

Дмитрий Голубков

Как спасти деньги от инфляции

Практическое руководство по управлению
собственными сбережениями

Москва
Деловая книга
2026

УДК 33
ББК 65
Г62

.....
МЫ ЛЮБИМ КНИГИ
И ЛЮБИМ ИХ СОЗДАВАТЬ
.....

16+

Г62 Голубков Д. Ю.
Как спасти деньги от инфляции: практическое руководство по управлению собственными сбережениями / Д. Ю. Голубков. — М.: Деловая книга, 2026. — 108 с.

ISBN 978-5-88687-296-5

Инфляция всегда снижала ценность денежных накоплений населения и бизнеса и по-прежнему представляет угрозу для благосостояния граждан. В своей книге Дмитрий Голубков анализирует этот феномен с практической точки зрения и предлагает эффективные методы защиты сбережений от обесценивания. Данное издание станет надежным помощником для тех, кто стремится сохранить капитал в условиях экономической, политической и финансовой нестабильности.

УДК 33
ББК 65

ISBN 978-5-88687-296-5

© Д. Ю. Голубков, 2026
© ООО «Издательство „Деловая книга“»,
оформление, 2026

Оглавление

Об авторе.....	4
Предисловие.....	5
Введение.....	7
Глава 1. Теория инфляции (изложенная понятным языком).....	9
Глава 2. Практика инфляции.....	14
Глава 3. Банковские депозиты.....	31
Глава 4. Облигации.....	39
4.1. Определение доходности облигаций.....	47
4.2. Облигации на российском рынке.....	58
Глава 5. Акции.....	62
Глава 6. Фьючерсы и опционы.....	82
6.1. Фьючерсы.....	82
6.2. Опционы.....	94
Заключение.....	106

Об авторе

Дмитрий Юрьевич Голубков — известный экономист, инвестиционный стратег и консультант с многолетним опытом работы в ведущих российских и международных финансовых компаниях.

В 1997 г. с отличием окончил факультет международных экономических отношений МГИМО. В 2001 г. защитил кандидатскую диссертацию, а в 2016 получил ученую степень Ph.D. в ведущей европейской бизнес-школе ESSEC в Париже.

Начал свой профессиональный путь в 1996 г. как корреспондент в «Коммерсанте», затем работал аналитиком и директором в инвестиционных компаниях, таких как CentreInvest Group и «Атон». С 2007 по 2011 г. — обозреватель финансовых рынков телеканала РБК (работал под псевдонимом Дмитрий Волотовский). С 2016 по 2023 г. работал главным инвестиционным стратегом в Citibank. С 2023 г. является независимым стратегическим консультантом ряда ведущих финансовых институтов. Автор двух монографий и множества публикаций в российских экономических изданиях, таких как Forbes, РБК, «Коммерсант», «Ведомости», «Известия», «Вести.Экономика», «Нефтегазовая вертикаль» и др.



Телеграм-канал



Авторский
онлайн-курс
по макроэкономике

ПРЕДИСЛОВИЕ

Уважаемые читатели!

Перед Вами очень актуальная книга экономиста Дмитрия Голубкова, повествующая о том, как спасти деньги от инфляции. Как известно, с началом Первой мировой войны страны — участники вооруженного конфликта поспешили отменить золотой стандарт, который на протяжении многих десятилетий до войны обеспечивал стабильность денежных систем. Результатом отмены золотого стандарта явилось то, что инфляция стала неотъемлемым спутником глобальной рыночной экономики.

Со времени окончания Первой мировой уже минуло более ста лет, однако феномен инфляции, как и следовало ожидать, не собирается никуда уходить. Инфляция с нами и вокруг нас, практически безотносительно того, в какой стране Вы проживаете. Особенностью инфляции является то, что, если инфляция достигает высокого уровня, она разрушает не только благосостояние обычных граждан, но и экономику в целом. Особенно разорительной инфляция оказалась для российских граждан, которые в свете радикальных экономических преобразований в стране после 1991 г. стали жертвами стремительного роста цен и падения покупательной способности национальной валюты.

Книга Дмитрия Голубкова представляет собой блестяще написанное практическое пособие, призванное помочь обычным людям с разным уровнем дохода минимизировать потери от инфляции. В книге кратко и простым языком изложен смысл финансовых инструментов, правильное использование которых позволяет предохранить сбережения от инфляции. Объяснения автора — четкие и лаконичные — доступны даже для непрофессионалов, которые ранее никогда не занимались экономикой и финансами. Для облегчения понимания материала в книге в необходимом количестве представлены диаграммы, рисунки и таблицы. Широко использованы макроэкономические и финансовые данные за длительный период по важнейшим экономикам мира. Вся приведенная информация дает читателям основу для дальнейших самостоятельных суждений.

Большим достоинством книги является редкое среди экономистов сочетание высокого профессионализма с умением популярно объяснять содержание весьма сложных понятий экономической науки и практики. Это вызывает восхищение!

Горячо рекомендую книгу Дмитрия Голубкова российскому читателю.

*Григорий Ханин,
доктор экономических наук,
профессор*

ВВЕДЕНИЕ

Почти каждый из нас ходит на работу. Как минимум пять дней в неделю из семи мы вынуждены рано вставать и, сломя голову, спешить в офис или на предприятие, чтобы заработать **драгоценные рубли**. На эти рубли впоследствии мы покупаем всё: продукты питания, одежду, смартфоны, автомобили, авиабилеты, туристические путевки... За счет этих рублей мы делаем первый взнос по ипотеке и впоследствии много лет выплачиваем основную сумму и проценты по ипотечному кредиту. Эти рубли мы размещаем на вклады, надеясь преумножить свои скромные (или не очень скромные) сбережения.

