

我国中医药参与健康养老服务的现状及江苏实践探索

黄亚博^{1,2} 张元清^{1,2}

(1.江苏省中医药发展研究中心,江苏南京210029;2.江苏省中医药学会,江苏南京210029)

摘要 当前我国人口年龄结构“倒金字塔”形日益严重,老龄化进程不断加速。中医学作为中国古代科学的瑰宝,包含着中华民族几千年的健康养生理念及实践经验,尤其是其“治未病”理念,在亚健康 and 慢病管理方面具有独特的优势。近年来,国家出台了一系列政策,积极推进中医药参与健康养老服务,各地纷纷采取行动,构建了形式多样的中医药健康养老服务模式。江苏是全国老龄化程度最高的省份,由于江苏养老行业基础扎实、中医理念深入人心、中医服务体系完善,再加上近年来各项政策的大力支持,使得江苏中医药健康养老服务形式多样,特色鲜明,并探索出“中医+养老+旅游+休闲”深度融合发展的新模式,为全国中医药健康养老模式提供了江苏样板。但目前中医药参与健康养老仍面临诸如功能定位不明确、服务和管理的标准规范不完善、专业人才缺乏等问题,建议进一步强化政府主导、完善政策落实,以推进中医药参与健康养老服务的制度化、规范化建设,并加快培养高级人才、专业技能人才,以人才推动行业发展。

关键词 健康养老服务;老龄化;政策;医养结合;江苏

全国第七次人口普查结果显示,我国60周岁及以上老年人口为26402万人,占总人口的18.70%,较上次普查结果上升5.44个百分点,65周岁及以上老年人口19064万人,占总人口的13.50%,较上次普查结果上升4.63个百分点^[1],老年人口规模庞大,老龄化进程明显加快。基于这一老龄化背景,国家大力实施积极应对人口老龄化战略,出台一系列法规政策,积极面对老龄化,坚持健康老龄化,充分吸纳各种有效技术方法,采取有力措施,努力探索一条符合中国国情的应对人口老龄化的道路。中医药作为我国独特的卫生健康资源、潜力巨大的经济资源、具有原创优势的科技资源、优秀的文化资源和重要的生态资源,对于亚健康和慢病管理,具有独特的“治未病”优势^[2]。本文通过调查分析我国健康养老的现状、需求,收集整理国家出台的促进健康养老的法规政策,选取全国10个具有代表性的城市分析其推进中医药参与健康养老模式的实践特色,总结凝练了江苏省中医药参与健康养老的实践成果并提出了一些建议,旨在进一步增强人民群众大卫生、大健康理念,将中医理念融入全生命周期,发挥健康促进、疾病预防和诊疗作用,为发展具有鲜明中国特色的健康养老模式提供借鉴。

1 中医药参与健康养老服务的背景和独特优势

1.1 中医药参与健康养老服务的内涵 中医药参与健康养老服务主要体现在三个方面:一是将中医治

未病思想和养生保健方法融入到老年人的生活起居、饮食娱乐等多方面,帮助老年人养成健康的生活习惯,树立积极的生活态度。二是在中医药理论指导下,通过体质辨识,针对老年人不同的体质,采用个性化的中医药技术和方法,改善体质。三是以中医药理论为指导,针对老年人常见的慢性病、多发病、易发病,采用预防措施,或发生疾病后使用中医药技术和方法辨证论治,或病后恢复阶段推广使用行之有效的中医药适宜技术,帮助老年人预防疾病、治疗疾病和尽快康复。

1.2 我国中医药参与健康养老服务的发展背景

1.2.1 人口年龄“倒金字塔”结构日趋严重 国家卫生健康委员会新闻发布会介绍:预计“十四五”时期,60岁及以上老年人口总量将突破3亿,占比将超过20%,进入中度老龄化阶段;2035年左右,60岁及以上老年人口将突破4亿,在总人口中的占比将超过30%,进入重度老龄化阶段。我国人口老龄化发展趋势呈现四个特征:一是老龄人口绝对值居世界之首,老龄化程度持续加深;二是人口老龄化发展速度快,老年人口高龄化更加突出;三是我国人口“未富先老”,社会经济负担加重;四是老龄人口在地区分布上不均衡,传统的家庭养老方式受到冲击。《2021年我国卫生健康事业发展统计公报》^[3]显示,我国居民人均预期寿命由2020年的77.93岁提高到2021年的78.2岁。国务院关于加强和推进老龄工作

