



上海市第一人民医院

SHANGHAI GENERAL HOSPITAL

上海交通大学附属第一人民医院

上海市红十字医院



# 老年康复的现状与展望

陈文华



上海市第一人民医院

SHANGHAI GENERAL HOSPITAL

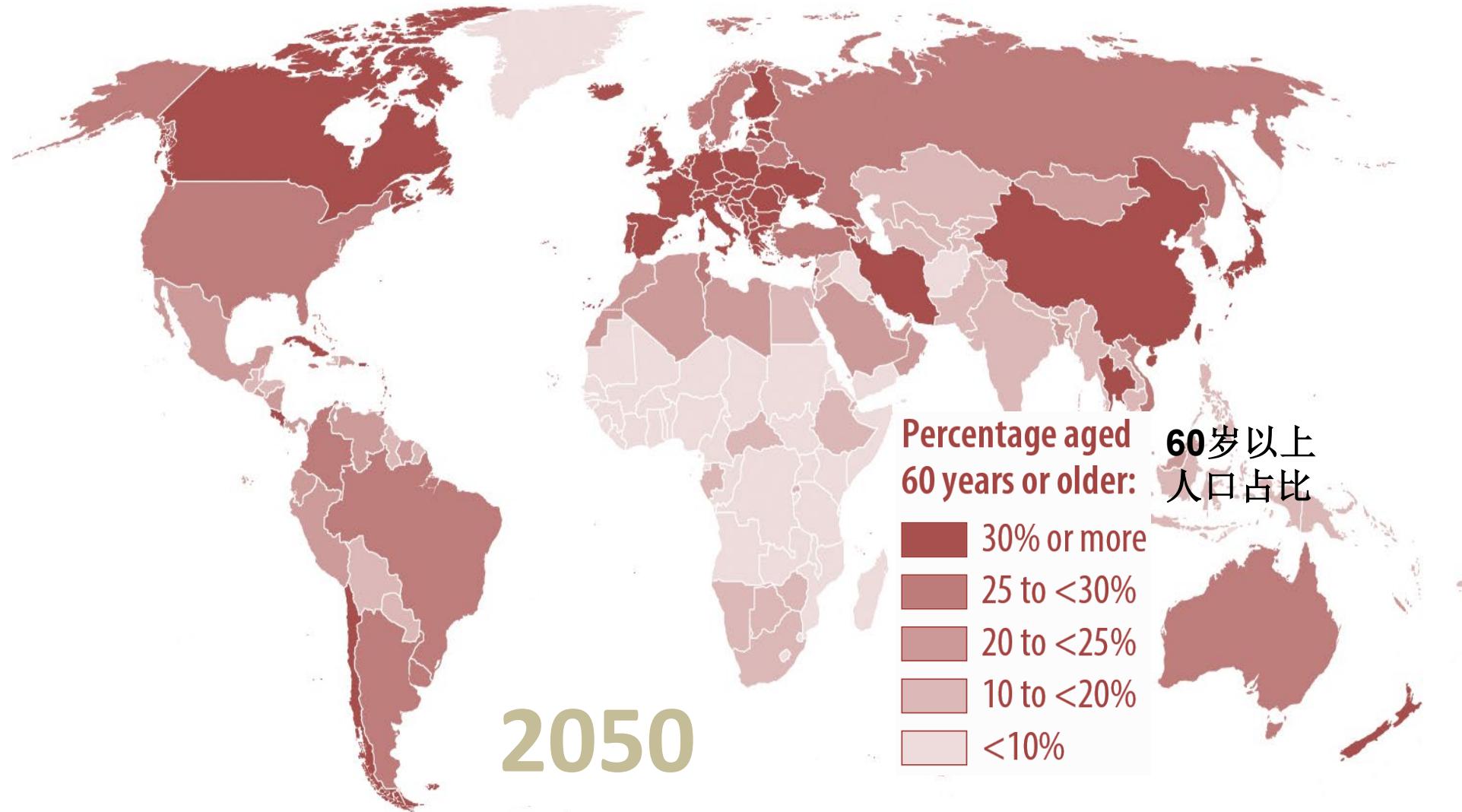
上海交通大学附属第一人民医院

上海市红十字医院

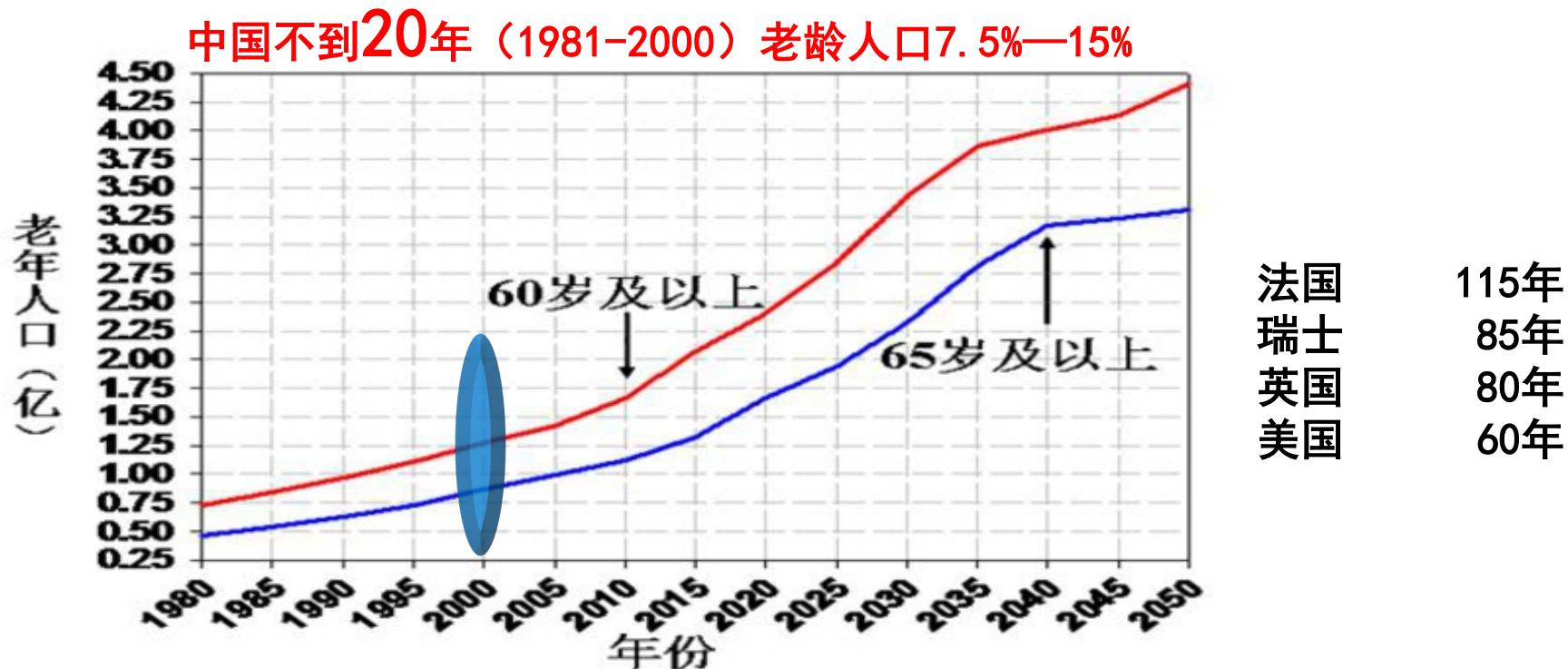
# 引言 老龄化社会催生了康复医学的发展



# 人口老龄化是世界性的挑战



# 中国步入老龄化社会的速度



“老去”的中国给康复医学带来了机遇和挑战

# 中国的人口老龄化比例

◆ 老龄化社会——65岁以上的人口比率超过总人口的7%

民政部

《2017年社会发展统计公报》

➤ 截止2017年底，我国：

	60周岁以上	65周岁以上
人口数 (人)	2.4亿	1.58亿
总人口数占比	17.3%	11.4%

中国老龄工作委员会办公室

《中国人口老龄化发展趋势预测研究报告》

- 2013年60岁以上老人突破2亿
- 2025年60岁以上老人突破3亿
- 2034年60岁以上老人突破4亿

# 60周岁及以上老年人口数及占全国总人口比重 (2010-2017)

单位: 万人、%



指标	2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年
60周岁及以上老年人口	17765	18499	19390	20243	21242	22200	23086	24090
60周岁及以上老年人口比重	13.3	13.7	14.3	14.9	15.5	16.1	16.7	17.3