«Деньги — всему голова», — так примерно звучит главный лозунг капитализма, в котором, как ни крути, все мы живем. Однако там, где есть деньги, там есть и имманентно присущий им феномен, называемый инфляцией. **Инфляция** — это процесс потери деньгами их покупательной способности. Она приводит к тому, что сбережения граждан постепенно (а иногда и быстро) тают. Причем бывает так, что инфляция происходит незаметно: сбережения номинально могут даже подрасти, однако в реальности купить на них удастся меньше.

Поколение наших родителей, добросовестно трудившееся в течение многих десятилетий и скопившее за свою жизнь вклады в советских рублях, прекрасно помнит колоссальную инфляцию 1990-х гг., которая уничтожила денежные накопления советских людей. Люди помоложе, родившиеся после 1991 г., не пережили в сознательном возрасте тех грандиозных событий, которые происходили в 1990-е гг. Однако молодое поколение с завидным постоянством сталкивается с периодическими кризисами, сотрясающими российскую экономику последние десятилетия. Эти кризисы заставляют людей содрогаться и задумываться как о своем будущем, так и о будущем своих сбережений, будь то небольшие накопления «на черный день» или солидные капиталы, сформированные за многие годы ведения бизнеса.

Инфляция, т.е. процесс потери деньгами их покупательной способности, критически влияет на наше с Вами благосостояние. По этой причине для каждого из нас имеет смысл изучить этот феномен и разобраться, что же все-таки такое инфляция, чем она вызывается и каким образом можно защитить свои сбережения от обесценения. Именно **с этими целями я написал данную книгу**. Книга состоит из шести глав.

В первой главе я объясняю с теоретической точки зрения, что такое инфляция, а также что такое ее антипод — дефляция, и чем эти явления вызываются в современной экономике. Многие люди в наше время боятся

теории, считая, что теория — это предельно скучно, сложно и неинтересно. Однако на самом деле теория есть упрощенная модель реальности. Благодаря теоретизированию мы можем адекватно осознать реальность, которая, как правило, бывает слишком сложной для непосредственного восприятия человеческим мозгом. Так и здесь — теоретический подход позволяет нам понять устройство современной экономики, функции денежного обращения, а также суть процессов, называемых инфляцией и дефляцией.

Во второй главе книги я рассказываю о том, как обстоят дела с инфляцией и дефляцией *в реально существующем мире*. Мы увидим, в каких странах с начала текущего столетия инфляция была высокой, а в каких низкой, а также какие факторы стояли за инфляционными процессами. Кроме того, мы обсудим вопрос, почему во многих странах официальные показатели инфляции плохо согласуются с теми темпами инфляции, которые люди ощущают на своем кошельке. Также мы затронем тему эмиссии денег, разберемся, почему эмиссия денег в современной экономике необходима, но и почему иногда темпы этой эмиссии значительно превосходят теоретически оправданные оптимальные значения.

Главы *с третьей по шестую* посвящены анализу финансовых инструментов, правильное использование которых позволяет защитить деньги от инфляции, а также преумножить собственные капиталы. Анализ финансовых инструментов проводится применительно к тем инструментам, что доступны *на российском рынке* для розничных инвесторов и вкладчиков, т.е. этими инструментами вполне могут воспользоваться читатели моей книги. Так, *в третьей главе* я анализирую доступные для россиян банковские вклады (депозиты), *в четвертой главе* — облигации, *в пятой главе* — акции, а *в шестой главе* — такие экзотические инструменты, как фьючерсы и опционы.

Изложение в книге построено таким образом, чтобы человек, не имеющий ни малейшего представления об экономике и финансах (но владеющий базовой школьной математической подготовкой) мог понять представленный материал от азов до достаточно сложных конструкций. Таким образом, данная книга подойдет даже тем читателям, которые в силу тех или иных обстоятельств никогда не изучали экономику и финансы, но тем не менее хотели бы иметь определенные базовые знания в рассматриваемых областях, чтобы принимать верные решения относительно своих сбережений и инвестиций в зависимости от преобладающей рыночной конъюнктуры.

Надеюсь, что моя книга будет Вам интересна и полезна.

Желаю приятного прочтения!

Дмитрий Голубков

Научно-популярное издание

Голубков Дмитрий Юрьевич

**Как спасти деньги от инфляции:
практическое руководство по управлению
собственными сбережениями**

16+

Дизайн обложки: Юрий Голубков

Подготовка обложки: Ксения Ларина

Редактор: Мария Архипова

Корректор: Ангелина Королёва

Вёрстка: Сергей Коробов

Издатель: Анна Карташева

Подписано в печать ???.?.2026. Формат 60x90/16.

Гарнитура Myriad.

Бумага офсетная. Печать офсетная.

Тираж ____ экз. Заказ №

Издательство ООО «Издательство „Деловая книга“»

620078, г. Екатеринбург, ул. Библиотечная, д. 27, оф. 6.

e-mail: editor@delovebook.ru

Отпечатано: ____

Наш интернет-магазин: delovebook.ru

Мы любим книги и любим их создавать

По вопросам PR, маркетинга и корпоративных заказов
просим обращаться: support@delovebook.ru