

聚焦·关注健康新需求④

公立机构一床难求,民营机构床位闲置

养老院,还需大伙托一把

本报记者 申少铁

养老机构供求失衡

想去地理位置较好的公办养老院,往往只能排长队等候,而地理位置较偏的民办养老院入住率相对较低,不少床位闲置

“母亲以前只有轻微的低血压,身体还算好,能自己走路。照顾她,雇一个保姆就行。但一个多月前,她夜里起来上厕所,低血压发作摔倒,之后身体差了很多,时常感冒。”家住北京市朝阳区劲松街道的罗恒说,他和妻子都是企业中层管理人员,工作忙,没时间好好照顾母亲。母亲身体变差后,保姆也难以应付,去养老院成了最现实的选择。

“给母亲找个养老院可费劲了!”罗恒为她找了十几家养老院,对方都不收,最后总算在天通苑附近找到了一家养老院。

“如果不堵车,开车到养老院看母亲需要1个多小时。”罗恒介绍,他每周一、周三上午10点请假去探母,来回一趟很费时间。罗恒也争取过让母亲住进所在社区的养老院,但进不去,原因是该社区养老院还有20多位老人排队等候入住,正常需要一年时间。“只能找郊区的养老院,还得托关系。”罗恒无奈地说。

据国家卫计委统计,截至2016年底,我国60岁以上的老年人口数已达2.3亿,其中失能半失能老人近4000万,到2020年,老年人口将达2.55亿,占总人口的17.8%左右。截至2016年底,我国各类养老服务机构和设施14万个,各类养老床位合计730.2万张,每千名老年人拥有养老床位31.6张,与发达国家50—70张的标准存在较大差距。

“大城市养老机构供求严重不平衡,公办养老机构更是一床难求。”中国社会福利与养老服务协会医养结合分会会长、浙江绿城医养集团董事长卓永岳说,公办养老机构有政府支持,运营成本较低,收费也较低,且运营经验丰富,服务更规范,老人愿意入住。但是,公办养老机构数量有限,地理位置较好的养老院常年有排队现象。民办养老机构收费贵,有些是非专业人士在做,服务和管理的跟不上,加之位置较偏,入住率相对较低,不少床位闲置。

中国人民大学劳动人事学院社会保障研究中心副主任杨立雄分析,一些养老机构贪大求全,床位多多达几百张甚至上千张,受土地制约,只能选在远离城市中心地带。多数老年人不愿离开自己熟悉的社区,造成这些机构空置率较高。

“从北京的情况看,养老院总数没有太大的缺口,问题是有的养老院没人住,有的养老院需要排很长的队。”北京市昌平区东小口镇东篱敬老院院长祝海说,很多养老院在远郊,交通不方便,医疗设施不完善,无法满足老人多样化需求,老人不愿意去,容易出现床位空置。

运营成本居高不下

绝大多数民营养老院属于重资产机构,需要买地、建房、购置设备,成本非常高,收费自然也比较高

“现在养老院的价格真高。”家住上海静安区的陈晓云说,去年给75岁的父



亲找到一家条件很一般的养老院,一个月的床位费用将近1万元,还不包括吃药等费用。

陈晓云是一家民营科技企业的高级工程师,收入还算不错。但下有孩子上学,上有父亲、岳父、岳母三位老人,还有房贷要还,工资确实捉襟见肘。陈晓云说,岳父岳母现在身体还好,如果将来他们也住进养老院,经济压力就很大了。

“养老院的费用为什么这么高?主要是因为高昂的房租成本、不断上升的人力成本、过低的运营补贴等。”杨立雄分析,大多数老人需要的是服务质量高、收费较低廉的养老机构,目前只有少数公办养老院能做到这一点,因为它们有政府财政补贴或者事业编制,所以能做到价格低。

祝海介绍,东篱敬老院有80多张床位,主要解决政府供养老人的养老问题,比如孤寡老人、残疾老人,每个月最多收费3200元。东篱敬老院有一部分是市场化的,每个床位每月收费6000—7000元,在行业中是比较低的。东篱敬老院成本比较高,除了完成政府托老任务,还要面向市场,不然收入太低,很难经营下去。

祝海算了一笔账:一方面是能源成本高。现在敬老院供暖、烧水、做饭等改烧天然气,价格高了很多。另一方面是人力成本高。敬老院现有32名工作人员,人均月工资4500元左右。由于工作人员以外地人为主,敬老院还需给他们提供住宿。目前政府对东篱敬老院没有补贴,只有中国福利彩票每年有些资金捐助,但不定向,额度也不稳定。