图表资料来源：国家统计局

# “老去”的中国给康复医学带来了机遇和挑战

- ◆失能(功能障碍)是人类的一种生存方式
- ◆康复与所有人密切相关,是大众不是小众
- ◆康复医学背负着养老、护老、康老的使命和重任!
- ◆老年康复:生物-心理-社会医学模式下的综合康复措施
- ◆老年康复是医疗体系建设和医药卫生体制改革面临的重要议题



上海市第一人民医院

SHANGHAI GENERAL HOSPITAL

上海交通大学附属第一人民医院

上海市红十字医院

# 老年康复的现状

—— “来得有点快，应对还及时”



# 积极应对老龄化和发展老年康复成为基本国策之一

习近平总书记在多次报告中提出：

- ◆ 积极看待老龄社会，积极应对人口老龄化和建设理想老龄社会
- ◆ 孝亲敬老，意识积极应对到老有所用
- ◆ 增强全社会老龄化的思想观念
- ◆ 完善老龄政策制度
  - 新修订的《老年法》顺利实施
  - 出台了三百余项落实的配套政策措施
- ◆ 发展养老服务业和老龄产业
- ◆ 努力满足老年人日益增长的物质文化需求
- ◆ 努力挖掘人口老龄化给国家发展带来的活力和机遇，推动老龄事业全面协调可持续发展



# “健康中国”梦中的老年康复推进：

- 强化早诊断、早治疗、**早康复**
- 从慢性病管理、老年病康复、长期护理、安宁疗护等**全方位、接续性与康复相关**的机构建设。
- 健全治疗—康复—长期护理服务链。
- 推进**中医药与养老融合发展**
- 鼓励社会力量兴办**医养结合**机构。
- 加强老年痴呆症等的有效干预



# 养老机构建设迅猛发展 养老康复人才供不应求

- ◆ 健康中国2030规划纲要中提出：推进老年医疗卫生服务体系建设，健全医疗卫生机构与养老机构合作机制，支持养老机构开展医疗服务。

养老康复人才  
供不应求

2000年：全国养老床位120万张

2014年：全国养老床位达到554.1万张

2017年：全国各类养老服务机构和设施15.5万个

各类养老床位合计**744.8万张**

资料来源：民政部 社会发展公报

# 医养融合——中国之道

## ◆ 康复/护理与养老结合

- 变被动护理为主动照护
- 变等待衰老为延缓衰老
- 实现预防为主的方针

## ◆ 居家式机构养老

- 提供连续性养老-康复-护理一体化的社区
- 合理的医疗支持：医康护养一体化
- 连续性服务-有尊严的生命终点
- 提供最优化的社会环境、有品位的文化环境、可靠方便的医疗保障
- 由此衍生的食品-环境-文化产业链……





上海市第一人民医院  
SHANGHAI GENERAL HOSPITAL  
上海交通大学附属第一人民医院  
上海市红十字医院

# 老年康复的进展

- 1、符合老年人特点的老年康复体系逐步形成
- 2、立足本土文化，善用“他山之石”

