцев. По итогам первых девяти месяцев 2025 года (последние доступные данные на момент подготовки доклада) этот показатель снизился ещё примерно на 30% — до 111 000 человек. Для сравнения, в 2019–2022 годах Россия ежегодно выдавала 500–700 000 паспортов иностранцам, однако значительная часть этих показателей была связана с ускоренной натурализацией жителей восточной Украины — этот ресурс сегодня практически исчерпан.^{15 16}

Дополнительно процесс получения гражданства усложняется из-за усиливающегося давления со стороны силовых структур. В результате ежегодный прирост населения за счёт натурализации, вероятно, не превышает 100–200 000 человек, что не оказывает существенного влияния на демографическую динамику. При этом естественная убыль населения достигла почти 600 000 человек в 2024 году и продолжала расти в начале 2025 года — до момента засекречивания демографической статистики.^{17 18}

Программа переселения этнических русских из-за рубежа («программа переселения соотечественников») также утратила значимость: в 2025 году по ней в Россию переехали менее 30 000 человек.¹⁹

В 2024 году более 500 000 иностранных граждан получили разрешения на временное проживание и работу (полные данные за 2025 год отсутствуют). Эти показатели нередко интерпретируются как «миграционный прирост», компенсирующий естественную убыль. Однако такие оценки вводят в заблуждение: временные мигранты не становятся гражданами и могут покинуть страну в любой момент, поэтому их вклад в демографию нестабилен. Более того, численность временной миграции подвержена значительным колебаниям: она снижалась после 2014 года и резко сокращалась в кризисные периоды, например в 2020 и 2022 годах.

В ближайшие годы можно ожидать дальнейшего снижения этого потока. Российские власти последовательно ужесточают миграционную политику, в том числе через повышение требований к знанию языка: по имеющимся данным, около 35% мигрантов не могут сдать базовый экзамен по русскому языку с первой попытки. В феврале 2026 года правительство внесло в

Государственную Думу законопроект, существенно ограничивающий доступ к трудовой миграции — в частности, предлагается запретить выдачу рабочих патентов низкодоходным мигрантам и ужесточить правила пребывания их детей (например, обязать достигших 18 лет покинуть страну или оформлять разрешение на работу самостоятельно).^{20 21 22 23}

Наконец, важно учитывать и качественный аспект. Иммигранты из стран, традиционно поставляющих рабочую силу в Россию (прежде всего из Центральной Азии), в большинстве случаев не обладают квалификацией, необходимой в наиболее дефицитных отраслях. Например, по словам президента Российского зернового союза Аркадия Злочевского, значительная часть мигрантов не может работать на сложной сельскохозяйственной технике, включая зерноуборочные комбайны.

Таким образом, иммиграция в её текущем виде не способна компенсировать ни демографическое сокращение, ни структурный дефицит рабочей силы.²⁴

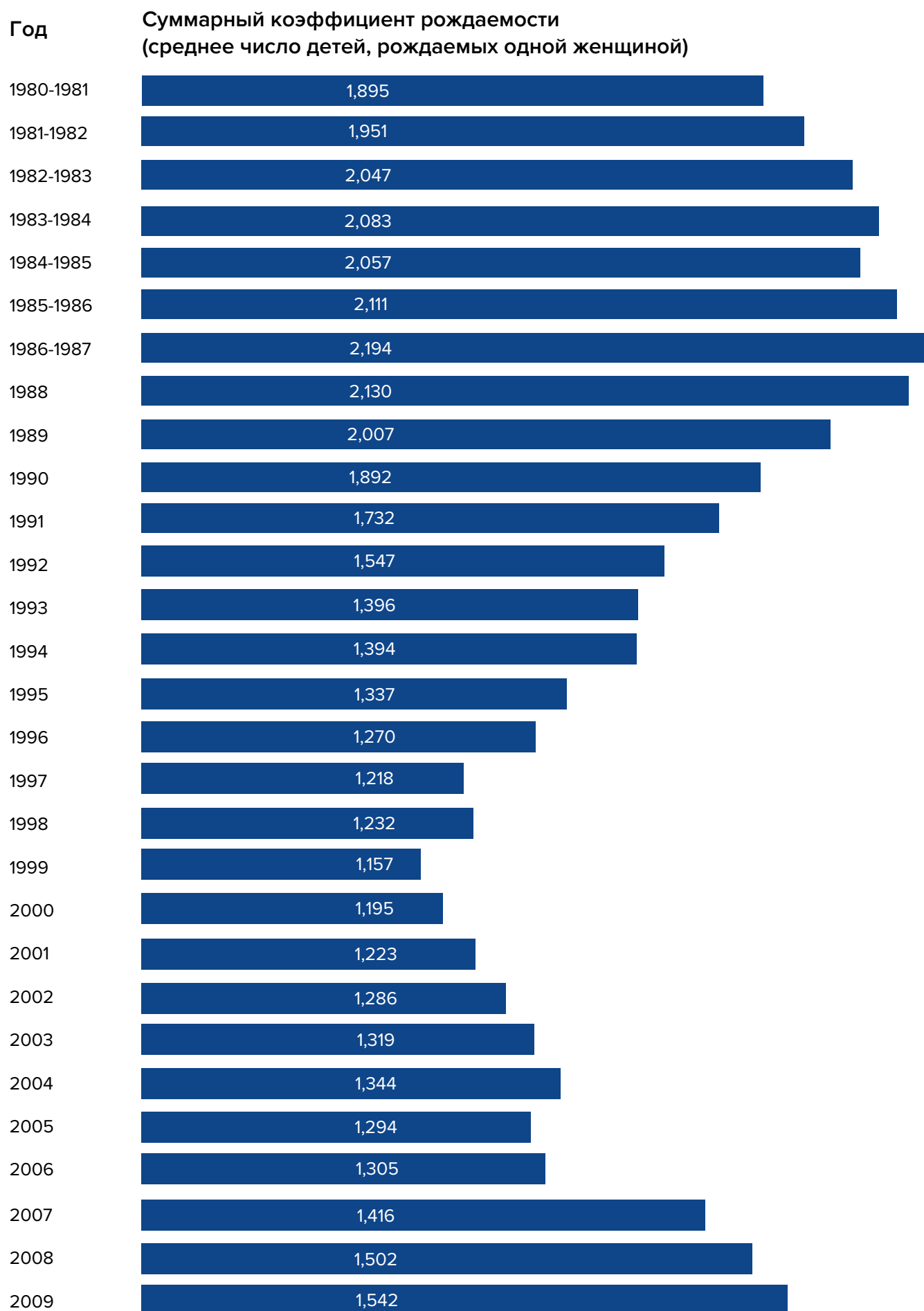
Рекордно низкая рождаемость: пора паниковать?