卓永岳分析,绝大多数民营养老院属于重资产机构,需要买地、建房、购置设备,成本非常高,收费自然也比较高。民营养老院要想可持续经营,必须要盈利,至少是微利。浙江绿城医养集团旗下的养老院都是公办民营,对自理老人每月收费3000—3500元,失能老人每月收费5000—6000元,有慢病的老人每月收费8000—10000元,医疗费用可纳入医保报销。相对于普通民办养老院,公办民营养老院收费比较低,能兼顾两种模式的优势,是今后养老院发展的一条路子。

补“床头”不如补“人头”

专家建议今后不再对新建或改建的养老院给予补贴,而是根据符合资格且入住养老机构的老人数量给予养老机构相应的补贴,以鼓励这些机构收留更多老人

如何解决大城市养老机构“一床难求”的问题?

杨立雄认为,目前政府补贴主要是补“床头”,而不是补“人头”。建议今后不再对新建或改建的养老院给予补贴,而是根据符合资格且入住养老机构的老人数量给予养老机构相应的补贴,并提高补贴标准,以鼓励养老机构收留更多老人。政府应当适当增加养老机构,做好建设规划,树立社区化和便利化理念,建设更多的社区式小型化养老机构。有关部门需加大养老服务产业的开放范围,鼓励民营资本投入养老机构,探索多种经营模式。

卓永岳认为,很多二级医院可转型为养老机构。与三甲医院床位紧张不同,二级医院经常出现床位闲置,医疗资源存在浪费现

象,可转型为老年康复医院和护理院。治疗老人常见病和慢性病,二级医院的条件绰绰有余。这样,二级医院可以增加就诊率和入住率,更好地利用床位资源。目前,二级医院转型为养老机构,还有一些体制机制需要改变。有些二级医院管理者比较保守,绩效体系落后,医务人员积极性难以调动。

祝海说,与养老机构里的轻松生活相比,很多老人认为在医院养老会有压力,情绪容易受到影响。二级医院应该淡化养老区域的医院色彩,专门开设一个独立的区域。

医养结合是养老机构的发展趋势。今年11月,国家卫计委颁布《关于养老机构内部设置医疗机构取消行政审批实行备案管理的通知》,要求养老机构内部设置诊所、卫生所(室)、医务室、护理站,取消行政审批,实行备案管理。专家认为,今后养老机构开设医疗机构更加便捷,有利于促进医养结合的发展。

卓永岳认为,无论公立养老机构还是民营养老机构,政府都应给予土地、税收优惠,增加运营补贴。医养结合不是简单的“医院+养老”,而是医院与养老机构的有机融合,让养老机构能提供专业化的医疗服务。

上图:在山东济南一家老年乐园,护理人员正在为一位身体刚痊愈的老人喂饭,照料老人的起居生活。 人民视觉

延伸阅读

老人压疮护理小窍门

刘向国

老人因身体机能退化、自主能力和消化吸收功能减弱、机体免疫功能下降等生理特征,极易发生压疮。压疮照护包括:

一是减压。将老人侧倾30度,并用枕头支撑,以减少剪切力。定时翻身,应用坐垫、床垫和支撑性工具等。

二是改善营养。摄入优质蛋白,补充维生素A、C和锌等微量元素。鼓励老年人多饮水。

三是避免不良刺激。保持床单清洁、平整、无渣屑;保持皮肤清洁干

燥。大便失禁、出汗多的老人应及时擦拭干净。

四是积极治疗原发病。

五是心理护理。与老人亲切交谈,介绍创面情况,增加老人的信心,减轻其自卑感。

六是局部照护。要避免结痂,促使肉芽组织生长,加速创面愈合。在伤口愈合的不同阶段用不同的敷料,有利于伤口的愈合。

(作者系北京老年医院老年病临床与康复研究所助理研究员)

不吐不快

中医药进课堂,就是要培养孩子们对中华传统文化的亲近感认同感,补齐中医药知识缺失的短板,使其借助古老的东方智慧,擦亮中医药这张“中国名片”

把中医种子播进娃娃心里

王君平

“《红楼梦》里的林黛玉弱不禁风、面色苍白,你认为她哪个脏器可能出了问题?”这是浙江省五年级教材《中医药与健康》中的一道思考题。今年,浙江推出全国首套小学中医药教材,引起了孩子们的浓厚兴趣。

