



新时代老年健康

服务与**与**管理

主编

潘毅慧 黄军斌

HEALTH SERVICE AND
MANAGEMENT FOR THE ELDERLY
IN THE NEW ERA



上海科学技术出版社

新时代老年健康 服务与管理

主编

潘毅慧 黄军斌



上海科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

新时代老年健康服务与管理 / 潘毅慧, 黄军斌主编

— 上海 : 上海科学技术出版社, 2022. 2

ISBN 978-7-5478-5574-4

I. ①新… II. ①潘… ②黄… III. ①老年人—卫生
服务②老年人—卫生管理 IV. ①R19

中国版本图书馆CIP数据核字(2021)第256992号

新时代老年健康服务与管理

主编 潘毅慧 黄军斌

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海市闵行区号景路 159 弄 A 座 9F-10F)

邮政编码 201101 www.sstp.cn

印刷

开本 787×1092 1/16 印张 13.75

字数 350 千字

2022 年 2 月第 1 版 2022 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5478-5574-4/R·2433

定价: 138.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向印刷厂联系调换

内容提要

本书围绕老年健康,聚焦人口老龄化与养老难题,系统分析了新时代老年健康服务需求,提出了老年健康服务方式与管理路径,勾画了现代科技(包括人工智能、物联网与大数据分析技术等)与老年健康服务的关系,探讨了老年健康服务人才队伍建设和政策制度保障,同时倡导老年人健康自我维护,并展望老年健康的未来。

本书聚焦社会热点,结合相关理论与国内外实践与经验,客观反映了新时代老年健康服务的特点,可供老年健康服务工作的理论研究者、管理人员、相关从业者、临床医务人员及老年读者和其家属学习和参考。

作者名单

主 编

潘毅慧 黄军斌

副主编

马文欢 倪万流 殷洁如

主 审

龚幼龙 陆瑞芳

编 委

(以姓氏笔画为序)

王 丛 王 峥 王丽萍 王春榆 王静懿 归晓明
田国栋 吕若云 刘 登 李 哲 李 娟 李静静
杨 焯 吴小青 张心露 张酉杰 陈文婷 郁美林
房依沁 洪 伟 贾 健 徐丛笑 曹燕清 戚怡沁
崔玥璐 彭 肃 董光苹 韩亚楠 楚小鸽 管剑峰

前 言

养老，世界性难题。

中国，努力绘就一幅最美夕阳红的温馨画卷。“十三五”期间，我国养老服务制度框架不断健全，基本养老服务得到显著发展，养老服务多样化供给能力明显增强，养老服务市场更具活力，养老服务质量大幅提升。

中国，未来养老形势更加严峻。据预测，“十四五”期间，全国老年人口将突破 3 亿人，我国将从轻度老龄化迈入中度老龄化，由老龄化社会进入到老龄社会，到 21 世纪中期，我国人口老龄化将达到最高峰，65 岁及以上老年人口占比将接近 30%，大规模、快速的人口老龄化给经济和社会治理都将带来巨大挑战。

中国，积极应对人口老龄化。党的十九届五中全会特别提出了实施积极应对人口老龄化的国家战略，到 2022 年初步建立积极应对人口老龄化的制度框架；到 2035 年，积极应对人口老龄化的制度安排更加科学有效；到 21 世纪中期，与社会主义现代化强国相适应的应对人口老龄化的制度安排成熟完备。

中国进入新发展阶段，人口老龄化是挑战也是机遇。从现在到 21 世纪中期，既是中国人口老龄化高速发展的时期，又是新中国建设社会主义现代化强国的关键时期，积极、科学、有效地应对人口老龄化问题至关重要。需要充分发挥我国制度优势，构建与老龄社会相适应的社会治理体系，形成老龄化社会背景下的经济增长新动能，积极扶持老龄产业发展，发挥“银发经济”作用，推动科技创新在养老服务体系、医疗卫生服务体系中的应用。开发老年人的人力资本潜力，充分挖掘老年人群的供给侧潜力和需求侧潜力，真正把挑战转变成机遇。

多维视角审视新时代老年健康,具有重要的现实意义:系统描述老龄化,分析新时代老年健康服务需求,提出新时代老年健康服务方式与管理路径,与时俱进地勾画现代科技与老年健康服务的关系,进一步梳理老年健康服务人才队伍建设和政策制度保障的思想,同时倡导老年人健康自我维护,展望新时代老年健康的未来。将这些内容汇集成册并出版,这是我们的责任、我们的初心,也是我们的大胆尝试、我们的共同行动!

