

## Z 聚焦·观察

9月21日是世界阿尔茨海默病日。随着人口老龄化进程加快,我国阿尔茨海默病的患病率不断提高,严重威胁老年人的健康和生命质量,给家庭及社会带来沉重负担。

在深圳,由罗湖政协委员公益基金资助、深圳壹基金公益基金会实施的“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目,率先探索建立个人、家庭、社区、医疗机构全管理新模式,一年多的时间里,帮助认知症患者10197人次,促进形成全民知晓、共同预防、互相关爱的社区友好氛围。

—编者



“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目组织开展认知症家属互助会 (壹基金供图)

## 深圳罗湖政协委员公益基金携手壹基金——

## 探索有温度的老年认知障碍社区服务

本报记者 赵莹莹

## 为认知障碍撑起“保护伞”

3年前,何阿姨的丈夫开始频繁地认错人,不久后确诊为认知症。多疑、判断力下降、性情出现明显变化,这些都是认知症患者早期出现的症状。阿尔茨海默病是认知症最常见的一种类型。《中国阿尔茨海默病报告2024》显示,我国现有阿尔茨海默病及其他认知障碍患者超1600万人。

由于认知筛查在老年人公共卫生常规体检中还需完善,个人和家庭又缺少自主发现和早期预警的专业能力,目前认知症防治领域存在“认知储备低,发病率高;就诊率低,漏诊率高;社会支持低,防治成本高”的普遍现象。

自从丈夫患病以来,62岁的何阿姨作为唯一的照护者,每天都在经历着一种从未想过的老年生活,最怕丈夫不时的情绪失控。

“有一次,凌晨1点多,他不停地翻找和父亲的合影照片,还把已经睡着的我叫醒,非得找出来,找不到就大发脾气。”回忆起那一晚,何阿姨说,从来没有觉得黑夜这么漫长过,参加了“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目组织开展的认知症家属互助会。

她也曾尝试在照护之余,保留一部分时间做自己的事情,“可丈夫一刻也离不开人,照顾他已经耗尽了全部力气,更别提过自己的生活”。直到去年秋天,何阿姨来到文华社区,参加了“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目组织开展的认知症家属互助会。

在与其他患者家属交流的过程中,何阿姨感到了被倾听、被理解。得益于更多照护经验的分享,她带着丈夫到医院调整用药后,情绪缓和多了,很少再出现失控的状态。

认知症是很复杂的疾病,照护者往往会遇到各种各样的困扰,何

阿姨曾经切身体会的孤独、无助,是很多照护者正在经历或即将要面对的问题。

正是考虑到阿尔茨海默病及其家庭陪护的困境,2023年7月,在罗湖政协委员公益基金资助、壹基金支持下,“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目正式启动。罗湖区黄贝街道文华社区工作站、罗湖医院集团文华社区健康服务中心、深圳市东西方社工服务社多方联合开展社区老年认知症服务,项目还得到了上海翦爱公益发展中心的指导,吸取了来自上海的先进经验。

壹基金助理秘书长长沙磊介绍说,在专业力量帮助下,“风雨兰”从零开始,先后开展宣传科普、筛查评估、健脑活动、家庭支持等工作,邀请深圳市人民医院、罗湖区人民医院专家医生参与活动,通过更多社会力量共同为认知障碍患者撑起“保护伞”。

## 共建认知障碍友好社区

从2022年开始在罗湖区调研,到选定罗湖区黄贝街道文华社区作为项目实施点,历经近10个月的时间。罗湖区政协副主席梁真担任项目专家组成员,全程跟踪参与、具体指导项目的前期调研和方案制定。

面对前期调研时遇到的老人“不愿意面对和承认,觉得筛查也没用”等情况,项目组进行“早识别—早诊断—早治疗”的科普宣传,同时通过社区活动日常筛查、集中筛查等多种方式,对文华社区60岁以上的人群开展筛查。

“社区有2000多名满足条件的老人,筛查工作量比较大,不能只是机械地让他们填写表格,需要我们逐一去了解,视老人实际情况应对。根据筛查结果,确定后期跟踪干预的对象。”罗湖医院集团文华社区健康服务中心主任黄文静说,筛查过程中还有一个困难,就是“如何让老人信任你”。

考虑到居民对家庭医生的信任,

项目组将筛查嵌入到社区家庭医生服务团队对辖区老年人的年度体检服务中,并与深圳市人民医院和罗湖医院集团的神经内科医生形成“全专结合”服务模式,共同为辖区老人提供优质医疗服务,效果显著。