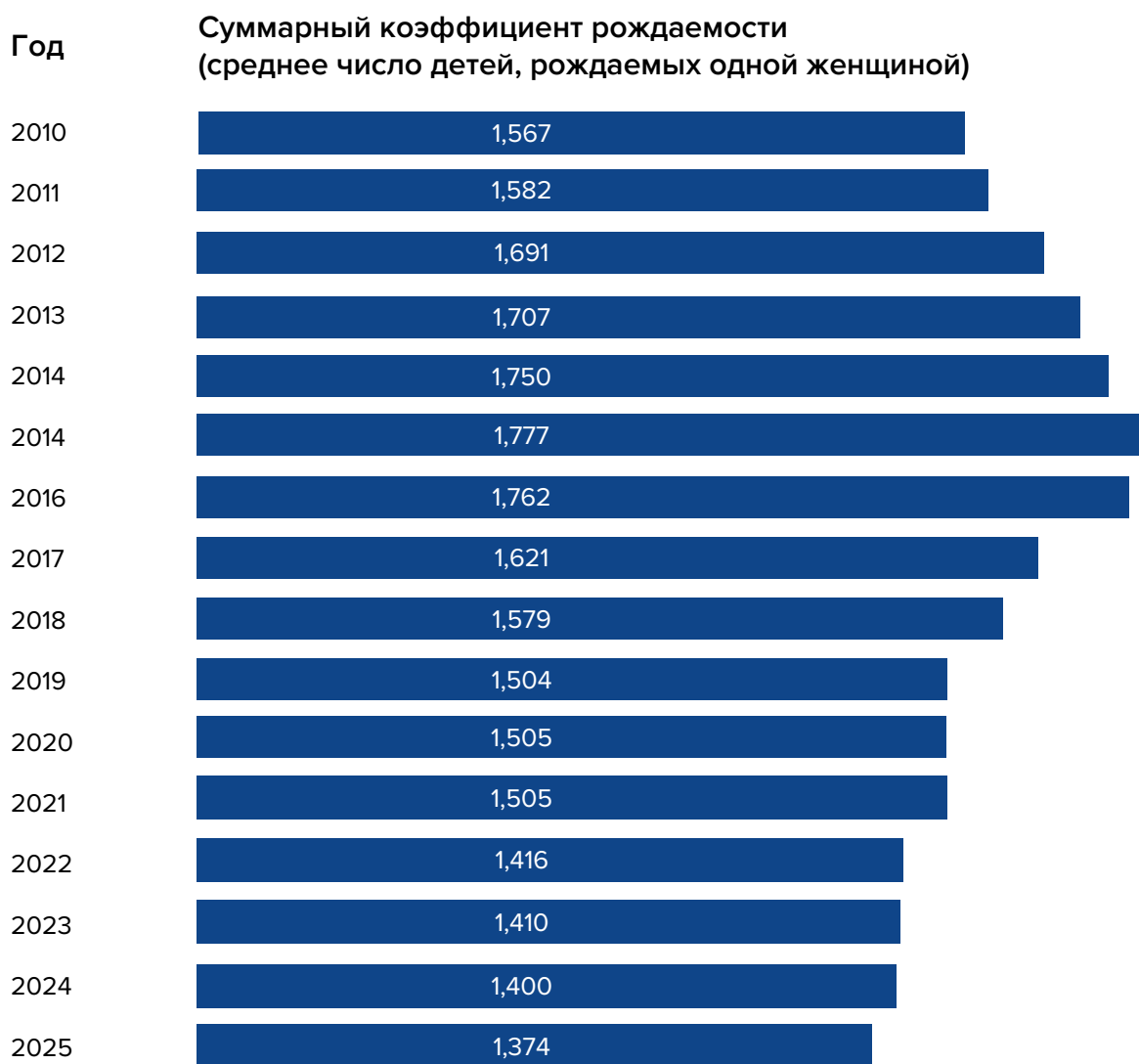
Что касается долгосрочных демографических вызовов, наиболее острой проблемой России сегодня является резкое снижение рождаемости. После пика 2015 года показатели начали устойчиво ухудшаться — несмотря на то, что в своих «майских указах» 2012 и 2018 годов Владимир Путин ставил значительно более амбициозные цели по росту рождаемости (подробнее об этом ниже). С 2022 года спад заметно ускорился, что отражено в таблице 2.