本书编者是一群致力于医养结合服务的潜心研究者和一线实践者,既有高校专家,又有医疗保险、卫生健康及医院和养老院的管理人员,还有临床医师和护士等。为了从多个视角阐述老年健康相关内容,他们开展了深入调查和研究,查阅大量文献,广泛收集相关资料,既有理论又有实践和亲身感悟,客观反映了新时代老年健康服务的特点和需求,可供相关理论工作者、管理人员和临床医务人员学习参考。

限于编者的经验,疏漏和错误之处难免,恳请专家和同行指正。

编者

2021年10月

目 录

第一章 老龄化概述

-----001-----

- 一、基本概念 001
- 二、主要特征 003

第二章 老年健康服务需求分析

-----007-----

- 一、老年健康服务需求基本概念 007
- 二、老年健康服务需求现状 007
- 三、老年健康服务中存在的问题 011
- 四、未来老年健康服务需求预测 014

第三章 老年健康服务与管理

-----019-----

- 第一节·老年健康服务体系 019
 - 一、老年健康服务体系概述 019
 - 二、传统的老年健康服务体系 021
 - 三、新形势下的老年健康服务体系 022

- 第二节·老年中医药服务 024
 - 一、老年中医药服务背景 024
 - 二、老年中医药服务需求 025
 - 三、老年中医药服务发展预测 026
- 第三节·医养结合服务 027
 - 一、医养结合的概述 027
 - 二、医养结合的必要性及可行性 028
 - 三、医养结合的现状 029
 - 四、机构改革及医养结合 032
- 第四节·老年家庭病床服务 033
 - 一、家庭病床服务 033
 - 二、新时期家庭病床服务发展存在的问题及前景 037
- 第五节·老年安宁疗护 039
 - 一、安宁疗护概论 039
 - 二、安宁疗护服务内容 041
 - 三、生命教育 051
 - 四、安宁疗护工作机制 054
- 第六节·老年精神慰藉 060
 - 一、老年人的心理特点 060
 - 二、老年人心理变化的影响因素 063
 - 三、老年人常见心理状况 064
 - 四、老年精神卫生服务 068
 - 五、老年精神卫生宣教与咨询 071

