

· 中青年学者论坛 ·



周兰姝 海军军医大学(第二军医大学)护理系临床护理学教研室教授、博士生导师,国务院学位委员会护理学学科评议组召集人、上海市I类高峰学科护理学带头人,获批国家自然科学基金重大项目。2021年被全球学者库纳入全国护理学(一级学科)专家学术影响力百强。获军队育才奖银奖、总后优秀教师、上海市高校优秀青年教师、校特级优秀教师和上海市杨浦区十大杰出青年称号。兼任上海护理健康科技专业委员会主任委员,研究型医院护理教育专业委员会副主任委员,全军护理专业委员会教育学组副组长。获康复科技进步奖二等奖、军队科技进步奖、全国护理科技进步奖及上海市护理科技进步奖各1项。发表论文200余篇,其中SCI收录期刊论文30余篇。荣立三等功3次。

DOI: 10.16781/j.CN31-2187/R.20230484

我国老年长期照护的现状及其未来发展的思考

周璇, 周兰姝*

海军军医大学(第二军医大学)护理系, 上海 200433

[摘要] 我国人口老龄化形势日益严峻,老年长期照护已然成为我国重要的公共卫生问题。笔者通过回顾分析,从照护需求、照护体系、照护模式、照护人力等方面梳理了我国老年长期照护的现实问题,并提出展望,明确老年长期照护未来发展的机遇,以期老年护理学科的发展提供参考。

[关键词] 老年人; 长期照护; 老年护理; 多学科合作; 数字健康

[引用本文] 周璇,周兰姝. 我国老年长期照护的现状及其未来发展的思考[J]. 海军军医大学学报,2024,45(3): 255-259. DOI: 10.16781/j.CN31-2187/R.20230484.

Long-term care of the elderly in China: status and thoughts on development

ZHOU Xuan, ZHOU Lanshu*

School of Nursing, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200433, China

[Abstract] The aging situation in China is grim, and long-term care (LTC) for the elderly has become an important public health concern. Through retrospective analyses, the authors sort the current problems of LTC for the elderly in China from the aspects of care demand, care system, care model, and care manpower, and put forward prospects, so as to clarify the opportunities for the development of elderly LTC and provide references for the development of geriatric nursing.

[Key words] the elderly; long-term care; geriatric care; multidisciplinary collaboration; digital health

[Citation] ZHOU X, ZHOU L. Long-term care of the elderly in China: status and thoughts on development[J]. Acad J Naval Med Univ, 2024, 45(3): 255-259. DOI: 10.16781/j.CN31-2187/R.20230484.

我国人口老龄化现状严峻,一是老龄人口规模大,二是老龄化速度发展快^[1]。人口老龄化将带来一系列问题。据统计,目前我国约有4000万失能和半失能老年人,这给社会造成了巨大的经济压力和医疗负担^[2]。积极而有效地应对人口老龄化是

我国的重要战略任务,事关国家发展全局和百姓福祉^[3]。因此,开展老年人长期照护并提高健康照护服务体系的应对能力迫在眉睫。本文就我国老年人长期照护的现状、未来发展趋势展开讨论,以期老年长期照护事业的发展提供参考。

[收稿日期] 2023-08-25

[接受日期] 2023-12-19

[基金项目] 老年长期照护教育部重点实验室项目。Supported by Key Laboratory Project of Ministry of Education for Long-term Care of the Elderly.

[作者简介] 周璇,硕士。E-mail: m15721570098@163.com

*通信作者(Corresponding author). Tel: 021-81871511, E-mail: zhoulanmei@hotmail.com

1 长期照护的概念

“长期照护”一词来自英语“long-term care”，是应对老龄化的重要战略。2000年，WHO发布的《建立老年人长期照护政策的国际共识》将长期照护定义为：由非正式照护者和专业人员开展的活动系统，目的是确保自理能力不足的人能够根据自己的需要选择和保持最高可能的生活质量，并且享有最大可能的独立、自主、参与、个人充实和人类尊严^[4]。该概念随着人们对健康老龄化认识的不断深入也在不断改变，由被动接受护理转为主动提升内在能力，增进健康水平。2016年，WHO发布的《关于老龄化与健康的全球报告》指出，必须重新定义长期照护，开启更加积极主动的行动日程，在任何可能的情况下努力增强老年人的内在能力^[5]。该定义阐述了将功能发挥作为长期照护最终结局指标这一理念，老年长期照护由被动地接受护理转变为主动提升内在能力。