На фоне ухудшения демографической ситуации в середине 2025 года российские власти засекретили значительную часть статистики. Тем не менее в январе 2026 года в СМИ появились выдержки из непубличных данных Росстата, которые свидетельствуют: суммарный коэффициент рождаемости (число живорождений на одну женщину) в 2025 году снизился до 1,374 — минимального уровня почти за два десятилетия.

Это на 23% ниже по сравнению с максимумом 2015 года (1,777) и фактически означает возврат к показателям середины 1990-х годов.^{25 26}

Таблица 2. Суммарный коэффициент рождаемости в России²⁷





В большинстве регионов России показатели рождаемости ещё ниже средних по стране. По анализу «Демоскопа» на основе данных Росстата, в 2024 году суммарный коэффициент рождаемости был ниже общенационального уровня (1,4) в 55 из 85 регионов — то есть в подавляющем большинстве. В 24 регионах он опускался ниже 1,2.

После засекречивания демографической статистики детальные региональные данные за 2025 год недоступны. Однако, по информации РБК (март 2026 года), в первой половине 2025 года число рождений снизилось ещё на 3,2% по сравнению с аналогичным периодом 2024 года.^{28 29}

Несмотря на закрытость официальной статистики, региональные сигналы указывают на продолжающееся и масштабное падение рождаемости. Фрагментарные данные не дают полной количественной картины, но позволяют увидеть общий тренд. В частности, одной из наиболее заметных тем в региональных СМИ стало массовое закрытие родильных домов.

Иногда сами чиновники, объясняя такие решения, фактически подтверждают глубину кризиса. Так, министр здравоохранения Омской области Дмитрий

Маркелов, комментируя закрытие роддомов, отметил, что нагрузка на врачей резко снизилась:

ЦИТАТА

«Когда родильный дом, рассчитанный на сотни родов в месяц, фактически принимает значительно меньше, возникает системный кризис качества. Когда врач принимает только одни роды в день вместо положенных 25–30, его профессиональные навыки неизбежно деградируют. Это не его вина — просто так складываются обстоятельства».

Дмитрий Маркелов

Министр здравоохранения Омской области, декабрь 2025 года

Омская область — крупный промышленный регион (26-е место по численности населения и 35-е по валовому региональному продукту), а её столица входит в число крупнейших городов страны.

Дополнительные подтверждения даёт федеральная пресса. В январе 2025 года «Московский комсомолец» писал о массовом закрытии роддомов, связывая это напрямую с падением рождаемости:

ЦИТАТА

«При низкой рождаемости содержание целых отделений или специализированных больниц становится нерентабельным. С финансовой точки зрения очевидно: содержать 2–3 роженицы в день на 200 сотрудников, как это имеет место во многих малых городах России, дорого».

«Московский комсомолец», январь 2025 года

В январе 2026 года издание привело конкретный пример: в городе Кольчугино Владимирской области (около 38 тыс. жителей) число родов сократилось с 300 в 2023 году до 268 в 2025-м (снижение более чем на 10%). В результате роддом был закрыт. По аналогичным причинам прекратил работу роддом и в соседнем Гусь-Хрустальном.³⁰

Хотя федеральные власти избегают публичных комментариев, отдельные официальные заявления подтверждают масштаб проблемы. В январе 2025 года первый заместитель министра здравоохранения Виктор Фисенко признал:

ЦИТАТА

«Абсолютное число рождений приблизилось к уровню 2000 года, который был одним из самых низких значений этого показателя за всю историю

современной России».

Виктор Фисенко, январь 2025 года

Фактические показатели также существенно отстают от целевых ориентиров, закреплённых в «майских указах»:³¹

- в 2012 году целевой уровень на 2018 год составлял 1,753 (фактически — 1,579);³²
- в 2018 году цель на 2024 год была установлена на уровне 1,7 (фактически — около 1,4).³³

Почему снижается рождаемость в России?

