

Правда о «летнем», «зимнем» и поясном времени

Вячеслав Апрелев, Лев Ушаков

Россия, Санкт-Петербург

Декабрь 04, 2013

Чем можно объяснить упорное противодействие нынешней российской власти серьёзному улучшению здоровья и качества жизни населения России, возможному даже в нынешних социально-экономических условиях, т.е. без смены курса социальных и экономических реформ?

Давно известно, что время является тем элементом окружающей человека среды, который нельзя трогать. Это опасно для здоровья и жизни человека.

Египетские жрецы, возводя на трон очередного фараона, провозглашали: «Фараон может **всё**. Он не может только **трогать время**». А древние китайские мудрецы писали, что всякий разлад жизни людей с природой приводит к катастрофам... (В. Стёпин, академик РАН, статья «На пороге третьей цивилизации», жур. «Знание-сила», №6, 2006 г.).

Выдающийся специалист по биологическим ритмам человека Н.И. Моисеева писала: «...при всём безграничном стремлении к покорению природы время относится к числу вещей, нам вовсе не подчиняющихся» (книга «Время в нас и время вне нас», Лениздат, 1981).

Однако в вопросе времени российская власть оказалась впереди всей планеты. Ни в одной другой стране мира нет круглогодичного двухчасового опережения поясного времени, введённого в России с октября 2011 г. тогдашним президентом РФ Д.Медведевым. Это он предложил в 2009 г. уменьшить количество часовых поясов на территории страны для «облегчения управления Россией» и оценить целесообразность сезонных переводов стрелок часов. Услужливые журналисты, депутаты и некоторые учёные тут же поддержали эту «новацию» президента. 19 ноября 2009 г. на Первом канале телевидения в программе «Пусть говорят» профессор Михаил Бланк заявил, что для доказательства вредности переводов стрелок часов не нужны никакие медицинские исследования. Достаточно сравнить выручку фармацевтов от продажи лекарств в течение недели до и недели после весеннего перевода стрелок часов. Я, от имени нашего общественного Комитета «За восстановление в России жизни по поясному времени» (далее - СПб Комитет), заявил, что сокращение часовых поясов означает отказ от Международной системы часовых поясов и

приведёт к ухудшению здоровья, затруднит экономическое взаимодействие с другими государствами. Заместитель директора института географии РАН А. Тишков тут же заявил о целесообразности увеличения светлого времени после окончания рабочего дня, что, дескать, будет благоприятным для здоровья людей.

Но наш Комитет доказал, что нынешнее время привело к смещению времени окончания рабочего дня к максимуму дневной температуры приземного слоя воздуха. Поэтому загазованность этого слоя будет настолько велика, что ни о каких прогулках на воздухе в крупных городах говорить не приходится.

Удлинение светлого времени суток, возможное зимой, весной и осенью только за счёт пробуждения людей до восхода солнца, может устраивать только тех, кто на работе «лишь протирает штаны и юбки», и потому может после работы отправиться на дачу...

По заказу власти доцент географического факультета МГУ им. М.В. Ломоносова А. Панин пытался обосновать целесообразность перехода страны к двухчасовому круглогодичному «летнему» времени.

Как известно, население России с 1930 по 1981 годы жило по круглогодичному декретному времени, опережавшему поясное время на один час. В 1981 г. был введён **повторный** сдвиг стрелок часов на лето ещё на один час вперёд в соответствии с ошибочным мнением директора Пулковской обсерватории А. Михайлова, который одобрил этот сдвиг стрелок, забыв, видимо, что ещё в 1930 г. в стране стрелки часов уже были сдвинуты на час вперёд (журнал «Наука и жизнь», №3 1981 г.).

В 1991 г. кабинет министров СССР отменил круглогодичное декретное время, оставив в действии одночасовое опережение на лето поясного времени – для единства времени с соседними странами («АиФ» №42 1991 г.).

С развалом Советского Союза Президент РФ Б.Ельцин восстановил в России это круглогодичное декретное время. Таким образом, с января 1992 г. население России подвергалось вредному воздействию опережения поясного времени зимой на один, а летом на два часа. В этих условиях Д.Медведев и проявил свои «новации».