进展情况的报告显示,我国老年人群中患有慢性病的超过1.9亿,失能和部分失能老年人约4000万,患一种及以上慢性病的比例高达75%^[4],反映了我国很多老年人处于长寿不健康的状态,老年健康需求有很大缺口。

1.2.2 养老产业市场旺盛 党的二十大报告指出,发展养老事业和养老产业,优化孤寡老人服务,推动实现全体老年人享有基本养老服务。《2022—2023年全球养老产业发展及中国市场趋势研究报告》显示,2021年中国养老产业市场规模达8.8万亿元,同比增长率高达22.3%。2022年中国养老产业市场规模有望达到10.3万亿元,同比增长16.7%^[5]。随着中国老龄化程度的不断加深,未来中国养老企业具有广阔的发展前景。报告显示,2014年至2022年一季度中国养老市场投融资总金额达48.5亿元,虽然投融资在数量上表现为下降趋势,但是每笔投融资的含金量都很高。目前,养老产业市场潜力巨大,后劲充足,属于新兴朝阳产业,吸引了众多不同领域的投资者参与其中。

1.2.3 中医药健康养老政策环境良好 党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央把中医药工作摆在更加突出的位置,以前所未有的力度推进中医药传承创新发展,中医药发展成为国家战略,迎来了天时地利人和的大好时机。积极推进中医药参与健康养老服务,不仅可以满足健康养老的需求,同时也为推动中医药事业和产业发展提供了新的路径。2015年,国务院办公厅印发《中医药健康服务发展规划(2015—2020年)》,强调加快发展中医药健康服务。2016年,国务院印发《中医药发展战略规划纲要(2016—2030年)》,提出大力发展中医养生保健服务,积极推动中医药与养老融合发展。2017年,国务院印发《“十三五”国家老龄事业发展和养老体系建设规划》,提出完善医养结合机制,大力开发中医药与养老服务相结合的系列产品^[6]。随后,国家中医药管理局、全国老龄办等12个部门联合发布《关于促进中医药健康养老服务发展的实施意见》,提出了中医药健康养老服务发展的基本原则,确立了行业工作目标,明确了重点任务及政策措施。同年,国家中医药管理局发布《关于推进中医药健康服务与互联网融合发展的指导意见》,着力创新中医药健康服务模式、拓展服务领域。同年7月1日《中华人民共和国中医药法》正式施行,为大力推进中医药健康养老服务提供了法律保障。2021年12月,国务院印发“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划,

提出要积极推动医养结合服务,发挥中医药特色服务。2022年2月,国家卫生健康委等15个部门联合印发《“十四五”健康老龄化规划》,强调深入推进医养结合发展以及发展中医药老年健康服务。各省、自治区、直辖市也先后出台了促进养老服务的条例和相关政策,支持中医药参与健康养老服务。

1.3 中医药参与健康养老服务的独特优势

1.3.1 中医药文化根深蒂固 中医药学是中华民族的伟大创造和中国古代科学的瑰宝,包含着中华民族几千年的健康养生理念及实践经验,其在理论层面与中华文化的同构性及在实践层面体现的人民群众性,使其成为了我国独特而优秀的文化资源,蕴涵了中华文明的深厚基因。作为中华优秀传统文化的杰出代表,中医药文化世代相传,已经深度融入中国人的日常生活中,随着中医药的振兴发展和人民群众喜闻乐见的中医生活方式化,将很好地发挥“外化中医健康养生理念于行、内化中华文化价值理念于心”的效果,为中医药参与健康养老服务提供了客观条件。