第四章

老年健康服务与现代科技

-----075-----

- 第一节·老年健康服务信息化建设 075
- 第二节·互联网和物联网应用 078
- 第三节·云计算大数据分析 081
- 第四节·人工智能技术研发 084

第五节·智能时代助力老年人跨越数字鸿沟 089

第五章 老年健康服务人才队伍建设

095

第一节·加快老年健康服务人才队伍建设的必要性 095

第二节·老年健康服务人才队伍面临的问题 097

第三节·加快老年健康服务人才队伍建设的建议 100

第六章 老年健康服务政策与制度

107

第一节·政府老年健康宏观政策 107

一、国家老年健康宏观政策 107

二、上海市老年健康宏观政策 109

第二节·老年健康服务政策发展历程 112

一、养老服务 112

二、医疗服务 116

三、健康服务 120

第三节·新一轮机构改革与老年健康 121

一、老龄工作相关机构发展过程 121

二、老龄工作机构制定的相关政策 122

第四节·公立医院改革与老年健康 126

一、加强老年服务整体供给 127

二、养老服务体系与模式 128

三、医疗保健服务 129

四、健康管理 130

五、政府财政支持及医保支付制度改革 131

第五节·全科医师制度 132

一、概况 132

二、全科医师制度的意义与作用 133

三、全科医师制度发展瓶颈 134

四、对于推进全科医师制度发展的思考 135

第六节·长期护理保险制度 136

第七章

老年人 10 种常见病的中医药防治方法

-----142-----

第一节·高血压 142

第二节·冠心病 147

第三节·糖尿病 153

第四节·慢性支气管炎 156

第五节·慢性胃炎 159

第六节·前列腺增生症 163

第七节·脑梗死 167

第八节·膝关节骨性关节炎 172

第九节·颈椎病 176

第十节·腰椎病 180

第八章

老年健康未来展望

-----185-----

一、老龄化社会的严重挑战 185

二、老年社会的政策重构 186

三、老年健康的服务创新 187

四、老年健康的风险防控 188

五、老年健康的未来憧憬 189

附录 上海市家庭病床服务办法 192

后记 205

第一章 · 老龄化概述

一、基本概念

(一) 老龄化的概念

1. 联合国对老龄化的定义 · 随着世界经济发展和生活水平、医疗水平的不断改善,人均寿命延长,人口老龄化是一个必然的过程。人口老龄化也称人口高龄化,是指一个地区的人口总体中,老年人口比例不断增长、人口平均寿命不断延长的趋势。

国际上通常认为,当一个国家或地区 60 岁以上老年人口占人口总数的 10% 或 65 岁以上老年人口占人口总数的 7%, 即意味着这个国家或地区人口处于老龄化社会。

据 2005 年国际老年学大会的资料,2002 年全球老年型的国家和地区已达 82 个。据联合国统计数据显示,到 2030 年,60 岁以上的老年人口数量将达到 14 亿人^[1]。

联合国对老龄化的定义为老年人口在总人口中比重提高的过程,是指人口年龄结构的变化,其度量指标为老年人口占总人口的比重,反映的是老年人口数量的变化相应于总人口数量变化之间的关系,这种关系正好反映了总人口年龄结构的变化。人口年龄结构是一定时点、一定地区各年龄组人口在全体人口中的比重,通常用百分比来表示。人口年龄结构的 3 种基本类型是年轻型、成年型、老年型。依据联合国人口学专家提出的人口类型划分标准,当老年人口和少儿人口占总人口的比重分别在 10% 以上和 30% 以下时,称该地区的人口类型是老年型。

2. 老龄化概念的演进 · 老龄化概念的发展有一个过程,也出现了一些相近的概念,比如成功老龄化、生产老龄化、健康老龄化、积极老龄化等。

(1) 成功老龄化: 该理论的提出可以追溯到 20 世纪五六十年代,美国学者认为成功地应对人口老龄化,就是让老年人在健康、体能、日常自理能力及认知能力上呈现出较好的状态。1987 年约翰和卡恩在《科学》杂志发表《人的老龄化: 普通与成功》,认为“成功老龄化”,意指生理健康,即不被老年疾病困扰。具体来说,成功老龄化就是没有慢性疾病和残疾,有较高认知功能和身体功能以及积极参与社会^[2]。张小兰等也讨论了从健

康、社会功能和幸福感的维度来衡量成功老龄化的模型^[3]。

(2) 生产老龄化: 1982年由美国 Butler 和 Robert 提出,意在强调老年人仍有“生产率”,他们仍然可以对社会经济发展做出贡献。生产老龄化的目的在于试图将老年人从社会的负担转变为潜在的生产力,得到积极的结果^[4]。实际上,除去疾病和社会不利环境的影响,老年人能够、也确实有生产率,并且可以积极参与生活。

(3) 健康老龄化: 最早提出是在 1987 年 5 月世界卫生大会,强调的是老年人在生理、心理和社会交往能力上的健康,1990 年世界卫生组织(WHO)在哥本哈根世界老龄大会上把健康老龄化作为应对人口老龄化的一项发展战略^[5]。同时期,邬沧萍将健康老龄化理论介绍进国内。人在步入老年之后,随着年龄的增长,从生命进程的自然发展规律上讲,人的身体素质和心理素质都会处于逐渐衰退的状态,老龄化是一个广泛的概念,从分子水平来说,老龄化是指随着年龄的增长,机体分子水平累计损伤增加引起的细胞功能和脏器功能的下降^[6]。健康老龄化更侧重于老年人身心、社交等方面的健康。

(4) 积极老龄化: 指人到老年时,为提高生活质量,使健康、参与和保障的机会尽可能发挥最大效益的过程。20 世纪末,受后现代主义思潮与积极心理学运动的影响,以及老年人自身参与社会的觉醒,美国社会出现了积极老龄化的运动。1997 年西方七国首脑会议首次提出“积极老龄化”的概念。2002 年,WHO 出版《积极老龄化: 从论证到行动》,明晰了积极老龄化的概念,强调在促进老年人健康的同时,增加了参与和保障两个维度,这是世界老龄观的重要变革。