А Андрей Панин в стремлении выполнить заказ власти пошёл дальше А.Михайлова. Он утверждал, приведя ложные расчёты, что длительность светлого времени суток зависит и от принятой правительством системы счёта времени. На самом деле годовая длительность светлого времени суток зависит только от вращения Земли вокруг её оси, годового оборота вокруг Солнца по орбите и от географической широты данного пункта на Земле. Пренебрегая здоровьем людей, А. Панин заявил также, что для человека не важно пробуждение в тёмное время суток до восхода Солнца, а важно как можно раньше закончить рабочий день.

Ложные конструкции А. Панина опирались на наибольшую, в течение года, длительность светлого времени суток в Москве 22 июня, равную 17 часам и одинаковую в течение всего года. При этом Панин оперировал величиной в 6205 часов светлого времени в Москве в течение года, а 1 процент от этой величины и составляет 62 часа - ложную основу выдуманного им сокращения светлого времени суток в Москве и Петербурге при возврате к поясному времени на сотни часов (статья Киры Стерлих «В поисках утраченного времени» в журнале «Наука и жизнь» №6, 2011 г., где Панину было уделено особое внимание). Основной разработчик нынешней системы времени, представитель группы А.Тишкова, А.Панин не учёл нормальной продолжительности ночного сна детей и вредного влияния опережения поясного времени на здоровье жителей заполярья.

Наш Комитет неоднократно продолжал доказывать вместе с учёными Межрегиональной Ассоциации «Сибирское соглашение» (под руководством профессора В.И. Хаснулина), при поддержке Российской Академии медицинских наук о необходимости возврата к поясному времени. Мы не раз возражали и против законопроекта «Об исчислении времени».

Однако в июне 2011 года этот закон был принят и на его основе 31.08. 2011 г. Правительство РФ ввело на территории России девять часовых зон вместо 11 прежних часовых поясов, что ухудшило здоровье людей, вредно сказалось и на экономике России (см. Таблицу 1 характеристик российских систем исчисления времени) и не улучшило управление страной. В итоге оказалось, что в 23-х субъектах Федерации «зональное» время опережает поясное, достаточно близкое к астрономическому, на целых два часа: в 53-х субъектах Федерации нынешнее время опережает поясное на один час; а в семи субъектах РФ «зональное» время совпадает с поясным.

Нынешнее административное время вызвало недовольство огромного количества граждан страны. Распространение двухчасового «летнего» времени на зимнее, самое тяжёлое для организма человека полугодие, не только увеличило на треть хроническое недосыпание граждан, но и особенно вредно сказалось на здоровье младших школьников и дошкольников. У них появились постоянные головные боли, обмороки в первые часы занятий, кровотечения из носа и даже рвота.

Поэтому 27 сентября 2012 г. на Парламентских слушаниях в Госдуме РФ всеми участниками, кроме А.Панина, был поддержан возврат к поясному времени.

Хронобиологические, медицинские, экономические и экологические исследования суточного цикла «бодрствование-сон» человека, а также многочисленные отзывы учёных мира о системах счёта времени в их странах показали, что системы времени, опережающие в данной географической местности ритм смены дня и ночи, являются вредными для здоровья людей, особенно для растущего организма детей и подростков.

Преждевременное, до восхода солнца пробуждение людей зимой и сокращение нормальной длительности сна весной, летом и осенью вызывают хроническое недосыпание, которое даже при начале работы (учёбы) в 9 часов утра составляет для учащихся Москвы 2-3 часа ежесуточно. Хроническое недосыпание учащихся Санкт-Петербурга зимой доходит до 3-4-х часов. Недосыпание взрослых, начинающих работу по новому времени в 7 утра, больше недосыпания учащихся на два часа в течение всей трудовой жизни. Это недосыпание накапливается и не компенсируется в полной мере ни медицинскими препаратами, ни лучшим питанием, ни сном до полудня по выходным дням. Хроническое недосыпание приводит к заболеваниям центральной нервной, иммунной, сердечнососудистой, пищеварительной, эндокринной систем, органов дыхания человека и является основной причиной аварий и катастроф на производстве и в быту. Уровень авиа и автокатастроф в стране - наивысший в мире. Все нарушения нормального ночного сна ускоренно изнашивают организм человека, приводят к синдрому хронической усталости, подавляющему волю людей к жизни, провоцирующему депрессию или агрессивность и вызывающему тягу к алкоголю, табаку, наркотикам и психотропным средствам - временным средствам защиты организма от хронической усталости.