1.3.2 “治未病”理念融入日常 《黄帝内经》中说“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱”,中医强调“治未病”,并在长期生活实践中总结出丰富多样的养生理念和方法,形成了独具特色的健康养生文化,且将其深深融入中国人的伦常日用之中,化作了中国人千余年来的行为习惯和生活方式。“治未病”理念通过体质辨识干预人体健康,并通过调节情志、合理饮食、规律作息等方式对老年人进行心理疏导和疾病减压训练。此外,老年人喜爱的健身气功也是预防疾病、强健体魄的良方,如太极拳、五禽戏、八段锦、站桩等功法,具有调形、调息、调心的作用,可以帮助调节人体气血阴阳畅通运转,提高生活质量,能更好地满足积极老龄化需求。

1.3.3 “药食同源”思想源远流长 中国传统的“药食同源”思想即是食物保健思想的反映,包含着中医药学中的食疗、养生保健和药膳等内容。药食同源文化历史悠久,《周礼》中将医生分为食医、疾医、疡医和兽医。《吕氏春秋·孟冬纪第十·异用》曰:“仁人之得飴,以养疾侍老也”,记载了用飴糖来调养疾病,侍奉老人的例子。《神农本草经》明确记载上品药、中品药、下品药各120种,其中120种上品药“无毒,多服、久服不伤人”。“药王”孙思邈在《备急千金要方》中记载了许多关于食养食疗的内容,其中《食治方》篇收录了药用食物155种,分为果实、菜蔬、谷米和鸟兽4类,每药之下有性味、主治等内容,

涉及食养、食治、食禁等方面^[7]。国家卫生健康委员会,对上百种中草药予以重新界定,明确了100多种既是食品又是中药材的物质名单目录,如人们所熟知的枸杞子、山药、葛根、山楂、生姜、花椒、大枣等。中医丰富的食养食疗文化,已经融入到日常生活中。

1.3.4 辨证论治个体化诊疗 人在步入老年以后,机体逐渐衰老,脏腑组织的功能活动减退,精气血津化生不足,使人的生命活动进入一种生理功能逐渐衰退的状态。此时人体免疫力较差,容易受到邪气侵袭,一旦生病,往往是多种疾病互相叠加,相互影响,病势凶猛,病情复杂。中医讲究辨证论治、个体化诊疗,在调节气血和治疗慢性病、多重病、肿瘤病等方面具有独特优势。大量临床研究证实,中医药可以明显改善恶性肿瘤患者的生活质量,延长生存期,降低肿瘤的转移率和复发率,在常见恶性肿瘤巩固和维持治疗中发挥着不可或缺的作用^[8]。此外,中医的穴位贴敷、中药注射、耳穴埋籽、中药灌肠等方法被广泛用于缓解肿瘤患者放化疗副反应、治疗癌性疼痛和癌性便秘等肿瘤相关性疾病中。我国慢性心脑血管疾病的患病率、死亡率一直处于高水平状态,是老年人最常见的慢性病,严重影响着老年人的身体健康和生活质量^[9]。高血压病是发病率最高的心脑血管疾病,中医古籍中没有高血压病的论述,但与其症状相类的病名有19种,其发生的原因主要是七情过度、饮食劳伤及年老体衰,病位主要在肝、肾、心、脾,病性有虚有实,也有虚实夹杂,中华中医药学会发布的《高血压中医诊疗指南》将本病分为肝火上炎、痰湿内阻、瘀血内阻、阴虚阳亢、肾精不足、气血两虚、冲任失调7种证型^[10],临证可以针对患者的不同证型,采用个性化的治疗方案。

2 我国各地中医药健康养老服务模式特色分析

2.1 传统医养结合模式依然是主阵地 目前,我国常见的医养结合模式主要为家庭型、社区型、机构型和互助型4种。其中家庭型养老主要分布在农村地区,与经济发展水平、地理交通状况、思想观念差异等因素密切相关,如云南省普洱市在乡村建立中医药养生庄园,大力发展民族医药服务。社区型养老主要分布在城市,由于投入少、形式多样,加上有医疗资源的支持,比较常见,如北京市通过社区联合二级以上中医院,组建健康养老综合体。机构型养老主要分布在经济发达区域,具有覆盖面广、个性化强、服务多样化等优势,如上海市为老年人提供机构照护、社区照护、居家照护,推出“长者照护之家”一站式综合服务。互助型养老模式分布于人员密集、