Комментаторы, как правило, объясняют резкое падение коэффициентов рождаемости в последнее десятилетие последствиями низкой рождаемости 1990-х годов — якобы в последнее десятилетие число женщин, вступающих в детородный возраст, сократилось по этой причине. Но этот фактор перестал быть решающим.

Прежде всего, женщины рожают всё позже: по данным Росстата, в 2022 году 52% родов приходилось на матерей 30 лет и старше, родившихся ещё до начала серьёзного снижения рождаемости 1990-х годов. До 1992 года рождаемость в России хотя и колебалась, но не слишком отличалась от показателей начала 1980-х; резкое снижение началось лишь с 1992 года (как видно из таблицы 2). Согласно Демографическому ежегоднику Росстата, в 2015 году, когда коэффициент рождаемости начал падать, 76% родов приходилось на женщин в возрасте 25 лет и старше, то есть родившихся до наступления демографической ямы.

Следовательно, снижение рождаемости в 1990-х годов лишь частично объясняет феномен резкого падения коэффициента рождаемости в 2015–2025 годах. Однако провластные комментаторы и представители традиционной демографической школы предпочитают объяснять недавнее снижение рождаемости лишь демографической ямой 1990-х. Этот подход кажется поверхностным.

Причины снижения рождаемости широко обсуждаются даже в российских СМИ, издающихся внутри страны. Частое объяснение — ухудшение социально-экономической ситуации и проблемный политический курс правительства Владимира Путина. Forbes Россия со ссылкой на исследование, опубликованное

в журнале «Вопросы экономики», отмечает: «В последние годы решение отложить или отказаться от рождения ребёнка часто связывалось с негативным отношением к политическому курсу страны, согласно исследованию Высшей школы экономики. Среди других распространённых причин — негативный эмоциональный фон и проблемы с материальным благосостоянием. Негативное отношение к текущему политическому курсу государства повышает вероятность откладывания или отказа от рождения ребёнка».³⁴

ЦИТАТА

«Установлено, что психологические факторы играют значительную роль. Тревога и страх, а также несогласие с курсом страны побуждают респондентов откладывать рождение детей на неопределённый срок».³⁵

Исследование ВШЭ, опубликованное в журнале «Вопросы экономики», 2024 год

Стремительное снижение рождаемости — понятное следствие утраты горизонта планирования для значительной части российского населения. Люди подавлены ухудшающимися социально-экономическими условиями и сомневаются, что политика руководства страны — прежде всего война против Украины и международная изоляция — может привести к улучшению ситуации в обозримом будущем.

Эти факторы стали главной причиной снижения рождаемости уже после 2015 года, когда общий коэффициент рождаемости в России начал ухудшаться. Демографическая яма 1990-х к этому моменту уже не играла столь сильной роли: в 2015 году, по данным Росстата, женщины моложе 25 лет, то есть родившиеся после 1990 года, обеспечивали менее четверти всех рождений, а женщины моложе 20 лет, то есть родившиеся после 1995 года, — лишь 4% от общего числа рождений. Однако детей рождалось всё меньше, и российские СМИ, обсуждая кризис, развернувшийся в результате западных санкций, введённых после вторжения России в Украину в 2014 году, и нарастающую международную изоляцию России, винили именно их в падении рождаемости.^{36 37}

Хотя российские власти и делают вид, что большинство россиян поддерживают Путина и доверяют ему, это пропагандистский фасад. Отсутствие уверенности в будущем страны и утрата горизонта планирования порой прорываются даже в публичное поле. К примеру, исследование, опубликованное в январе 2026 года связанным с Кремлём ВЦИОМом, даже называлось характерно: «Потеряна связь с будущим. Почему люди покидают малые города?» Причины ощущения безысходности и неуверенности в будущем сходны у жителей городов любого размера, но жители малых городов действительно куда сильнее зависят от

текущих социально-экономических трудностей, поэтому снижение рождаемости, по всей видимости, затрагивает их серьёзнее, чем обитателей мегаполисов. Выше мы уже говорили о резком падении числа рождений после решения о массовом закрытии родильных домов.³⁸

В целом решение россиян воздержаться от рождения детей красноречиво свидетельствует об отсутствии у населения уверенности в будущем страны под руководством Владимира Путина и является гораздо более надёжным источником для оценки реальных общественных настроений в России, чем любой опрос общественного мнения.

Провал программы материнского капитала

Снижение рождаемости в 2015–2025 годах — свидетельство того, что путинская программа материнского капитала в основном не сработала.