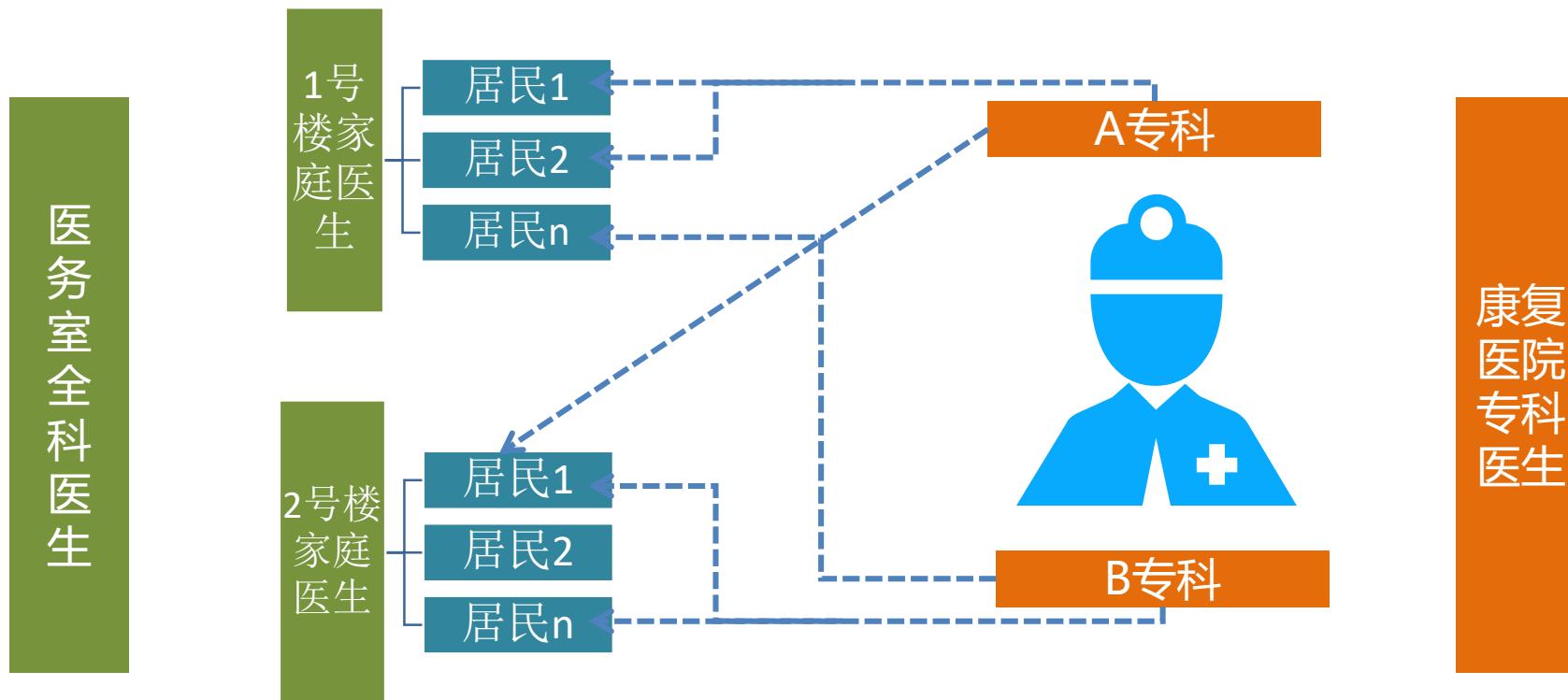


# 进展1:符合老年人需求的老年康复特色正在形成

- 老年康复特色之模式——医、养、康、护一体化
- 老年康复特色之方法——
  - 保持: 保持体力、肌力、脑力 (预防与治疗)
  - 启动: 启动启发生主动“参与” (活动、语言、记忆)
  - 补偿: 舒适度的照顾和针对性的“治疗”

# 案例：泰康医养结合实践

养老社区家庭医生设立---设立两级家庭医生制度



# 案例：泰康医养结合实践

护理公寓1+N  
多学科团队  
照护

住院化管理  
责任医生  
主任查房



营养师干预



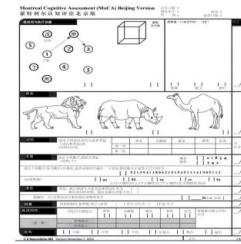
活动干预

- 提供情感支持
- 推动健康项目，预防过度失能
- 喜好引导的多彩活动
- 协助居民和家属进行调整以适应新的健康状况
- 音乐、社交、活动



筛查和评估

- 量表化管理和测验
- 康复治疗干预
- 助记术的记忆训练
- 辅助工具
- PQRST法
- 特色小组治疗



护理干预

- 1 健康，预防疾病，对居民、残疾人和临终居民进行护理
- 2 身体、心理、社会文化和精神健康
- 3 帮助居民获得和维持最大程度的身体机能
- 4 居民从身体上和情绪上适应生活方式的改变
- 5 居民和家属沟通
- 6 生活照护

# 老年康复特色之建筑

- 无障碍
- 无死角
- 可交流
- 防跌倒
- 封而不闭
- 家居+社区：关键词——家、社会、活动、参与
- 寓治于日常活动中
- 使不能动的动起来
- 想起“过去的事情”：家族纪念品的陈列，房间布置还原家的样子，突出“家”的感觉，弱化养老机构概念；
- 看到“生命的希望”：动物的陪伴、幼儿园的建设
- .....