文化丰富的区域,主要通过友爱互助,让老年人有所学、有所乐、有所伴、有所养,如北京市西城区以创建民政部、财政部全国第二批居家和社区养老服务改革试点为契机,打造养老服务驿站、养老照料中心。

2.2 中医药特色医养结合模式成为新范式 当前全国各地都在积极探索中医药参与健康养老服务的发展模式,我们选取了北京、深圳、上海、佳木斯、陇南、三亚、烟台、无锡、普洱、合肥等10个城市的中医药参与健康养老服务模式进行分析,结果显示,各地结合实情,取得了具有当地特色的实践成果。如北京市以中西医结合医院为依托,构建三级架构的康养服务模式;上海市采用点对点的方式,推出个性化中医养老服务模式;广东省深圳市充分利用科技力量,大力发展“互联网+中医药”智慧康养;海南省三亚市利用生态环境和地理优势,打造集休闲、保健、医疗、养生一体的中医疗养院,老年人群为重点服务对象;山东省烟台市强调地理优势,利用海洋资源,发展中医药旅居养老;安徽省合肥市将中医药适宜技术纳入社区居家养老服务体系,充分发挥中医药特色优势;黑龙江省佳木斯市借助国家“一带一路”政策,加强与毗邻国家、地区建立中医药养老合作关系;云南省普洱市利用天然资源和特色民族医药,开发旅居康养服务;江苏省无锡市以三级中医院为龙头,构建养老联合体;甘肃省陇南市依托生态资源,打造中医药康养基地。

3 江苏省中医药健康养老服务模式的实践探索

3.1 养老行业基础扎实 截至2021年末,江苏省常住人口为8505.4万人,65岁及以上人口达1449.6万人,占比为17.04%,超过全国3.54个百分点,是全国老龄化程度最高的省份,老年群体对健康养老的需求十分旺盛。全省2021年生产总值达116364.2亿元,迈上11万亿元新台阶^[11],人均国内生产总值(GDP)位居全国前列,综合经济实力全国领先,为养老行业发展提供了雄厚的物质基础。此外,统计公报显示,全省共有各类注册登记的提供住宿的养老机构2494个,社会养老服务床位44.0万张,江苏养老服务体系日趋完善。

3.2 多项政策大力支持 一直以来,江苏省委省政府高度重视健康养老行业发展,重视中医药发展。早在1999年,省人大常委会通过了《江苏省发展中医条例》,提出鼓励中医医疗机构开展特需服务,适应多层次的中医医疗保健需求。2015年发布《江苏省养老服务条例》,为促进养老服务健康发展、规范养老服务行为、维护老年人合法权益提供了法规保

障。随着全省经济发展、社会进步和老龄化社会的到来,人民群众对养老服务的要求不断提高,老年群体对于中医药服务的需求进一步释放,省委省政府相继出台了一系列支持中医药参与健康养老的政策、法规。2020年施行的《江苏省中医药条例》提出,鼓励支持养老机构与中医医疗机构深度融合,鼓励开发拥有中医药特色的养老服务项目。2021年发布的《江苏省“十四五”中医药发展规划》提出,发展中医药特色健康服务,促进中医药“医养结合”,探索发展中医药健康旅游。2022年新修订的《江苏省养老服务条例》要求,发挥中医药在健康养老中的作用,推广应用适用于老年人的中医药技术、方法和中医特色医养康养结合服务,支持医疗机构为老年人提供中医健康咨询评估、干预调理、随访管理等治未病服务,与养老机构开展合作提供中医药服务。此外,江苏省还注重加强养老服务人才队伍建设,探索“学历教育+职业培训+继续教育+实习实训”四位一体的养老服务人才培养模式。江苏省政府与民政部开展部省合作,共建南京中医药大学养老服务与管理学院,是全国第一所本科以上层次养老服务与管理学院^[12],大力培养中医养老服务专业人才,为积极应对老龄化做好人才储备。