С 2007 года российское правительство начало выплачивать денежные средства, примерно эквивалентные 10 000 долларов США, за рождение второго ребёнка (в большинстве случаев эти средства нельзя было обналичить — только использовать на оплату образования или жилья). Однако из-за сильной девальвации рубля в кризис 2014–2015 годов эта сумма обесценилась до эквивалента 7 000–7 500 долларов по курсу 2015 года. С 2020 года материнский капитал стал выплачиваться и за первого ребёнка — в эквиваленте примерно 6 500 долларов, а сумма за рождение второго ребёнка была увеличена примерно до 8 500 долларов (по курсу дня). К 2026 году суммы, выплачиваемые за рождение первого и второго ребёнка, были проиндексированы до 9 400 и 12 400 долларов соответственно (по курсу начала 2026 года).

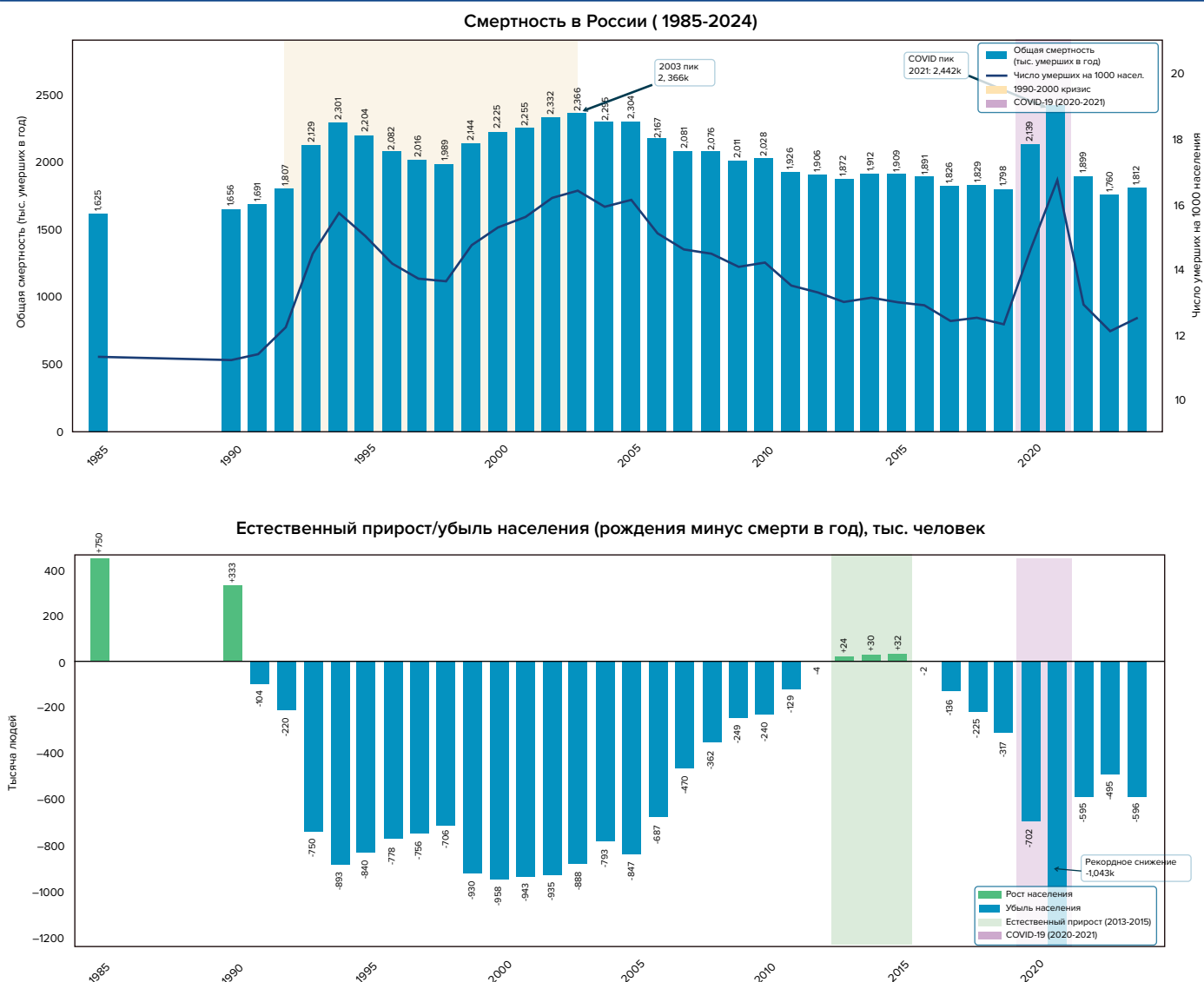
Но как видно из стремительного снижения коэффициентов рождаемости в 2015–2025 годах, программа материнского капитала в лучшем случае лишь замедлила снижение рождаемости, но не улучшила ситуацию. Судя по цифрам в «майских указах» 2012 и 2018 годов, путинские планировщики рассчитывали на куда более существенное позитивное влияние программы материнского капитала на рождаемость.

