

2025年4月23日  
星期三 农历三月二十六

国内统一刊号:CN37-0099  
邮发代号:23-207

# 老年生活报



老年生活报

全国助老服务热线  
0532-66610000



## 在京剧艺术中感受咽音之美

4月16日是世界嗓音日，咽音作为一种别样的发声方法，其清澈并带着金属质感的音色为京剧的唱腔艺术增色不少。“京剧与歌唱都需要气息的协调，只是发声部位略有不同，将咽音引入青岛的韩明新老师教导我们，若气息运用得当，发声就能得心应手。”京剧爱好者孙岩说，她从未间断过咽音的训练，尤其在上台前，一定会进行预热练习，让身体放松，腔体打开，“我感到我的声音已经比以前更加优美了”。（报道详见2版）

## 月薪近2万，还是人手紧缺 “网约护士”何时到身边



“网约护士”是指医疗机构通过互联网信息平台开展的“线上申请、线下服务”，由已注册的护士为出院患者、罹患疾病或行动不便的特殊人群提供居家护理服务的一种模式。“网约护士”服务提供主体不断丰富，服务项目逐渐增多，覆盖地区开始扩面，但始终面临“护士参与度低，用的人也少”的发展困境。

### “约80%为老年护理订单”

“大约在2015年前后，已经有一些互联网企业开始涉足‘网约护士’服务。经过近十年的发展，我们发现从互联网平台到医疗机构再到参与长护险试点的相关机构，开展该项服务的市场主体逐渐扩面。但目前，行业发展还处于一个分散状态的探索阶段。”京东护士到家业务负责人刘佳说。

“80%左右的线上订单都是老年护理（包括老人术后护理）相关项目。”

### 资质门槛高

在多名受访护士看来，严苛的从业准入限制，有其必要性。在成为“网约护士”之前，高占伟在北京空军总医院ICU待了8年时间，已经具备护师职称。

近年来，各大医疗机构

回顾近一年的“接单”经历，北京“网约护士”高占伟如是总结说。据其介绍，在老年护理中，又以压疮换药、PICC（经外周静脉置入中心静脉导管）护理、造口护理等项目的客户下单需求居多。

随着行业竞争加剧和地方监管的不断完善，多个互联网平台方也相继提出或增加“从业门槛”。

专业技能之外，“资质门槛”也是对“网约护士”的实战经验和综合素质提出的要求。相较于院内的诊疗秩序和诊疗环境，居家场景下提供医疗护理服务对于护士的心理素质、沟通能力、防范风险意识

等均提出更高的要求。

### 价格两难

进一步加剧供需失衡的是，在符合资质的护士群体中，了解并愿意参与到“上门服务”的护士并不多。

“护士参与度不高”背后，多名受访业界人士认为，从根本上来说，还是因为护士提供的专业技能服务尚没有得到充分合理的回报。

由于我国大部分省份和城市尚未将延续护理服务费用纳入医疗保险范围，无论是医疗机构主导开展的护士上门，还是平台机构主导开展的护士上门，患者大都需要“全自费”，这对于大部分慢性病病人而言存在不小的经济负担。与此同时，长期高昂的治疗费用也不利于该项服务的长期开展。

“从长远来看，为了吸引社会资本进入互联网护理赛道，需要引入多元支付保障机制，并坚持市场化、差异化定价。”刘佳说。吴斯曼

## 老年游“年龄门槛”亟待打破

春暖花开，正值旅游高峰期，不少市民反映，“年龄门槛”在老年旅行团中普遍存在，且标准不一。旅行社常常会以70岁为“临界线”设置报名限制。

旅行社对老年游客突发疾病、意外受伤等风险的担忧可以理解。然而，将高龄老人“一刀切”拒之门外，实则暴露出企业在产品设计、服务保障上的不足。当多数旅行社仍提供标准化行程，而缺乏对老年人体

能、健康、出行习惯的考量时，风险防控便只能退守“年龄限制”这一最粗放的防线。

2024年1月，国务院办公厅印发的《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》要求，“以健康状况取代年龄约束，完善相关规定便利老年人出游，健全投诉举报机制并加强监管。发展老年旅游保险业务，鼓励扩大旅游保险覆盖面”。

可见，“年龄门槛”本质

上是旅游服务与老年群体风险承受能力的错配。打破这一困局，显然要以适老化思维优化旅游服务体系，让服务适配需求而非需求迁就服务。

此外，打破出游“年龄门槛”，还需要多方协同构建保障体系。民事层面应当进一步厘清责任划分，通过健康告知、家属知情同意等规范流程，既可以规避法律风险，又能够体现人文关怀；监管层面应严查

虚假宣传与霸王条款，制定银发旅游服务标准，倒逼行业提质；政策层面，鼓励开发适老化旅游产品，引导商业保险参与高龄老年人旅游服务。

当前，我国60岁以上人口已突破3亿，银发旅游市场潜力巨大。让每一位银发游客在“诗和远方”中收获从容与尊严，不仅是老龄化社会应有的温度，更是旅游业高质量发展的必由之路。

房清江

从未设立或批准设立“一脉养老”“惠民工程”项目

民政部：这些APP涉嫌诈骗

本报讯 4月22日，民政部发布公告表示，民政部从未设立或批准设立“一脉养老”“惠民工程”项目，未推出任何类似产品或软件。请广大公众提高警惕，不要轻信来源不明的信息和不实宣传，避免上当受骗。

已经参与或可能遭受损失的用户，建议尽快向属地公安部门报案，避免造成进一步损失。

如遇可疑情况，及时向相关部门咨询核实或报警处理。（央视）

《心理健康蓝皮书》发布  
中老年人整体情绪  
健康优于年轻人

本报讯 近日，中国科学院心理研究所与社会科学文献出版社在京联合发布《心理健康蓝皮书：中国国民心理健康发展报告（2023-2024）》（以下简称《心理健康蓝皮书》），揭示了我国国民心理健康的多维特征与关键挑战。

总报告《2024年国民心理健康状况、影响因素与服务状况》显示，我国成年人的抑郁风险和焦虑风险总体呈随年龄增长而降低的趋势，女性抑郁风险随年龄增长而下降的趋势更为明显，城市人群的焦虑风险显著高于农村人群。

专题报告《中老年人心理健康现状》基于2021年1月至2022年1月在全国七大地理区域采集的17250人的数据对比研究，发现我国中老年人虽整体情绪健康优于年轻人，但认知功能衰退与消极化趋势显著。

报告建议，通过构建积极老龄观的社会支持体系，推动个人心理韧性提升、认知健康干预与临终关怀服务体系优化，破解老龄化社会心理困境，释放我国2.96亿银发群体的人力资源价值。（赵竹青）