## 进展2:立足本土文化，善用“他山之石”

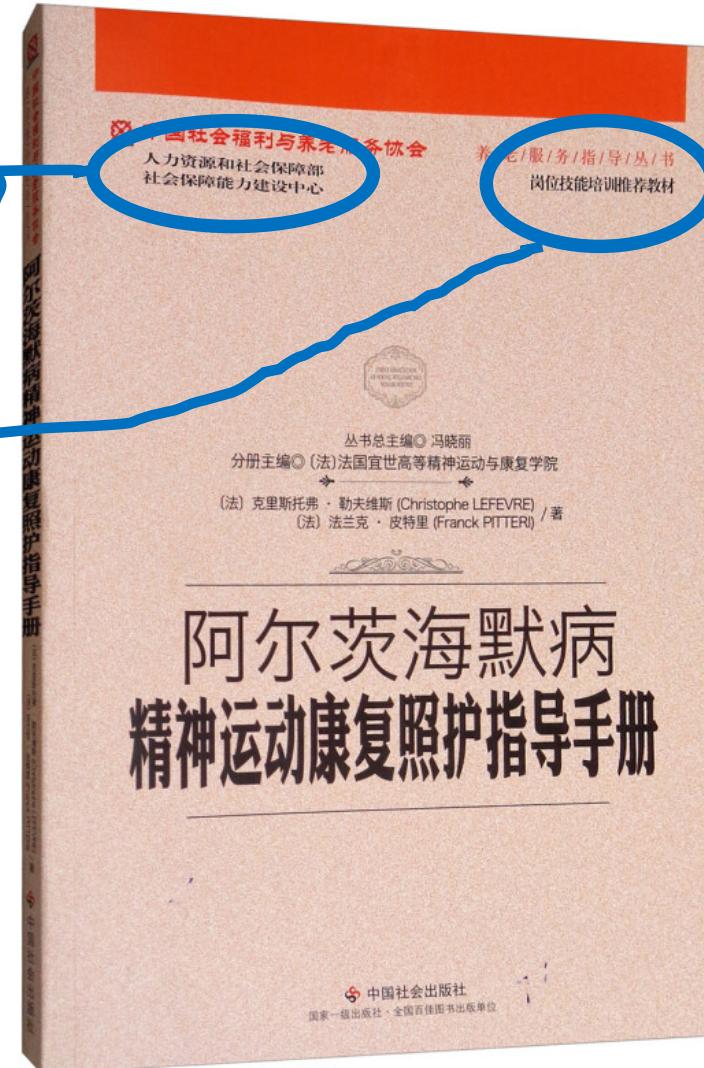
- 根植于中国文化的中医康复接地气、有亲和力
- 中医有独特的人文精神和综合治疗价值，心身双调
- 中医的养生观、饮食观、运动观吻合老年人的特点和需求而成为中国老年康复的特色和优势
- 中国也积极学习国际先进经验，如：法国的精神运动康复因在应对老年失智等方面极具特色而受到专业人士等推荐和关注

# 引入专著

中国社会福利与养老服务协会  
人力资源和社会保障部  
社会保障能力建设中心

岗位技能培训推荐教材

- 作者: (法)克里斯托弗·勒夫维斯(Christophe LEFEVRE)
- 出版社: 中国社会出版社  
出版时间: 2017-12-01



# 从教育做起

- ◆ 重建养老方向专科人才培养的课程体系
- ◆ 加强OT培养，探讨OT与护理结合的、兼有精神康复的养老专业
  - 上海杉达学院引入精神运动课程，培养符合老年社会需求的应用型人才



2016年4月，宜世学院与上海杉达学院签署合作框架协议，开设2学分的必修课程



# 进展2:立足本土文化，善用“他山之石”

借鉴日本：

- ◆ 康复机构的护理人员承担部分OT的角色，提高患者ADL功能
- ◆ **保证康复治疗的连续性，护理康复结合**



上海市第一人民医院康复中心  
(国内首家通过CARF国际认证的机构)