截至今年6月30日,“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目已累计完成筛查2041人次,完成评估408人,开展科普活动17场,体脑激活小组课程服务100场次,居家自助直播课48场次,招募并培训脑健康评估志愿者35人、初级体脑激活师31人,超预期完成了项目实施各项指标要求。

对于筛查出认知水平指数低,有认知功能下降风险的老人,项目会选用易学易练的八段锦等运动方式,还会将手工作业、游戏等形式作为认知刺激手段,促进改善老年人记忆力、注意力、语言表达等认知功能和日常活动能力。

面向确诊有认知症的老人及其家庭,项目定期开展家属互助会,大家互相交流照护技巧、政策信息等,深圳多家养老机构相关负责人受邀从专业角度解答遇到的各种问题。

“在舒适安全的小组环境中,项目充分尊重每位长者的个性化需求,老人们一起聊天做手工、动脑玩游戏、相互交流健身动作,还能促进老人之间的良性社交互动,增强他们的归属感和安全感。”罗湖区文华社区党委书记何文胜表示,希望发挥社区党委的统筹引领作用,尽己所能把各种资源统筹链接起来,共建认知障碍友好社区。

## 推动形成可推广的服务样本

“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目开展一年多来,社工刘春乐和同事惊喜地发现,老人们对自己、对生活的心情,正在慢慢恢复。

有一位阿姨认知筛查评估时分数较低,社工们劝她来参加互助会,最初得到的回答是“唱歌、跳舞、画画我都不喜欢,每天买菜做饭,看看电

视就行了”。

从那时候起,只要一遇到这位阿姨,社工就热情地和她交流训练脑功能的好处和重要性,鼓励她多参加社交。

慢慢地,聊得多了,阿姨的想法开始有了转变,参加活动的次数越来越频繁,后来更是成为了志愿者,整个人看起来都比从前开朗不少。

“当老年人走出家门、走进社区、融入人群,他们的归属感更强,幸福感也更强烈。”刘春乐告诉记者,“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目对专业性要求非常高,除了项目管理,还要了解一定的认知症领域专业知识,同时熟悉民政、卫健等部门的相关政策、资源、福利,熟悉认知症老人及家属的特性,用合适的方式方法与他们沟通传达……

其间,罗湖政协委员公益基金管委会副主任、深圳市人民医院护理部主任罗伟香提交了《关于建立罗湖社区长者认知症三级预防及全程管理机制的若干建议》的提案。罗湖区卫生健康局、民政局等相关部门正在积极落实提案各项内容,推动在罗湖率先建立认知症三级预防体系及全程管理机制。

“通过委员的提案,政府部门更加重视,逐步出台相关政策,政社协同联动,形成更大合力。”“风雨兰·社区长者脑健康”公益项目监测组专家、广州社会组织研究院执行院长胡小军说,基于文华社区的项目探索和实践,可将有效经验逐步推广到更多社区,并从协作机制建设、专业机构培育、示范基地打造、多元资源链接等多个层面予以系统推进。

瞄准建设“认知障碍人士友好社区”的目标,梁真表示,要凸显政协特色,以公益项目推动提案转化、开展政策倡导、带动委员履职尽责,真正为社区长者提供专业优质的脑健康服务,推动形成可复制可推广的服务样本,让更多老人得享有尊严、有品质的晚年生活。

## Z 关注延迟退休改革②

全国政协委员鲁晓明:

## 理性认识“渐进式延迟退休”

本报记者 赵莹莹

《中共中央关于进一步全面深化改革、推进中国式现代化的决定》提出,要以应对老龄化、少子化为重点完善人口发展战略,健全覆盖全人群、全生命周期的人口发展支持和服务体系。

“全国人大常委会会议表决通过关于实施渐进式延迟法定退休年龄的决定,这是党中央、国务院推动进一步全面深化改革的重大举措,必将对社会人力资源配置、人才队伍培养使用以及社会文明进步发展产生重要影响。”全国政协委员、民建广东省委会副主委鲁晓明在接受记者采访时表示,应以积极的态度理性看待这一渐进式社会改革。

在他看来,延迟退休新规对于职工的法定退休年龄延迟方式、养老保险最低缴费年限提升等基础问题作出了细化规定。同时还通过“弹性实施、自愿选择”的方式,在一定限度内赋予员工关于退休年龄的自主选择权,并对各类劳动者的劳动权益进行了兼顾保障。

在人口老龄化程度不断加深、劳动年龄人口持续下降、预期寿命稳步增加的背景下,如何进一步挖掘人力资源,提高劳动力的有效供给?通过制度和政策措施延长“人口红利”成为关键。