WHO 将保障纳入积极老龄化概念中,是因为在世界的多个国家中,贫穷和暴力阻碍着积极老龄化的发展。2002 年,联合国第二届世界老龄大会通过《老龄化马德里政治宣言》及《老龄问题国际行动计划》,该计划建议各国从促进老年人发展、健康福祉、给予支助性环境方面应对老龄问题。在这次会议后,WHO 出版了《积极老龄化政策框架》一书,进一步阐明了积极老龄化的概念、决定因素和政策等,从而为老年人参与社会发展、共享社会发展成果(包括参与教育和终身学习)和老年人力资源潜能再开发提供了理论支撑。据此,各国纷纷推进积极老龄化理论的继续深化和具体应用。

积极老龄化是在成功老龄化、健康老龄化以及生产老龄化的基础上提出的,所以表达了更完整的含义。积极老龄化已经成为各国政府和组织应对人口老龄化挑战的首要政策。专家学者指出,积极老龄化的政策方针有可能使国家能够成功应对人口老龄化的挑战^[7]。积极老龄化内容可以归纳为 6 个字——健康、参与、保障^[8],是 WHO 对全球提出的指导方针和行动指南,是新世纪、新阶段解决人口老龄化问题的重大战略决策。

(二) 老龄化社会定义

老龄化社会,又称人口老龄化,是以老年人口在总人口中所占百分比(老年人口系

数)为依据进行衡量的。划分标准尚未完全统一,一般是指老年人口系数在10%以上(标准规定:老年人口系数在10%以上,少儿人口比例在30%以下,人口年龄中位数在30岁以上,属老年型)。评价一个国家或地区社会老龄化程度,应包括对人口平均寿命、老年人口系数、年龄中位数(指以上和以下的人口各占一半的那个年龄)、长寿水平、老龄化指数等指标进行综合评价,才是相对客观的。

中国正加速进入老龄化社会,根据人口普查结果显示,我国在1999年就进入了老龄化社会。随着时间的推移,我国老龄化的程度不断加重,我国老龄化的速度快于世界平均水平。根据联合国报告1990年至2020年世界老年人口的平均年增长速度为2.5%,而同时期,我国老年人口的年平均增长速度为3.3%,2020年末我国60岁以上人口26402万人,占总人口数的18.7%。

二、主要特征

(一) 世界人口老龄化进程

1. 联合国人口学资料分析·世界各国正在不同程度地进入老龄化社会。人口老龄化现象始于19世纪中后期法国、挪威和瑞典等国家,如今已成为一个普遍的人口趋势,影响着绝大多数的国家和地区。我国是世界人口最多的国家,也是老年人口最多的国家,占世界老年人口的1/5,2000年达到11%,进入老年型国家行列,2025年将上升到20%,成为超老年型国家^[9]。

全球预计大部分人口增长发生在南半球。老年人总数增长可导致非传染及非遗传性失能的增加,预期寿命延长也使失能及需要特殊照顾的人群将显著增长。老年人数显著增加的同时赡养系数显著下降。

国际货币基金组织在2015年4月7日发布报告称,人口老龄化、工人劳动生产率提高缓慢正迅速将全球经济推向黯淡的低增长深渊。对于老年人,他们期望各方面的经济支持,包括劳动收入、家庭及公共计划对老年人的关注。保健系统必须改变,以适应老龄化人口持续变动的需求。

人口老龄化不仅对人口变动本身产生影响,其更深远的影响在于经济活动过程中的生产、交换、分配和消费等环节,甚至政府的角色及重要政策也将重新确定。老年人及其相关问题,还直接涉及育龄妇女的数量、比例、关乎生育率替代水平的可持续性,同时还包括年轻人养老负担、未来劳动力的数量和质量等一系列问题。人口年龄结构的变化将使赡养关系发生重大变化,对传统养老模式造成巨大冲击,也将引起家庭代际关系的转变。人口老龄化直接对养老金和卫生保健的承受能力提出挑战,对融资体系、法定退休年龄、移民、劳动力以及可能出现的技术劳动力短缺问题都将产生不容忽视的影