Федеральный бюджет тратит на программу материнского капитала около 7,5 млрд долларов в год (1,3% от общего годового объёма расходов федерального бюджета, или 0,24% ВВП).³⁹

Смертность

Хотя в последние годы в России виден всплеск смертности, ситуация здесь — по крайней мере на бумаге — выглядит лучше, как статистика рождаемости: рождаемость упала до исторически низких показателей конца 1990-х — начала 2000-х, а коэффициенты смертности (число умерших в год на 1000 населения) в последние несколько лет на 15–20% ниже худших показателей той эпохи.

Таблица 3. Смертность в России⁴⁰



Как видно, пик смертности в России был связан не столько с войной Путина против Украины, сколько с пандемией Covid-19 в 2020–2021 годах. За этот период Россия столкнулась с приблизительно миллионом избыточных смертей по сравнению с другими странами.⁴¹⁴²

Верно и то, что текущий уровень смертности в России может быть существенно занижен, поскольку многие смерти, связанные с войной против Украины, по-прежнему скрываются за цифрами «пропавших без вести». По подсчётам «Медиазоны» на основе судебных документов, только в первой половине 2025

года в российских районных и гарнизонных военных судах было подано более 26 000 исков о признании людей пропавшими без вести или умершими — больше, чем за весь 2024 год, когда таких исков было 22 600.⁴³

Следует отметить, что иски, поданные в суды, не покрывают все случаи пропажи без вести: у многих погибших нет родственников, способных подать жалобу, информация поступает с задержками, не у всех есть возможность или желание подавать судебный иск немедленно (до получения и проверки подробной информации и исчерпания других внесудебных вариантов признания родственников пропавшими без вести или умершими). Журналисты проекта «Эхо» (бывшее «Эхо Москвы»), получившие доступ к более чем 6 000 обращений, поданных конфиденциально российскому уполномоченному по правам человека с апреля по сентябрь 2025 года, выяснили, что подавляющее большинство всех обращений (не обязательно подкреплённых судебными исками) касается родственников или знакомых, пропавших без вести.⁴⁴

Но даже если предположить, что до 100 000–200 000 россиян могут быть недоучтены как погибшие после пропажи без вести в Украине, это не изменит коэффициент смертности кардинально: он может превысить 13 на 1000 населения (при официально заявленных 12,5 в 2024 году), но, вероятно, не достигнет пика в 15–16, зафиксированного в начале 2000-х годов.

Что касается числа погибших в войне в Украине, по состоянию на февраль 2026 года поимённый подсчёт Русской службы Би-би-си и «Медиазоны» (основанный на установлении и подтверждении конкретных имён погибших через некрологи, судебные документы и т.д.) зафиксировал более 173 000 россиян, погибших в Украине. Би-би-си и «Медиазона» полагают, что эта цифра покрывает от 45 до 65% от реального числа погибших.⁴⁵

Таким образом, смертность в России сегодня высока, но ещё не на рекордном уровне. С точки зрения будущего рекордно низкая рождаемость гораздо опаснее.

Тем не менее число погибших в войне в Украине поразительно велико по историческим меркам. Одна из проблем, которая в настоящее время волнует российские регионы — наряду с массовым закрытием родильных домов, — это нехватка мест на местных кладбищах для захоронения погибших в войне в Украине и связанные с этим конфликты из-за решений властей об изъятии земель под срочное расширение кладбищ. Эти конфликты вспыхивают по всей стране — от Удмуртии до Ярославля, от Новороссийска до Калининграда.^{46 47 48 49}

Выводы

Из данных, которые мы рассмотрели, и их анализа можно сделать несколько основных выводов.

1. Война Путина против Украины погрузила и без того слабую демографию России в беспрецедентный кризис с долгосрочными последствиями, которые будет крайне трудно преодолеть.

Россия уже имела проблемы с демографией, когда начала полномасштабное вторжение в Украину. Война усугубила ситуацию до такой степени, что ущерб, ею нанесённый, придётся возмещать десятилетиями.



Фото: Shutterstock

Демографическая политика Путина была сосредоточена на восстановлении рождаемости в России после демографической ямы 1990-х. Ключевым инструментом была программа материнского капитала. Однако она не принесла нужных результатов: рождаемость начала снижаться вскоре после начала программы, и главной причиной этому, по-видимому, стали последствия путинской войны.

2. Последствия войны против Украины, начавшейся в 2014 году, и последующие западные санкции, а также международная изоляция России начали негативно влиять на российскую демографию, по-видимому, примерно с 2015 года.

Большинство негативных демографических тенденций — таких, как снижение рождаемости, — начались не после февраля 2022 года, а значительно раньше, с 2015 года.

3. Основной краткосрочный вызов — уничтожение молодого взрослого мужского населения, бьющее как по экономическому, так и по военному потенциалу.

Мужское население России в возрасте от 20 до 29 лет сократилось почти на 40% в 2010–2024 годах, уменьшив общую численность мужчин этого возраста до 7,59 миллиона. Массовые войны при столь ограниченном резерве молодого мужского населения — чрезвычайно рискованное предприятие.