3.3 中医理念深入人心 江苏历代名医辈出,流派纷呈,学术繁荣,江苏居民普遍对中医药关注度较高。特别是近年来,在江苏省卫生健康委员会、江苏省中医药管理局领导下,江苏省中医药发展研究中心、江苏省中医药系统学会及全省各级中医、中西医结合医疗机构组织了丰富多彩的中医药养生保健、文化、适宜技术宣教活动,进乡村、进社区,进基层、入企业,进校园、入机关,宣传中医药健康知识,传播中医药健康理念,引导民众了解中医药、支持中医药、使用中医药,江苏居民中医药健康素养得到大力提升,中医药健康养生文化深入人心,也深度融入老年群体日常生活。广州日报数据显示,江苏省“中医药文化影响力指数”位列全国第4名。例如甲天下的吴门医派,坚守动静结合、药食同源的养生原则,形成修养结合的中医康养理论;百岁国医大师干祖望,对养生有非常独到的见解,自创了养生八字诀:童心、蚁食、龟欲、猴行;孟河医派代表性人物朱良春国医大师提出16字养生之道:生活规律,情绪乐观,适量运动,饮食合理。

3.4 中医药服务体系完善 “十三五”末,江苏省拥有中医类医疗机构2689个,中医医院(含中西医结合医院)197所,其中三级44所、二级63所。中医

实有床位68 988张,中医医院房屋建筑面积529.98万平方米。三级综合医院100%建有中医科,建有全国综合医院中医药工作示范单位36个。自2013年起,江苏省启动基层中医药服务能力提升工程,出台《中医“治未病”工作实施方案》,通过建立各类医联体,让基层也能享受三甲中医医院资源,目前已建立起省、市、县、乡、村5级中医药服务体系^[13]。2020年底,江苏省建成了1591个基层中医馆,实现了乡镇卫生院和社区卫生服务中心中医馆建设的全覆盖。“十四五”期间,省委省政府加大对基层中医药服务能力建设的支持,把中医馆建设列为全省的重点民生项目^[14],积极打造星级中医馆,不断提高基层中医馆的品牌质量,更好地满足老百姓“方便看中医、放心吃中药”的需求。

3.5 中医养老独具特色 作为国家中医药管理局认定的全国唯一中医药服务模式创新试点省份,江苏省积极探索中医药健康养老服务模式,强化中医养老政策引导,增加资金投入力度,鼓励社会力量积极参与,构建具有中医药特色健康养老服务体系。目前江苏省中医药健康养老主流模式有4种:合作共建类、签约服务类、医院直接举办类、社会资本举办类。合作共建类即中医类医院与养老机构合作共同建立康养机构,能够设置转诊绿色通道,提供公益正统的养老服务。签约服务类即中医类医院根据养老机构的需求,有针对性地提供中医特色技术、健康咨询、养生指导等签约服务。医院直接举办类即中医类医院举办养老机构,能够满足老年人对中医医疗和中医康复服务的需求。社会资本举办类即中医类医院参与到社会资本举办的养老机构中,为老年康养提供高端定制中医药服务。

同时,江苏省准确把握中医药产业发展动态,紧扣市场需求,扎实推进中医药产业全链条建设,着力发展现代中药工业和中医药健康服务业,积极探索发展中医药文化健康旅游。如泰州市作为全省唯一获批的国家中医药综合改革试验区,大力推进体制机制创新,联合卫生、文化、旅游、医保等多部门,积极探索“医、药、食、养、游”融合发展新模式,认定扬子江龙凤堂中医药健康旅游示范基地等14家泰州市中医药健康旅游示范基地,开展“养生旅游季”等大型活动。又如江苏句容茅山康缘养生谷为全国首批中医药健康旅游示范基地,是江苏省重点投资项目、江苏省重点旅游项目、国家重点旅游项目,总占地面积约3000亩。中医药旅游板块为康缘养生谷规划的文化核心,由中医药文化园、航空飞行营地