2 老年长期照护的现状

2.1 老年长期照护需求大 我国人口老龄化与残疾化的严峻态势极大增加了对长期照护服务的需求。第七次全国人口普查数据表明，2020年我国60岁及以上人口数为2.64亿，占总人口数的18.7%；65岁及以上人口数为1.91亿，占总人口数的13.5%^[6]。预计到2050年，我国60岁及以上人口数将达到4.87亿，占总人口数的1/3^[1]。人口老龄化的日益加重将给家庭和社会带来一系列的照护负担。此外，残疾人老龄化与老年人残疾化的现状将进一步加重照护负担^[7]。我国老年残疾人的数量庞大且增长速度较快，据估计，我国60岁及以上的残疾人在2020—2035年间每5年将新增1300万以上，2050年将达到1.27亿^[8]。我国老年残疾人口分布呈现基数大、增速快的特点，残疾类别呈现集中化、个性化的趋势，同时随着衰老和慢性病的发生、发展，老年人群对维护功能发挥、预防残疾进展的长期综合照护的需求将日益增加^[9]。

2.2 以长期照护保险为核心的服务体系仍需立体化建设 长期照护服务体系是以长期照护保险为核心，构建保障有长期照护需求的人群有权利按照一定标准和规定，通过社会资源和服务获取专业及非专业照护，从而提升其生活能力和质量的一种综合

服务体系^[2]。长期照护保险即通过评估老年人的生活自理能力进行照护等级匹配，根据照护等级提供相应的护理服务，从而满足失能老年人的需求^[10-11]。我国长期照护保险从自发探索到国家层面试点经历了10年的时间，取得一定成效。《2020年度国家老龄事业发展公报》数据显示，2020年全国试点城市长期照护保险服务机构达4845个^[12]。上海市2020年长期照护保险费用支出约为43.7亿元，人均费用为7866元^[13]。然而，我国长期照护保险制度还处于发展阶段，需要进一步优化设计，从上至下形成立体化的政策与法规建设^[14]，包括明确长期照护保险的功能定位，合理确定支付比例，进一步扩大覆盖面，明确照护服务的标准，强化服务质量评价及监管，从而切实保障长期照护群体的利益。

2.3 老年长期照护服务模式需整合式发展 我国长期照护的服务模式包括居家照护、社区照护和机构照护3种。其中，居家照护是最主要的长期照护模式^[15]。居家照护具有成本低、老年人接受度高的优点。为支持家庭的照护能力，政府多措并举，如上海市为有需求的群体提供居家环境适老化改造的津贴补助等。但随着家庭向小规模化、少子化发展，家庭成员照护时间不足，而保姆照护存在专业性不强及流动性大等问题，居家照护仍然面临巨大压力。此外，研究显示，老年人居家长期照护服务需求呈现多元化、复杂化的特点，除了基本的生活照料，还有医疗护理服务需求，如药物配送、疼痛管理、康复训练等^[16]。家庭功能弱化与多元长期照护服务之间的矛盾日益突出，不能满足老年人在居家场景下的照护需求。社区照护能够有效降低家庭成员照护压力，同时满足老年人专业性的照护需求，但我国社区照护发展处于起步阶段，医务人员短缺，目前开展的社区护理、心理咨询、健康指导等服务活动相对独立，尚未形成一个以解决老年健康问题为目的、以专业长期照护为核心的服务体系^[17]。机构照护能够满足老年人的专业照护需求，但花费较高，且地区间发展不平衡。研究显示，我国养老机构数量不足、床护比失衡、空床化现象严重；由于过程监管不够规范，护理人员数量短缺且专业水平较低，致使养老机构照护服务质量堪忧^[18]。而且在机构接受照料的老年人因为远离家人往往容易产生孤独感，甚至发生抑郁^[15]。由此可见，传统单一的照护模式已不能满足老年人多元化的照护需求，

需加快整合式照护服务模式(如医养结合模式)的建设。

2.4 老年长期照护的人力资源不足,需一体化发展 老年长期照护方式分为正式照护和非正式照护,正式照护与非正式照护相互补充,使老年人多元化的照护需求得以满足。其中,正式照护是由专业人员(包括医师、康复治疗师、护士、社会工作者等)为被照顾者提供的专业照护服务,内容涉及疾病护理、预防保健、健康教育等^[17]。而非正式照护是由非专业人员提供的照护,包括生活照料等。国外估计,在长期照护中,非正式照护者创造的贡献超过3/4,其人数至少是正式照护者的2倍^[19]。我国尚缺乏老年长期照护各层次从业人员数据的梳理,但总体上长期照护人力资源缺口较大,难以满足照护一线的需求。此外,从业人员所接受的教育与培训力度薄弱,专业技能有待提升,尤其是护理员队伍,其专业素养普遍较低,且呈现低学历、年龄大、高流动性的特点,给老年长期照护服务带来巨大挑战^[20]。长期照护对象多存在老年慢性病、老年综合征等疾病,多需在家庭、社区、照护机构间转移,因此培养“医-养-康-护-防”一体化照护能力相关专业人才尤为关键^[21]。