鲁晓明表示,随着医疗卫生事业的发展和生活水平的提高,老龄化成为许多国家人口发展的共同趋势,我国也面临着老龄化“银色浪潮”的冲击。在人口老龄化趋势加快的背景下,如果退休年龄不作调整,意味着工作的人越来越少,退休的人越来越多。

“从世界主要经济体的经验看,延迟法定退休年龄是行之有效的办法,也成为世界各国应对人口老龄化普遍采取的重要政策和措施之一。”他直言,面

对日渐突出的劳动力供给总量不足,适当延迟法定退休年龄,可以有效提高劳动参与率,充分挖掘和利用老年人力资源,激发“老年人口红利”,缓解劳动力规模下降带来的负面影响,增强劳动力市场活力。

眼下,有人担心延迟法定退休年龄,可能会进一步加剧年轻人尤其是大学生毕业后“就业难”。

“其实不然。”鲁晓明认为,这一担心有一定的现实依据,但仔细分析就会发现,老年人的身体机能逐渐处于一种衰退的状态,对于劳动强度大和新兴的行业适应性不强,主要从业方向为依靠工作经验、专业技能型的工作;而青年人在以互联网和人工智能为代表的新兴产业、新兴服务业、创新创业等领域仍是主力军。

他进一步解释说,延迟法定退休年龄是一个渐进实施的过程,以较小的幅度推进,且退休人员腾退的岗位与青年就业所需要的岗位之间存在一定的结构差异。可以说,改革对青年就业的影响总体上是平缓的,而且老年人就业增加了财富积累,会提升社会整体消费能力,刺激消费,催生新的就业岗位,长远来说能够增加年轻人的就业机会。

“现实生活中,老年群体表现出随着年龄增长而社会参与减少的问题,积极老龄化应致力于采取措施手段来减缓这样的过程。”鲁晓明表示,积极应对人口老龄化是国家人口发展战略的重要内容,健康、参与和保障是积极老龄化的三个支柱。“延迟退休是充分开发利用老年人力资源、提高老年人力资源参与的重要社会政策,同时也利于在一定程度上减少养老保险基金所承担的巨大压力。”鲁晓明说。

## Z 前沿·动态

5年直接惠及超过5600人——

## 乡村医生培训项目助力民生幸福提速

在一些医疗资源相对匮乏的农村,乡村医生的及时诊断和急救措施,往往是挽救生命的关键,更是百姓幸福安康的重要保障。近日,由中国人口福利基金会和招商局慈善基金会联合举办的乡村医生培训项目,在江苏省宿迁市第一人民医院为100名来自周边县区的乡村医生展开培训。

随着慢性病在乡村的发病率逐年攀升,乡村医生的专业能力变得尤为关键。这一难得的机会,不仅可以让他们提升专业水平,还能够学习最新的医疗知识与技能。

“乡村医生的能力直接关系到广大群众的医疗质量,推进乡村振兴和健康中国建设,就要为乡村医生赋能,进而提升基层医疗卫生水平。”中国人口福利基金会理事长武家华说。

为此,招商局慈善基金会与中国人口福利基金会于2019年发起乡村医生培训项目,旨在通过线上线下相结合的方式,以专业培训打通基层医疗卫生服务“最后一公里”,持续提升乡村医生的诊疗水平和服务能力。

考虑到乡村医疗资源往往分布不均,每个地区都有其独特的需求,项目团队在各地正式启动培训项目之前,总是先行一步,深入乡村进行详尽调研。他们收集村民需求,了解当地常见病种、记录乡村医生在日常工作中遇到的实际困难……这些调研成果,为培训内容的精准定制提供了珍贵的原始数据。

在培训内容的设计上,项目以传统的推拿、刮痧、拔罐、艾灸为基础,精选中医、儿科护理、心血管病、急救等多个领域的一线专家承担培训任务。他们不仅基础知识扎实、实践能力突出、教学经验丰富,还需要对乡村卫生室的情况有所了解,以帮助乡村医生全面提升服务能力,真正让大家听得懂、学得会、能治病。

在贵州的一次培训中,一位乡村医生在课堂上用刚学到的中医穴位知识成功完成外伤止血。这一小小的成功,是培训成效的生动体现。

对于乡村医生培训项目实施过程中面临的资源分配不均衡问题,项目团队通过“相伴乡医”线上教育平台,将培训课程数字化,让那些身处偏远地区的医生通过网络平台接受培训,缩小了城乡之间的知识鸿沟。

5年来,乡村医生培训项目累计投入资金4500万元,在云南、湖北、贵州、江苏、江西等多个省份举办线下培训67场,直接惠及超过5600名乡村医生。此外,线上教育平台“相伴乡医”提供了1219节课程和103场直播,参与医生31195人次。