Поэтому вызывает возмущение позиция нынешнего премьер-министра Д.Медведева, что население России привыкнет к новому времени, подчиняясь закону «Об исчислении времени». Это заявление основано на обманных опросах Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), при которых упоминались лишь нынешняя система времени и «зимнее» время (круглогодичное декретное) и не упоминалось поясное время – оптимальный для России вариант счёта времени.

25 апреля 2013 г. на «прямой линии» Президента с народом тысячи людей от имени миллионов граждан обратились к Президенту РФ В. Путину с просьбой принять решение по проблеме времени. Президент заявил, что эту проблему нужно решать премьер-министру. В этой связи напомним, что уже после вредного воздействия нынешнего времени, явной диверсии против России, кандидат в президенты В. Путин обещал вернуть страну к предыдущей системе времени, если новая система народу не понравится.

Наш Комитет 10 февраля 2013 г. в статье «О российском круглогодичном двухчасовом опережении поясного времени» оценил и введение нового времени, и обещание В. Путина притчей «О бедном крестьянине и умном батюшке». Мы предупредили читателей, что инициатива Д. Медведева и реакция В. Путина означают, по нашему мнению, стремление власти сначала ввести явно вредную для здоровья систему времени, а затем продолжить на долгие годы преднамеренное сокращение численности населения России.

После избрания В. Путина Президентом, правительство внесло в Думу проект о возврате к круглогодичному декретному времени, названному «зимним». На парламентских слушаниях этот проект был отклонён как вредный для здоровья населения России. Это видно из третьей строки снизу таблицы «Характеристики Российских систем исчисления времени (СВ)»

ХАРАКТЕРИСТИКИ

Российских систем исчисления времени (СВ)

Система времени и период её действия в СССР и в России.	Экономия электроэнергии % от производимой на одного чел в год.		Снижение работоспособности от возможной ПВ.	Превышение смертности над рождаемостью из-за опережения ПВ весной, летом и осенью.	Потери валового внутреннего продукта (ВВП) из-за опережения ПВ за год.
1	2	3	4	5	6
Действующая с круглогодичным опережением поясного времени (ПВ) на 2 часа - с 2011 г.	Перерасход энергии в зимнее полугодие		13-15%	100 -150 тыс. жизней в год	Около 45-50 млрд. долларов
Декретно-летняя, с опережением ПВ зимой на один, а летом на 2 часа (с 1981 по 1991 г. и с 1992 по 2011 г.)	0.5	26квт/ч	10%	75 000 жизней в год	40 млрд. долларов
Декретная (с круглогодичным опережением ПВ на 1 час)	0.3	15квт/ч	6-7%	35 000 жизней в год	20 млрд. (1% ВВП) долларов
Опережение ПВ на 1 час летом (1917, 1918-1923 гг.)	0.3	15квт/ч	5%	Известен рост смертности весной на 7%	0,3% ВВП
Поясная система времени	0	0	0	0	0

Примечания:

1. Данные об экономии энергии рассчитаны СПб Комитетом и соответствуют зарубежным данным.
2. Значения снижений работоспособности рассчитаны по данным пермских хронобиологов, согласованы с НИИ медицины труда Академии медицинских наук, а также соответствуют данным И.П. Емельянова в книге «Структура биологических ритмов человека в период адаптации», Новосибирск, «Наука», 1986 г.
3. Данные о снижении работоспособности при действующей системе времени – ориентировочные и могут быть уточнены после возврата к поясному времени
4. Данные о потерях ВВП рассчитаны СПб Комитетом с использованием параметрического подхода к оценке влияния снижения работоспособности на снижение ВВП из-за опережения поясного времени. (см. книгу В. Апрелева «Время, стрелки часов и наше здоровье». М.: АСТ. 2006 г.).