3 老年长期照护未来发展的思考

3.1 健康老龄化概念推动长期照护聚焦老年功能提升 随着健康老龄化概念的发展,老年长期照护的重点逐步聚焦到老年功能提升^[22]。健康老龄化概念自提出后,其内涵一直在不断地丰富完善,2016年WHO将“健康老龄化”定义为发展和维护老年人健康生活所需的功能发挥的过程,其中维持功能发挥对大多数老年人来说最为重要^[5]。该定义将关注的目光对准了更具可行性和可操作性的老年人的功能发挥,在全球老年照护领域,这个以功能发挥为核心的新理念具有革命性、创新性的意义。老年人的内在能力包括运动、活力、认知、心理、感觉五大结构维度,研究显示,多种不良结局与内在能力的下降显著相关,包括跌倒、心理疾病、伤残甚至死亡^[23-25]。内在能力有望成为老年人不良结局的预测因素,从而作为健康干预的关键点。积极主动、个性化的干预方式是提升老年人内在能力的有效方法,包括体力活动、功能康复锻炼、认知训练、心理干预、营养结构的调整等^[26]。

因此,建立以功能发挥为导向的老年长期照护体系已成为全球共识。对于我国护理从业者而言,如何将我国具体国情和具体实践与国际共识相结合,发展行之有效的长期照护模式是当前的重要任务。

3.2 厘清老年需求、提供精准照护是老年长期照护发展的要求 《新时代积极应对人口老龄化发展报告·2018》强调,智慧医疗背景下的服务需要满足老年人的个性化需求^[27]。由此,老年长期照护应该以老年人照护需求为牵引,在明确个性化需求的基础上提供精准照护,从而提高长期照护的效益。老年人的长期照护需求具有多元性的特点,失能等级、接受照护地点、疾病特征等不同的老年人其照护需求也不尽相同。对于轻度失能的居家长期照护老年人,心理支持需求最高,其次是日常照料、康复指导、社会参与、专科护理;对于中度和重度失能的居家长期照护老年人,日常照料需求最高,其次是康复指导、心理支持及专科护理^[28]。而对于社区老年脑卒中患者,长期照护需求以环境需求最高,其次是社会心理需求、健康指导^[29]。由此可见,照护服务应准确区分老年人的需求,为不同状况的老年人提供精准化、个性化、规范化的长期照护服务供给。在现阶段我国老年长期照护资源有限的背景下,基于老年人长期照护需求评估和精准匹配的个性化照护是缓解老龄化社会养老压力的重要举措。

3.3 建立涵盖老年人发展变化3个阶段的全程照护体系是长期照护的重要发展方向 WHO在《关于老龄化与健康的全球报告》中根据老年人的发展变化,将老年生涯分为3个阶段:一是能力强而稳定阶段,二是能力衰退阶段,三是严重失能阶段^[5]。当前很多国家的照护体系都将关注点放在第3阶段,即存在明显照护依赖的严重失能老年人的长期照护阶段。由于关注点仅限于有明显照护依赖的严重失能老年人,使得照护依赖长期存在,长期照护负荷有增无减,长期照护系统疲于应付,不堪重负。在当前预防重于治疗理念的指导下,越来越多的国家意识到长期照护应该关口前移,在第1阶段加强赋能提升老年人内在功能,从而减轻照护依赖发生,在第2阶段加强照护的有效性和针对性,避免或推迟老年人进入照护依赖阶段,这成为减轻照护依赖和照护负荷的重要策略。WHO在《2020—2030年健康老龄化行动十年》

中也强调,要确保为不同内在能力的老年人提供连续照护,包括健康促进、预防保健、治疗、康复、安宁疗护等^[22]。由此可见,涵盖3个阶段的全程照护是现阶段老年长期照护的重要发展方向。