Мужское население России стремительно стареет. Меж тем современная экономика, как и современная война, требуют молодых, здоровых и технологически грамотных людей, которых в России всё меньше.

4. Потенциальная массовая мобилизация для войны в Украине (или любой масштабной войны) усугубит экономический кризис. Поэтому Путин до сих пор не объявлял новых раундов массовой мобилизации.

Учитывая исторически беспрецедентный дефицит рабочей силы в критически важных отраслях (многие из которых поставляли военнотрудовых на войну в Украине), потенциальная массовая мобилизация — особенно для ведения войн с более крупным противником — остаётся чрезвычайно болезненным вариантом с точки зрения влияния на российскую экономику. Даже текущая война в Украине, включая платную вербовку, привела к значительному дефициту рабочей силы.

Это не означает, что Путин не способен принять решение о новой массовой мобилизации. Но если он выберет этот путь, это станет огромным экономическим ударом, который, вероятно, приведёт к глубокому кризису и длительной экономической стагнации.

5. Иммиграция не решит демографических проблем России.

Натурализованных иммигрантов России не так много — недостаточно для компенсации естественной убыли населения. Временная трудовая иммиграция не улучшает ситуацию, а иммигранты в силу недостатка квалификации не идут работать в отрасли, испытывающие кадровый дефицит. Вдобавок политика российских властей направлена на сокращение, а не расширение иммиграции.

6. Основной долгосрочный вызов — рекордно низкая рождаемость, которая лишь ухудшается.

Россия вернулась к уровню рождаемости, в последний раз зафиксированному в 1990-х — а этот период считается худшим для демографии в современной истории страны.

Кризис рождаемости способен усугубляться до тех пор, пока не закончится период социальной и экономической неопределённости и безысходности, усиленных войной, которые испытывает значительная часть россиян.

7. В текущей ситуации Россия не в состоянии планировать масштабные войны в обозримом будущем.

Демографического анализа как такового недостаточно, чтобы судить о намерениях Путина продолжать войну в Украине или начинать новые войны. Но анализ демографической ситуации доказывает, что у России нет ни людских ресурсов, ни экономического потенциала для ведения масштабных войн, и путинский выбор в пользу такого сценария обойдётся стране слишком дорого.

Free Russia Foundation продолжит анализировать демографические и общественные тенденции в России. Ваши отзывы и вопросы приветствуются.

Источники

1. ЦМАКП, «Тема 9. Демографический кризис», стр. 5.
(http://www.forecast.ru/_ARCHIVE/Mon_13/2025/TT9_2025.pdf).
2. ЦМАКП, «Тема 9. Демографический кризис», стр. 5.
(http://www.forecast.ru/_ARCHIVE/Mon_13/2025/TT9_2025.pdf).
3. Росстат, Демографический ежегодник России.
4. Например, исследование международной группы учёных, опубликованное в 2025 году, оценило число покинувших Россию в 2022 году в 860 000 человек, однако часть из них впоследствии вернулась. Оценки числа россиян, покинувших Россию в 2022 году и позднее, варьируются от нескольких сотен тысяч до более чем миллиона человек.
5. РБК, «Портрет релоканта», 7 августа 2025
(<https://pro.rbc.ru/demo/689387599a79474b0c0ed772>)
6. <https://echofm.online/infografika-dnya/v-2025-godu-obshhaya-shtatnaya-chislennost-silovikov-v-rossii-priblizilas-k-otmetke-4-milliona-chelovek>
7. <https://www.rbc.ru/politics/29/12/2023/658c24b59a7947181842374f>
8. <https://tass.ru/obschestvo/24383379>
9. <https://www.cbr.ru/Collection/Collection/File/59591/0126.pdf>, page 19
10. БФМ, «Вторая волна мобилизации: рынки и бизнес оценивают экономические риски», сентябрь 2025 (<https://nsk.bfm.ru/news/53725>)
11. Платная вербовка менее эффективна с точки зрения качества призывников: при массовой мобилизации власти могут призывать людей с необходимыми военными специальностями и физической подготовкой, а навыки и физические данные платных контрактников сильно варьируются.
12. См., например:
<https://verstka.media/kogo-rossiya-nabrала-na-vojnu-v-2025-godu>
13. <https://www.bbc.com/russian/articles/c7vm484qj41o>
14. См. «Вёрстка», «Дедушкин контингент: доля контрактников старше 45 лет на фронте в российской армии растёт», октябрь 2024
(<https://verstka.media/kontraktniki-stali-starymi>)
15. <https://meduza.io/news/2025/03/27/kolichestvo-inostrantsev-poluchivshih-grazhdanstvo-rf-v-2024-godu-stalo-rekordno-nizkim-za-pyat-let>
16. <https://www.gazeta.ru/social/news/2025/12/16/27420859.shtml>
17. <https://www.rbc.ru/economics/21/02/2025/67b8aa619a79477c802b6681>
18. <https://www.km.ru/v-rossii/2025/05/18/rosstat/916851-rosstat-zasekretit-statistiku-po-demografii-v-razbivke-po-regiona>
19. «Коммерсантъ», «Соотечественники заканчиваются. Интерес к программе переселения в Россию упал до минимума», 17 февраля 2026
(<https://www.kommersant.ru/doc/8440619>)
20. См. «Демоскоп»: <https://www.demoscope.ru/weekly/2025/01071/barom01.php>
21. Подробнее:
<https://tochno.st/materials/stolko-sostavil-migracionnyi-prirost-za-2024-god>