上海市第一人民医院

SHANGHAI GENERAL HOSPITAL

上海交通大学附属第一人民医院

上海市红十字医院

# 老年康复的愿景

——人文与技术结合

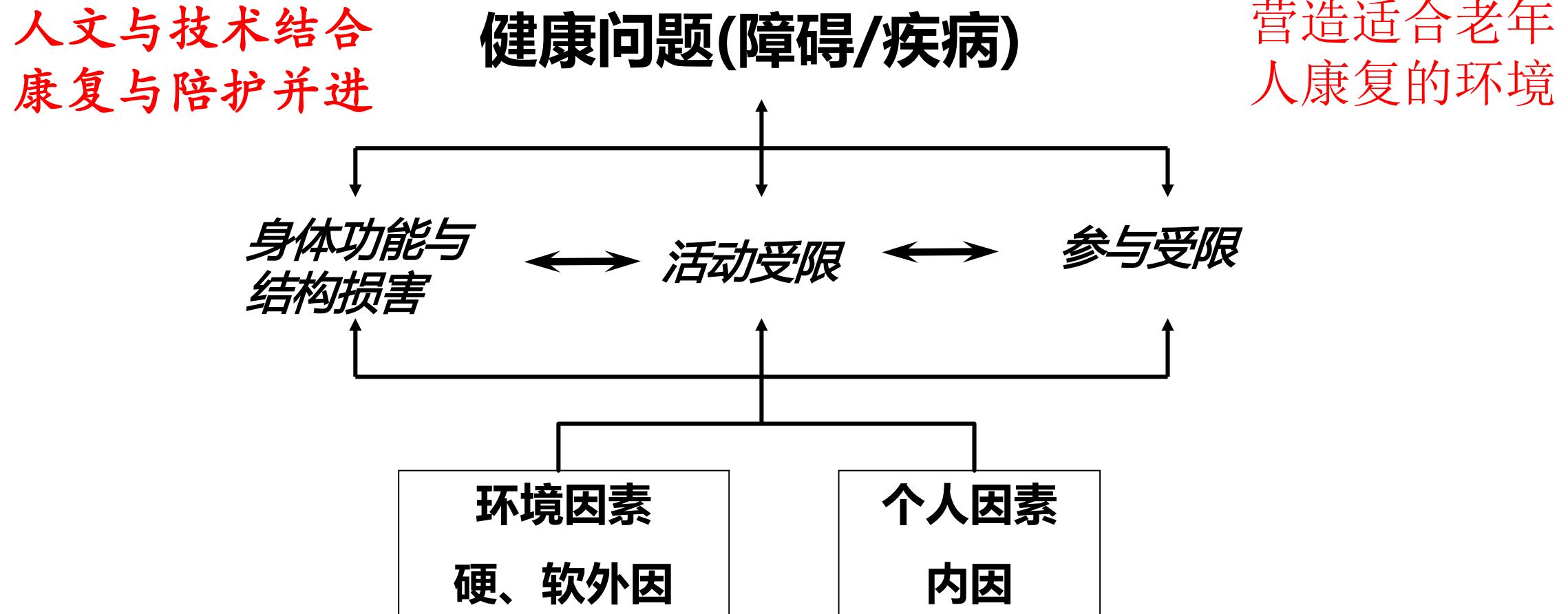
康复与陪护并进

老有所养 老有所医 老有所依



# 老年康复——基于ICF框架的系统工程

- ◆ 涉及医疗资源、社会资源、自然资源、文化资源的统合
- ◆ 社会多方协同合作，共同发展



# 老有所养 老有所医 老有所依

- ◆ 给老年人一个家，而不仅不是一张床
  - 合适的居住环境：阳光、空气、水
  - 合适的文化环境：艺术、道德、风俗
  - 合适的生活氛围：饮食、习惯、亲情
  - 不仅延年，还要益寿
- ◆ 做好顶层设计，建立完善的社会养老保障体系
- ◆ 构建养老、孝老、敬老的政策体系和社会环境

# 老有所养 老有所医 老有所依

- ◆合理的医疗支持：医康护养一体化
- ◆重视老年患者的诉求+全方位提供有效治疗
- ◆关心疾病、也关心他们的功能
- ◆照顾他们的障碍、也要发现并保持运用其能力
- ◆关注养老相关专业的扶持、同时相关专业自身从养老需求出发丰富和调整专业内涵

# 老有所养 老有所医 老有所依

- ◆政府领导、社会参与、全民行动
- ◆发展具有中国特色的老年健康产业
- ◆回归传统儒家文化核心——内仁外孝
- ◆构建“人文、人性、人本”的医疗和社会服务体系
- ◆使老年人在生命的各个阶段均能感受到尊严和关怀



谢谢各位!