3.4 老年长期照护中数字化发展趋势已成必然 随着数字化医疗等技术的不断发展,新兴护理知识、护理技术不断推陈出新,为老年长期照护赋予新的发展机遇和挑战^[30-31]。一方面,数字化医疗为高效推动以老年人为中心的长期照护提供了可能,大数据、云计算、用户画像、机器学习等有助于护理人员厘清老年人的照护需求和个性化特征,并进行高效的智能干预。另一方面,数字化智能照护为护患双方都带来了新的挑战^[32]:在护理人员方面,新型护理场景与护理任务不断发展,给老年长期照护领域带来更新、更复杂的人-机任务,对长期照护中的护理知识和技术提出更高的要求;在患者方面,随着远程照护、可穿戴设备、移动健康等智慧医疗的发展,数字健康服务正日益深刻地改变着人们的生活方式,而老年人的“数字鸿沟”等问题也成为迫切需要解决的问题。尽管如此,国际国内权威机构都对老年长期照护中的数字化改革提出了要求。WHO在《2020—2030年健康老龄化行动十年》中要求会员国确保适当推广使用创新的数字和辅助技术,以便改善需要长期护理者的身体能力和福祉^[22]。我国《“十四五”国家信息化规划》强调要加强医疗大数据、人工智能等技术与养老服务的深度结合^[33]。如何在大数据时代真正实现医疗的智慧化和移动化,提升老年长期照护服务的可及性,提高长期照护中专业人员的服务质量和效率,成为当下亟待探讨和解决的关键问题之一。

4 结语

发展老年长期照护是应对社会老龄化的重要手段。老年长期照护领域未来的发展重点是运用多学科融合的发展范式,聚焦老年人、照护者等多元主体,围绕老年人功能轨迹变化全程,基于老年人的照护需求,借助数字化医疗等新技术,开展集“老年主动健康-精准护理-数智技术支持”一体化的综合性长期照护。

[参考文献]

[1] 李竞博,姜全保.人口规模、人口老龄化与经济增长[J].

人口学刊,2023,45(2):55-66. DOI: 10.16405/j.cnki.1004-129X.2023.02.005.

- [2] 刘倩,安俊红,张英,等.国内外失能老人领域研究热点和前沿可视化分析[J].护士进修杂志,2023,38(19):1803-1807. DOI: 10.16821/j.cnki.hsjsx.2023.19.013.
- [3] 张熠.人口负增长时代积极应对老龄化的政策体系[J].华中科技大学学报(社会科学版),2023,37(3):1-11. DOI: 10.19648/j.cnki.jhustss1980.2023.03.01.
- [4] World Health Organization. Towards an international consensus on policy for long-term care of the ageing: 2000 [EB/OL]. [2023-08-05]. <https://iris.who.int/handle/10665/66339>.
- [5] World Health Organization. Global report on ageing and health: 2016 [EB/OL]. [2023-08-05]. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/9/9789245565048_chi.pdf.
- [6] 宁吉喆.第七次全国人口普查主要数据情况[EB/OL].(2021-05-11)[2023-08-05]. https://www.gov.cn/xinwen/2021-05/11/content_5605760.htm.
- [7] 周兰姝.我国老龄化背景下残疾态势分析及基于健康老龄化理论的预防策略思考[J].解放军护理杂志,2022,39(1):1-3. DOI: 10.3969/j.issn.1008-9993.2022.01.001.
- [8] 国家统计局,第二次全国残疾人抽样调查领导小组.第二次全国残疾人抽样调查主要数据公报(第二号)[EB/OL].(2007-05-28)[2023-08-05]. <http://www.stats.gov.cn/tjsj/ndsj/shehui/2006/html/fu3.htm>.
- [9] 况莹莹,王净,刘定刚.国外关于长期照护经验对重庆市失能、半失能老人长期照护借鉴[J].中国老年学杂志,2019,39(3):740-744. DOI: 10.3969/j.issn.1005-9202.2019.03.073.
- [10] LEI X, BAI C, HONG J, et al. Long-term care insurance and the well-being of older adults and their families: evidence from China[J]. Soc Sci Med, 2022, 296: 114745. DOI: 10.1016/j.socscimed.2022.114745.
- [11] 蒋曼,罗力,何世英,等.国内外长期护理保险需求评估的对比分析[J].中国卫生资源,2019,22(1):20-23. DOI: 10.13688/j.cnki.chr.2019.18275.
- [12] 国家卫生健康委员会老龄健康司.2020年度国家老龄事业发展公报[EB/OL].(2021-10-15)[2023-08-05]. <http://www.nhc.gov.cn/llyks/pqt/202110/c794a6b1a2084964a7ef45f69bef5423.shtml>.
- [13] 黄志诚,金辉,李成志.上海市长期护理保险试点路径与成效初探[J].中国医疗保险,2021(3):48-51. DOI: 10.19546/j.issn.1674-3830.2021.3.014.
- [14] 杨红燕,范维珂,蒋雯静.长期护理保险基金筹资负担的测算——基于8城长护险试点方案的比较分析[J].中国卫生政策研究,2023,16(6):1-9. DOI: 10.3969/j.issn.1674-2982.2023.06.001.