中医药进课堂,并非为了培养“小郎中”,而是为了让孩子们从小培养健康的生活方式。课程内容不是中医的“汤头歌”,也不是望闻问切的技法,而是中医药健康知识。很多小孩子爱吃肉,晚餐荤菜吃得多、吃得饱,吃完饭就写作业,甚至还要吃夜宵。从中医的角度来说,“胃不和则卧不安”,食物积滞在胃肠中,引起胃气上逆,扰乱心神,造成心胃不和,卧不安稳。现代医学研究证实,在失眠病人中,有近一半与吃得不合理有关。中医强调顺应自然、形神共养,调饮食、慎起居、适寒温、和喜怒,从而达到保养身体、减少疾病、增进健康的目的。中医药进课堂,就是要将中华文化中的养生智慧传授给孩子们,使其从小确立健康理念,选择健康生活方式,筑起防控慢性病的屏障。

近年来,灌输式教育方式备受诟病。学生死记硬背,应付考试,不仅不利于中华传统文化的传承,还可能适得其反。中医药进课堂,可以激发学生对中医药这一伟大宝库的兴趣,提升对中华优秀传统文化的自信心。上海中学生段沛妍凭借《地黄抗糖尿病有效成分的作用初探》这一项目,荣获第六十三届英特尔国际科学与工程大奖赛一等奖。她的参赛项目与中医药密切相关,灵感源于患糖尿病的爷爷泡茶用的地黄。中医药进课堂,就是把兴趣的种子埋在孩子们心中。在阳光雨露的滋润下,这颗种子迟早会生根发芽,早播种,早收获。

“看我抓一把中药,服下一帖骄傲……”流行歌曲《本草纲目》唱出了中医文化自信。中国外文局发布的《中国国家形象全球调查报告2015》显示,中医是最能代表中国文化的元素,排在第一位。但是,如今还有不少中国人盲目崇拜西医,厚“西”薄“中”,忘记了中医这笔老祖宗留下的珍贵遗产,甚至一味反对中医。如果一个人人在中小学教育阶段,就开始接触中医文化,肯定不会盲目排斥中医。北京零点市场调查与分析公司发布的《中医药民众认知度调查报告》显示,“在被访的17岁以下年龄段人群中,首选中医为治疗手段的比例仅为17.5%”,说明我国青少年对中医药的关注、认知与接受程度相对较低。中医药知识在基础教育阶段出现断层,青少年缺乏对中医药最起码的感性认识和理性认识。这种先天不足,严重影响了中医药人才队伍的培养。如果青少年时期没有机会接触到中医药理念与独特的认知方法,错过了最佳学习年龄,等到思维方式趋于定型的大学生阶段,他们很难建立起中医思维,这种弊端在中医药院校教育中逐步显现。中医药进课堂,就是要培养孩子们对中华传统文化的亲近感和认同感,补齐中医药知识缺失的短板,使其借助古老的东方智慧,擦亮中医药这张“中国名片”。

习近平总书记指出,中医药学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验,是中国古代科学的瑰宝,也是打开中华文明宝库的钥匙。《中医药发展战略规划纲要(2016—2030年)》提出普及中医药,进校园、进社区、进乡村、进家庭,将中医药基础知识纳入中小学课程。愿全社会用好中医药这把“钥匙”,培植传统文化的沃土,让中医文化薪火相传。

健康瞭望塔

《柳叶刀》孕产妇健康系列中文版发布

本报电 第八届中国妇幼保健发展大会日前在海南省海口市举行。《柳叶刀》杂志孕产妇健康系列中文版在会上举行发布仪式。该中文版就国际妇幼保健领域的流行趋势和孕产妇保健的关键策略进行了探讨,对我国妇幼保健工作具有借鉴和指导作用。《柳叶刀》杂志孕产妇健康专刊主编欧娜介绍,该系列最初更关注死亡率问题,随着经济社会的发展变化,开始用不同的视角看待孕产妇健康问题。77位中外学者参与该系列专刊的写作。(王君平)