这些数字背后,是乡村医生能力的提升,是农村居民健康水平的改善,群众的幸福感、安全感显著提升,日子越过越有奔头。未来,招商局慈善基金会和中国人口福利基金会将持续投入专项资金,与社会各界共同赋能乡村医生,守护基层百姓健康,为健康中国战略实施提供公益解决方案。(耿睿)

## ■ 相关阅读

## 民政部召开全国养老服务推进会议

本报(记者 赵莹莹)记者从民政部获悉,全国养老服务工作推进会议日前在山东省济南市召开。会议研究部署了新时代养老服务改革发展任务,推动中国特色养老服务体系加快成熟定型。

会议提出,要准确把握党的二十届三中全会对积极应对人口老龄化、深化养老服务改革发展所作决策部署,切实增强使命感、责任感、紧迫感,紧紧抓住重要窗口期,全面深化新时代养老服务改革发展,加快推动养老服务从“有”向“优”提质升级,探索超大规模老年人口国家老有所养的中国方案。

会议要求,牢牢把握养老服务重在基层的规律特点,着力构建县(区)、乡镇(街道)、村(社区)上下贯通、有机衔接、功能完善、分工科学的养老服务网络。要以老年人需求为导向,以失能照护为重点,构建居家社区机构协调贯通的养老服务供给格局。

此外,要着力促进养老服务事业产业协同发展,坚持社会效益优先、社会效益和经济效益相统一的原则,厘清政府、市场、社会职责定位,形成事业带动产业、产业支撑事业的良性发展机制。要切实加强养老服务综合监管,建立健全权责清晰、分工合作、透明高效的综合监管体系,以高水平安全保障养老服务高质量发展。

会议强调,推动新时代养老服务改革发展是一项涉及面广、联动性强的系统工程。要完善体制机制,强化统筹协调,形成推进合力。要强化要素保障,从供需两端发力,打出政策“组合拳”,确保养老服务有保障、价格可承担、运营可持续。要夯实工作力量,一体推进养老服务教育、科技、人才工作,下大力气补齐养老服务人才队伍短板。

## 我国将组建“银龄行动”志愿服务队伍

本报(记者 郭帅)全国老龄工作委员会日前印发《关于深入开展新时代“银龄行动”的指导意见》(以下简称《指导意见》),提出有效拓宽“银龄行动”参与渠道,培育壮大“银龄行动”队伍,组建全国“银龄行动”志愿服务队伍,各地可按需设立本级“银龄行动”志愿服务队伍。

据介绍,“银龄行动”是以老年人为主体的,坚持自觉自愿、量力而行的原则,以开展智力援助和参与基层治理、社会服务等为内容,服务经济社会发展的志愿服务活动。

《指导意见》要求,2024年,全国老龄委有关成员单位、各省级老龄委做好“银龄行动”筹划安排,推动“银龄行动”有序启动,各省级民政厅(局)、老龄办至少开展1项主题活动。2026年,“银龄行动”规范化、制度化水平不断提高,成为长期开展的老年志愿服务项目。2028年,“银龄行动”机制健全、制度完备、管理规范,成为我国老年人社会参与、老有所为的重要品牌。

《指导意见》明确,巩固拓展智力援助“银龄行动”,广泛动员教育、科技、农业、文化、卫生健康、体育等领域的老年知识分子参与。把“银龄行动”融入东西部协作和省域内区域协调发展,引导老年知识分子助力欠发达地区经济社会发展。在创新开展基层治理和社会服务“银龄行动”方面,结合老年友好型社区建设,为老年人参与“银龄行动”、儿童托管、互助养老、全民参保、扶残助残等提供便利,鼓励老年志愿者参与探访关爱特殊困难老年人、残疾人,支持具备相应条件的老年人参与农村留守儿童和困境儿童关爱服务活动。

此外,《指导意见》对积极探索“银龄行动”示范项目、有效拓宽“银龄行动”参与渠道、提升“银龄行动”管理服务水平等进行部署,强调各省级民政厅(局)、老龄办要把“银龄行动”列入老龄事业发展规划和年度工作安排,同时通过公益性捐赠、合作协等方式,鼓励社会力量投入,形成齐抓共管、协同推进新格局。



“微笑行动”走进贵州毕节

【健康边缘行——毕节微笑行动】日前走进贵州省毕节市妇幼保健院,此次行动由中国人口福利基金会、招商局慈善基金会、微爱行动云南代表处等共同主办。经过综合评估,七十七名符合手术条件的唇腭裂患者将接受免费手术,重拾自信与笑容。本报记者 贾宁 摄