- [15] 李琳,徐文彬,向雨荷,等.我国失能老人长期照护模式研究与探索[J].卫生职业教育,2023,41(9):147-151. DOI: 10.20037/j.issn.1671-1246.2023.09.44.
- [16] 钟凯颖,孙龙凤.基于Kano模型的失能老年人长期照护需求研究进展[J].中华护理杂志,2022,57(3):368-373. DOI: 10.3761/j.issn.0254-1769.2022.03.019.
- [17] FENG Z, GLINSKAYA E, CHEN H, et al. Long-term care system for older adults in China: policy landscape, challenges, and future prospects[J]. Lancet, 2020, 396(10259): 1362-1372. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)32136-X.
- [18] 高梦珂,张艳,田雨同,等.国外养老机构照护质量研究进展[J].护理研究,2022,36(14):2507-2513. DOI: 10.12102/j.issn.1009-6493.2022.14.012.
- [19] COURTIN E, JEMIAI N, MOSSIALOS E. Mapping support policies for informal carers across the European Union[J]. Health Policy, 2014, 118(1): 84-94. DOI: 10.1016/j.healthpol.2014.07.013.
- [20] 杨忠源,陈雨薇,黄峰,等.我国养老护理员行业发展的SWOT分析及应对策略[J].赣南医学院学报,2023,43(2):193-196. DOI: 10.3969/j.issn.1001-5779.2023.02.014.
- [21] 张玲娟.我国长期照护服务面临的挑战与思考[J].中华现代护理杂志,2023,29(2):156-160. DOI: 10.3760/cma.j.cn115682-20220422-01996.
- [22] World Health Organization. Decade of action for healthy ageing 2020-2030 [EB/OL]. [2023-08-05]. https://www.who.int/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/full-decade-proposal/decade-proposal-fulldraft-zh.pdf?sfvrsn=ec68d2e7_4.
- [23] 张丹丹,奚桓,齐海梅,等.老年人内在能力下降与跌倒的相关性研究[J].中华老年医学杂志,2020,39(10):1182-1185. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-9026.2020.10.018.
- [24] 赵亚璇,张利,吴根丽,等.社区老年人内在能力下降对生活质量的影 响[J].实用老年医学,2023,37(10):1014-1018. DOI: 10.3969/j.issn.1003-9198.2023.10.009.
- [25] YU R, THIYAGARAJAN J A, LEUNG J, et al. Validation of the construct of intrinsic capacity in a longitudinal Chinese cohort[J]. J Nutr Health Aging, 2021, 25(6): 808-815. DOI: 10.1007/s12603-021-1637-z.
- [26] 梁叶田,安兰茹,高亚暄,等.老年人内在能力研究进展[J].护理研究,2022,36(19):3481-3484. DOI: 10.12102/j.issn.1009-6493.2022.19.019.
- [27] 杜鹏,陆杰华,何文炯.新时代积极应对人口老龄化发展报告·2018[M].北京:华龄出版社,2018:12-15.
- [28] 焦娜娜,罗仕蓉,张绍军,等.遵义市失能老年人居家长期照护服务需求调查[J].全科护理,2023,21(5):577-581. DOI: 10.12104/j.issn.1674-4748.2023.05.001.
- [29] 宋娜娜,魏琳,刘竹韵,等.社区老年脑卒中患者长期照护需求及影响因素分析[J].安徽医学,2021,42(2):212-217. DOI: 10.3969/j.issn.1000-0399.2021.02.023.
- [30] LAPP L, EGAN K, MCCANN L, et al. Decision support tools in adult long-term care facilities: scoping review[J]. J Med Internet Res, 2022, 24(9): e39681. DOI: 10.2196/39681.
- [31] JANDOO T. WHO guidance for digital health: what it means for researchers[J]. Digit Health, 2020, 6: 2055207619898984. DOI: 10.1177/2055207619898984.
- [32] SHEIKH A, ANDERSON M, ALBALA S, et al. Health information technology and digital innovation for national learning health and care systems[J]. Lancet Digit Health, 2021, 3(6): e383-e396. DOI: 10.1016/S2589-7500(21)00005-4.
- [33] 中共中央网络安全和信息化委员会办公室.“十四五”国家信息化规划[EB/OL].(2021-12-27)[2023-08-05]. http://www.cac.gov.cn/2021-12/27/c_1642205314518676.htm.

[本文编辑] 孙岩