吸烟易引发颈动脉粥样硬化

本报电 日前发表在《中国卒中杂志》上的一项研究显示,吸烟史是颈动脉双侧易损斑块发生的独立危险因素,与颈动脉易损斑块对称性分布有相关性。该研究由北京天坛医院神经病学中心、神经心理科以及清华大学生物医学影像研究中心联合完成,对于缺血性卒中的防治有重要临床意义。据课题负责人、北京天坛医院神经病学中心主任医师刘丽萍介绍,缺血性卒中有较高的死亡率和致残率。动脉粥样硬化是造成缺血性卒中的主要原因之一,而颈动脉粥样硬化可以反映全身动脉粥样硬化的病变程度。建议成年人及早戒烟,以降低或减少缺血性卒中的发生。(匡远深)

中外合资生物医药研发中心落户无锡

本报电 投资超亿美元的生物医药研发中心日前落户江苏无锡。该研发中心由世界500强之一阿斯利康和国家开发投资公司共同设立,是第一个中外合资1.1类创新药研发项目,将针对肿瘤、呼吸以及心血管和代谢领域进行原创性新药研发。项目一期注册资金达1.3亿美元,总投资4亿美元。(王伟健)

本版责任编辑:王君平

健康之道·冬日保健③

“三九补一冬,来年无病痛”。冬季恰当的食疗养生,能为来年蓄积一年的能量。药膳是药物与食物按一定的理论与原则有机组合,随药于食,产生食养、食治的作用,既是餐桌上的美味佳肴,又能防病治病。中医的组方原则“君臣佐使”,亦是药膳配伍原则,不同的是,药膳须与传统食物相配伍,多数药物用量和味数较少,配伍相对简单。

“冬不藏精,春必病温”。经过前三个季节的消耗,人体元气消耗,冬季藏精,为来年的生肌勃物奠定坚实基础。冬季补肾,顺应自然界和人体阳气下降潜藏的趋势,补养的物质可以顺利地藏到肾中。根据五气养生理论,冬季应“去寒就温”,减少耗散阳气的过度运动出汗,顺应体内阳气的潜藏,以敛阳护阴。体质虚寒人群,“宜服补酒”,可加温热食物,如牛肉、羊肉、山药等。

根据五脏养生理论,冬季要滋肾养藏,宜食填精补髓类食物,包括果仁类食物如果

因人而异选药膳

张晋

冬季易寒凝络脉,导致气血运行不畅。药膳养生加入活血中药材,有利于延缓中老年人动脉硬化

子、核桃、榛子仁、开心果、杏仁等,薯类、根茎类食物如红薯、马铃薯、山药等。冬季宜吃“黑”,如黑米、黑豆等。

根据五味养生理论,冬季应遵循“省咸增苦”原则,因冬季是肾主令之时,肾主咸味,可适量进咸。但是心主苦味,咸能胜苦,若咸味吃多,会使心阳的力量减弱,可适当食用苦瓜、苦菜、芥菜、芥蓝、莴笋、苦丁茶等养心食物。

冬季药膳中,可加入枸杞、桑葚等中

药材。枸杞性味甘平,是平补肾精、养肝血之品,临床上治疗精血不足的视力减退、头晕目眩、腰膝酸软、遗精早泄等症状。根据现代药理研究,枸杞子可提高免疫力,提高睾酮水平,起到强壮作用。日常生活中,可以用枸杞泡酒,也可以酿枸杞酒。《本草纲目》载枸杞酒“补虚弱,益精气,去冷风,壮阳道,止目泪,健腰脚”。可煮烂捣汁,和糯米酿酒,或者与生地黄酒于盛,浸酒煮饮。桑葚性味甘

酸,滋阴补血、生津润燥。既滋补肝肾之阴,又能凉血退热,适用于头晕耳鸣、目暗昏花、关节不利、失眠、须发早白等。作用平和,宜煎膏常服,或与何首乌、熟地等同用,生津止渴,润肠通便,鲜品食用效好。现代药理研究发现桑葚可延缓衰老,调节免疫力。

冬季易寒凝络脉,导致气血运行不畅,药膳养生还可以加入活血的中药材,如黑木耳、山楂和三七。每天食用适量的黑木耳,对延缓中老年人动脉硬化的发生十分有益,对冠心病等心脑血管疾病具有较好的防治和保健作用。生山楂功效偏于活血,炒山楂可消食化滞,焦山楂功效还可以止泻,冬季常食山楂既可助消化,也可助通畅人体的血液循环。三七能养血,能活血,在药膳中补血提气,可在熬鸡汤的时候加入5—10克三七块,或直接用三七粉冲水,即可产生活血化瘀的作用。

(作者系中国中医科学院西苑医院治未病中心主任、主任医师)