Правительство РФ привлекло к обоснованию нового времени Министерство промышленности и торговли РФ, которое с 1999 года, не отвечая за здоровье населения, пыталось и пытается замолчать решение Академии медицинских наук - главного научного учреждения России по здравоохранению, о необходимости возврата к поясному времени (протокол №8/5/5 от 14.06.2001 г.) и игнорирует представляемые ему доказательства вредности для здоровья людей любого опережения поясного времени. Минпромторгом РФ и был разработан ненужный и вредный закон «Об исчислении времени». Рост общественного внимания к теме времени привёл к тому, что Правительство Д. Медведева решило провести второй мониторинг за зиму 2012-13 гг. по системе времени именно Минпромторгу.

17 мая 2013 г. в письме в Государственную думу Минпромторг подвел итоги этого мониторинга. Все подчиненные Правительству ведомства оправдывали нынешнюю систему времени, а Институт географии РАН заявил её преимуществах и о том, что такую систему времени стоит продлить на несколько лет, чтобы приучить к ней население.

Анализ этого письма показал, что все утверждения работников Института географии РАН, основа письма Минпромторга, построены на приведённых выше махинациях А.Панина и не отвечают действительности.

Что же можно сказать о новом времени?

Д. Медведев, введя новую систему времени, нарушил многие статьи Конституции Российской Федерации, которые гарантировали охрану здоровья граждан. Он, во-первых,

заявил о превышении, якобы, рождаемости над смертностью. Однако ни шоковые экономические и социальные реформы, а также кардинальное, двухчасовое опережение поясного времени не были устранены, а расчёты нашего Комитета показали, что введение «материнского капитала» лишь на 10-15% уменьшило то превышение смертности над рождаемостью, которое с 2000 г. достигало ежегодно миллиона жизней граждан.

Во-вторых, игнорировал п.2 ст.21 Конституции РФ, которая запрещает проведение медицинских, научных или иных опытов без добровольного согласия гражданина на эти опыты и, в-третьих, им были скрыты доказательства вредности опережения природного ритма смены дня и ночи в России, отражённые в рекомендациях РАМН Правительству о необходимости возврата к поясному времени, в книге В. Апрелева «Время. Стрелки часов и наше здоровье» (М.АСТ, 2006) и в экспертном заключении по проблеме времени руководителей Российского центра сомнологии.

Всем этим был нарушен п.3. ст.41 Конституции, в котором говорится: «сокрытие должностными лицами фактов и обстоятельств, создающих угрозу здоровью и жизни людей, несёт за собой ответственность в соответствии с федеральным законодательством».

Мы отмечаем дружное и многолетнее противодействие правительства РФ и Президента страны – гаранта Конституции - улучшению качества жизни населения России.

Власть нарушает Международный Пакт экономических, социальных и культурных прав, который признаёт право каждого человека на наивысший уровень физического и психического здоровья. Нарушена и «Концепция устойчивого развития Российской Федерации», утверждённая президентом РФ в апреле 1996 г. В ней показана необходимость отказа от «летнего» времени, при котором экономия электроэнергии в сотни раз меньше потерь экономики из-за снижения работоспособности людей. А при новом времени такой экономии вообще нет.

Нашим Комитетом путём совместного применения основ хронобиологии и сомнологии, астрономии и системного анализа доказаны:

1. Экономия электроэнергии, возможная только на освещении жилищ и рабочих мест и только летом, составляла 4.4 млрд кВт\часов в год, т.е. 0,5 % от производимой электроэнергии, а удельная экономия энергии в расчёте на одного жителя России в год составляла всего 26 кВт\часов.
2. Снижение работоспособности достигало 10% от возможного и это уменьшало величину валового внутреннего продукта (ВВП) страны минимум на два процента. В ценах 2012 г. потеря ВВП, составлявшего два триллиона долларов, достигала 40 млрд. долларов.