响。此外,税收、社保、就业和教育等政策都将随之发生变化,这些将引起巨大的经济和财政后果。

2. 世界人口老龄化地域分布特点。出生率下降和死亡率下降是全球人口老龄化产生的最直观原因。计划生育政策、各种节育手段的有效利用、高等教育的普及、晚婚、妇女参与劳动的社会趋势、更拥挤的居住空间、越来越昂贵的子女抚养成本、对世界人口超载的认识普及等,会促使婴儿出生率的下降。西欧国家的生育率下降是平缓渐进的,我国是急剧的。地区人口迁移也使得地区老龄化情况出现。在经济一体化的影响下,发达国家和发展中国家的二元世界经济发展的格局决定了国际人口迁移原因具有明显的经济性和政治性结构特征,比如难民和非法移民人口增加、女性移民人口开始有增多的趋势、高素质移民在增加等。

全球各地区人口老龄化的状况如下。

(1) 较发达地区是完成工业化城市化后最早进入人口老龄化阶段的。较发达地区老龄人口中存在一个突出的特征:老龄女性人口多于老年男性人口。

(2) 最不发达地区的人口年龄结构最为年轻化,目前总抚养率(除适龄劳动力之外的其他人口与适龄劳动力的比值)偏高,但这个指标在逐渐下降。即使在最不发达地区,人口老龄化的趋势也是不会逆转的。老龄人口占总人口的比值都在逐年加速上升,期望寿命和年龄中位数也是非减速攀升。

(3) 欠发达地区的人口老龄化状况处于较发达地区和最不发达地区之间的状态。总体来说,欠发达地区人口将于2025年左右进入老龄化行列。总抚养率逐渐下降并趋于稳定,人口老龄化速度也在加快。

全球60岁及以上人口以每年3%的速度递增,全球各地区老龄化进程并不同步。欧洲作为老龄化较严重的区域,60岁及以上人口比例高达25%。美洲、亚洲老去的步伐正在加快。联合国发表世界人口展望,预计到2050年,除非洲外所有地区的老年人口比例都将接近或超过25%,达到21亿人。

全球老龄化趋势已难逆转,截面数据显示,人口老龄化与经济发展水平呈正向关系,从全球范围来看,欧洲和日本的人口老龄化程度最严重,老龄化程度较深的国家,如日本、芬兰、德国、丹麦、法国、瑞典、荷兰等,2017年人均国内生产总值均在3.5万美元以上。人口老龄化是经济社会发展到一定阶段的产物,先富后老较为普遍。例如,美国和日本65岁及以上人口比重超过7%时,人均国民生产总值(GNP)已分别达到1392美元(1945年数据)和1940美元,而中国65岁及以上老年人口占比突破7%时,人均GNP仅为840美元,属于典型的“未富先老”。2019年,中国人均国内生产总值为10276美元,也首次突破了10000美元;2020年中国人类发展指数排在第85位。与发展中国家相比,中国老龄化超前发展,巴西、墨西哥、南非60岁及以上人口比例分别为13%、

10%、8%，均低于中国。

（二）中国人口老龄化分析

1. 中国人口老龄化特征·中国自20世纪50年代开始人口结构发生转变，比西方国家迟了50~100年，是在经济发展和社会政策共同作用下逐渐发生人口的转变。我国人口老龄化进程始于20世纪60年代中后期，根据《中国人口老龄化发展趋势预测研究报告》(2006年)国内普遍采用的标准，将65岁及以上人口占总人口的比例达到7%作为步入人口老龄化的依据，自1999年起我国已进入老龄化。2001—2020年是我国人口快速老龄化阶段；2021—2050年是加速老龄化阶段，是人口老龄化形势最严峻的时期；2051—2100年是稳定的重度老龄化阶段，进入一个高度老龄化的平台期。从2015年到2035年，中国将进入急速老龄化阶段，老年人口将从2.12亿人增加到4.18亿人，占比29%，60岁以上老年人口已达2.2亿人，是世界老年人口总量的1/5，是亚洲人口总量的1/2。预计2025年，我国老龄人口数量将达到3亿人。到2045年左右，中国60岁以上人口将占到总人口的30%，该过程发达国家用了100年。按照通例，人口老龄化的速度一般用65岁及以上人口比例由7%增加到14%所用的时间来衡量，以表征一个国家由“老龄化社会”向“老龄社会”过渡，根据国内学者于学军等人的预测，中国完成这一过程约需27年。