22. См. РИА Новости, «Более трети мигрантов не сдали экзамен по русскому языку с первого раза» (<https://ria.ru/20260215/ekzamen-2074456696.html>)
23. <https://www.rbc.ru/politics/21/02/2026/6999de0e9a7947eb2e157620>
24. Обсуждается здесь с отметки 22:47 <https://www.youtube.com/watch?v=n5YmzmwpP40>
25. «Новая газета Европа», «Территория без данных. Россия засекречивала демографическую статистику на протяжении всего года», декабрь 2025 (<https://novayagazeta.eu/articles/2025/12/27/territoriia-bez-dannykh>)
26. «Коммерсантъ», «Суммарный коэффициент рождаемости в России снизился в 2025 году» (<https://www.kommersant.ru/doc/8365181>)
27. Росстат, Демографический ежегодник России; данные за 2025 год не публиковались и взяты из российских СМИ со ссылкой на неопубликованные отчёты Росстата.
28. <https://www.demoscope.ru/weekly/2025/01067/barom05.php>
29. <https://www.rbc.ru/rbcfreenews/68d606ce9a79471a1eeefde1>
30. <https://www.mk.ru/social/2026/01/23/skrepny-otdelno-roddomy-pod-nozh-kolchugino-kak-pokazatel-demograficheskoy-effektivnosti-ili-komu-pomeshal-edinstvenny-roddom.html>
31. Амбициозные указы, определяющие набор стратегических национальных целей для России, подписанные Путиным в дни инаугурации в мае 2012 и мае 2018 года, в начале каждого официального президентского срока. Известны под собирательным названием «майские указы».
32. <http://www.kremlin.ru/acts/bank/35270>
33. <http://kremlin.ru/acts/bank/43027>
34. Forbes Россия, «Эксперты назвали причины, по которым россияне отказываются от рождения детей», 2024 (<https://www.forbes.ru/finansy/520877-eksperty-nazvali-priciny-otkaza-rossian-ot-rozdenia-detej>)
35. Вакуленко Е.С., Горский Д.И., Кондратьева В.П., Трофименко И.А. «Репродуктивные намерения россиян в 2022–2023 годах: роль субъективных факторов», «Вопросы экономики», 2024 (<https://www.vopreco.ru/jour/article/view/4815>)
36. РИА Новости, «Эксперты объяснили демографические проблемы России», 19 июля 2017 (<https://ria.ru/20170719/1498779358.html>)
37. «Независимая газета», «Западные санкции вызвали демографический обвал», 8 ноября 2017 (https://www.ng.ru/economics/2017-11-08/1_7110_demografy.html)
38. <https://wciom.ru/expertise/poterjana-svjaz-s-budushchim-pochemu-ljudi-pokidajut-malye-goroda>
39. <https://tass.ru/ekonomika/25197175>
40. Росстат, Демографический ежегодник России, «Демоскоп»; данные за 2025 год не публиковались.
41. ВШЭ, «Ковидные потери: какой удар по демографии нанёс коронавирусный кризис?», ноябрь 2021 (<https://ncmu.hse.ru/news/536242980.html>)

42. «Отслеживание избыточной смертности по странам во время пандемии COVID-19 с помощью набора данных World Mortality Dataset», авторы: Ариэль Карлинский и Дмитрий Кобак, Еврейский университет, Израиль; Институт офтальмологических исследований, Тюбингенский университет, Германия, 2021 (<https://elifesciences.org/articles/69336>)
43. <https://zona.media/article/2025/06/05/mia-part2>
44. The New York Times, «Как были обнародованы тысячи секретных российских документов» (<https://www.nytimes.com/2025/12/31/world/europe/russia-ombudsman-complaints.html>)
45. <https://www.bbc.com/russian/articles/clyzwevz38qo>
46. <https://udm-info.ru/news/2024-10-25/podumayte-o-zhivyh-zhiteli-udmurtii-protiv-stroitelstva-kladbischa-ryadom-s-domami-5216481>
47. <https://yar.mk.ru/social/2025/12/09/yaroslavskie-dachniki-nachali-protest-protiv-budushhego-kladbishha.html>
48. <https://www.kommersant.ru/doc/6932012>
49. <https://kaliningrad.rbc.ru/kaliningrad/11/02/2026/698c73829a794700dfd8b38d>

Washington, DC
Апрель 2026