3. По помесечным данным статистики из-за опережения поясного времени преждевременно умирало в год до 75 тысяч граждан.

Новое время оказалось более вредным и для здоровья людей, и для экономики России. Почему же власть, упорно не желает улучшить качество жизни населения, не говоря уже об ощутимом выигрыше в величине ВВП при переходе на поясное время?

Почему же В. Путин не реагирует на действия Д. Медведева, чем нарушает статью 82 Конституции РФ, согласно которой, год назад, давал клятву уважать и охранять права и свободу человека и гражданина?

Наш Комитет продолжает работу по оздоровлению населения страны, борьбу за здоровье генофонда страны, опираясь на работы учёных РАМН, Сибири, Санкт-Петербурга, Ростова-на-Дону и Москвы, а также на многочисленные разработки зарубежных учёных, направленные на прекращение летних сдвигов стрелок часов.

Подводя итоги, приведём следующие преимущества поясного времени. Возврат к поясному времени:

1. Сохранит предутренние фазы ночного сна, важные для растущего организма детей и репродуктивных возможностей взрослых за счёт пробуждения людей, как правило, не раньше восхода Солнца;

2. Исключит хроническое недосыпание, хроническую усталость и хронические болезни, вызванные опережением поясного времени. Из-за нынешнего двухчасового опережения поясного времени и постоянного в течение года времени начала рабочего (учебного) дня ежедневное недосыпание учащихся Санкт-Петербурга составляет 3-4 часа вместо прежних 2-3, а недосыпание учащихся Москвы меньше на 1 час недосыпания учащихся Петербурга. Взрослые, начиная работу в 7 утра, ежедневно недосыпают на 2 часа больше учащихся;

3. Обеспечит рост средней продолжительности жизни и повышение рождаемости детей в стране. По данным ООН средняя продолжительность жизни в России 70 лет, что на 10-15 лет меньше, чем в развитых капиталистических странах.

4. Снизит количество аварий и катастроф на производстве и быту, особенно в автомобильном и авиатранспорте по вине недоспавших и усталых людей;

5. Снизит расходы государства и граждан на лечение, в том числе за счёт выполнения рекомендаций специалистов по хрономедицине по местному солнечному времени приёма лечебных процедур и лекарств;

6. Уменьшит тягу населения к стимуляторам нервной системы - к наркотикам всех видов (для временной защиты организма от хронической усталости);

7. Приведёт к осязательному выигрышу для экономики России за счёт повышения работоспособности, качества учёбы и образования;

8. Обеспечит рост ВВП не меньше, чем на 45 - 50 миллиардов долларов - в ценах 2012 года, когда ВВП РФ составлял 2 триллиона долларов.

Возврат к поясному времени и реализация разного времени начала работы (учебы) зимой и летом послужит примером для 86 стран, применяющих «летнее» время и поднимет авторитет России в мире.

Способ совместного применения поясного (для счёта времени) и местного солнечного времени – для организации жизнедеятельности людей, разработанный СПб Комитетом, является развитием Международной системы времени и обеспечит более полное, чем поясное время, согласие ритма жизни людей с природой.

Наши выводы основаны не только на работах СПб Комитета и учёных России, но и на многотысячных обращениях граждан России, а также на осознании у нас и за рубежом вредности любых вариантов «летнего» времени – глобального оружия массового поражения. Это оружие не стреляет, но ранит миллионы граждан тех стран мира, власти которых применяют «летнее» времена, обрекая людей на преждевременную инвалидность и раннюю смерть.

Это оружие опаснее радиоактивного заражения и химического оружия, действующих на ограниченной территории.

Вячеслав Апрельев, председатель Санкт-Петербургского общественного Комитета «За восстановление в России жизни по поясному времени», специалист по хронобиологии, прикладной астрономии и системному анализу. Кандидат военно-морских наук, доцент.

Лев Ушаков, специалист по хронобиологии, прикладной астрономии и системному анализу, кандидат военно-морских наук, доцент, соавтор главы 7 книги В. Апрельева и брошюры «Ложное время – причина болезней, аварий, смертей» (СПб, 2002 г.), переведённой им на английский язык.