据联合国预测，我国人口总量将在2030年左右达到峰值，约14.5亿人，然后人口开始出现负增长，但老年人口数量仍在持续增长。中国人口基数决定了老龄人口规模十分巨大。据预测到2050年，全世界老年人口将达到20.2亿人，其中中国老年人口将达到4.8亿人，几乎占全球老年人口的1/4。

深度老龄化趋势正在延续。65岁及以上、70岁及以上、80岁及以上老年人口都比上年增多，增速分别为4.9%、2.3%、3.6%。老龄化至少要被分成“低龄”“高龄”两个阶段对待，其中，80岁及以上老年人属于“高龄老年人”，他们的增量是深度老龄化的重要体现。2025年之后，高龄老年人的增长水平将比低龄老年人群体突出。

我国人口老龄化与其他国家相比，主要有以下特点：第一，增长速度快；第二，在社会经济不太发达状态下进入人口老龄化，“未富先老”、医疗保障、人口基数大、地区间经济发展不均衡等问题增加了解决老龄化问题的难度；第三，老年群体的疾病具有慢性病多、病程长和难以治愈等特点，因此占用了较多的医疗资源。国家卫生健康委员会2019年11月30日发布最新统计数据，表明我国目前有超过1.8亿人的老年慢性病患者，其中约一半患有一种以上的慢性病，称为共病。共病是我国老年人身心健康和生命安全的主要威胁^[10]。

2. 中国人口老龄化地域分布特点·中国人口老龄化具有未富先老、地域分布不均衡的特点，其中农村地区老龄化较城市更为严重，而且在养老、社会等方面农村地区面

临的压力也更大。

我国人口众多,各地区的经济社会发展水平差异较大。与此同时,人口老龄化发展形势也表现出明显的区域不平衡性。从地区分布来看,东部和中部地区的人口老龄化形势相对严峻,西部地区的人口压力相对较小。从时间走势来看,东部地区人口老龄化正逐渐向中部和西部地区转移。

华东地区是中国老龄化程度最深的地区,除上海外,其他如南通、苏州、无锡、嘉兴、舟山、湖州、镇江,长三角地区人口结构呈同步老化趋势。

(洪伟 徐丛笑 王丛)

参考文献

- [1] 姚从容,李建民.人口老龄化与经济发展水平:国际比较及其启示[J].人口与发展,2008,14(2): 84.
- [2] 闻玉梅.健康老龄化发展战略研究[M].上海:上海科学技术出版社,2017.
- [3] 张小兰,骆宏,张欣,等.不同模型下成功老龄化影响因素的比较[J].浙江预防医学,2014,8: 768-771.
- [4] Rocío Fernández-Ballesteros, Jean Marie Robine, Alan Walker, et al. Active aging: a global goal[J]. *Curr Gerontol Geriatr Res*, 2013, 2013: 298012.
- [5] 宋全成,崔瑞宁.人口高速老龄化的理论应对:从健康老龄化到积极老龄化[J].山东社会科学,2013,4: 36-41.
- [6] 陈国樑.积极老龄化研究[M].北京:华龄出版社,2007.
- [7] Yi-Yin Lin, Chin-Shan Huang. Aging in Taiwan: Building a Society for Active Aging and Aging in Place [J]. *Gerontologist*, 2016, 56(2): 176-183.
- [8] 郭金华.中国老龄化的全球定位和中国老龄化研究的问题与出路[J].学术研究,2016,2: 61-67.
- [9] 张俊,谢晖.积极老龄化的概念分析[J].护理学报,2017,24(15): 32-34.
- [10] 沈勤,徐越.老年人参与“互联网+慢性病管理”意愿影响因素分析——基于 Anderson 健康行为模型的实证研究[J].卫生经济研究,2020,37(1): 45-48.