以及养生酒店组成,总占地面积约600亩,建设集中医药科普体验、中医药文化主题游乐、康疗养生、度假休闲等功能于一体的综合性中医药健康旅游养生园^[15]。这些中医药康养旅游项目,均以中医药文化为核心,以养生游乐为特色,适合各层次人群,大力宣传普及中医药知识,开发中医药特色产品,让人民群众特别是老年人群既能享受养老服务,也能体会旅游快乐,还能学习中医养生知识,真正实现身体心灵双健康,尽情享受老年健康生活。

4 结语

综上所述,我国老年人口规模庞大,老龄化进程增速明显,国家大力实施积极应对人口老龄化战略,出台一系列政策法规,支持各地积极探索具有鲜明中国特色的健康养老服务模式,中医药作为最具中国特色的文化、医疗、保健资源,必将成为健康养老服务的新突破点。江苏是全国老龄化程度最高的省份,也是经济最发达的省份之一,健康养老服务行业需求旺盛,全省居民中医药文化素养高,中医药服务体系完善,中医药参与健康养老服务基础稳定,前景广阔。一直以来,江苏认真贯彻落实国家健康养老战略,积极应对老龄化趋势,不断推动体制机制创新,大力发展中医药养生保健服务、中医药医疗服务、中医药健康养老服务,探索出4种主流的中医药健康养老服务模式,同时积极推进中医药健康产业延伸至养老产业各领域,探索出“中医+养老+旅游+休闲”深度融合发展新模式,为全国中医药健康养老服务模式提供了江苏样板。

中医药参与健康养老服务,是中国积极应对老龄化、破解健康养老服务难题的重大战略选择,是最具中国特色的健康养老服务模式选择。但也面临着中医药参与健康养老的功能定位不明确、服务和管理的标准规范不完善、专业人才缺乏等困境,建议进一步强化政府主导地位,加强顶层设计,推进中医药参与健康养老服务的制度化、规范化建设;进一步完善和落实对中医药参与健康养老服务的政策支持,加大医保、税务、金融、保险等方面向中医药参与健康养老服务的政策倾斜;进一步加快中医药类健康养老服务专业人才培养,支持相关院校按规定增设中医药健康养老服务相关专业以培养高级人才,同时支持通过其他教育形式培训专业技能人才。新时代呼唤新作为,新征程展现新担当。中医药参与健康养老服务需求广泛,前景广阔,必将为积极应对老龄化、加快推进健康中国建设贡献中医药智慧。

参考文献

- [1] 金卫东.第七次全国人口普查结果分析与解读[J].教学考试,2022(27):21.
- [2] 唐心恬,张翠翠,菅广峰.我国老年人中医药健康管理研究[J].科技智囊,2021(10):64.
- [3] 国家卫生健康委员会规划发展与信息化司.2021年我国卫生健康事业发展统计公报[J].中国病毒病杂志,2022,12(5):321.
- [4] 杨彦帆.提供优质医养结合服务[N].人民日报,2022-11-04(18).
- [5] 晏国文,曹学平.积极应对人口老龄化养老产业大有可为[N].中国经营报,2022-10-24(C08).
- [6] 李琦,吴宪.我国中医药健康养老服务模式的实践成果、面临挑战及优化对策[J].老年医学研究,2021,2(2):32.
- [7] 单峰,黄璐琦,郭娟,等.药食同源的历史和发展概况[J].生命科学,2015,27(8):1061.
- [8] 王一然,王怡超,陈泽宇,等.中医药在常见恶性肿瘤巩固和维持治疗中的研究进展[J].癌症进展,2022,20(10):981.
- [9] 周根娟.中医药在慢性心脑血管疾病防控中应用的现状分析及管理建议[J].中医药管理杂志,2022,30(19):160.
- [10] 王丽颖,刘兴方,刘孟宇,等.高血压病中医诊疗指南释义[J].中华中医药杂志,2015,30(10):3577.
- [11] 江苏省统计局,国家统计局江苏调查总队.2021年江苏省国民经济和社会发展统计公报[J].江苏省人民政府公报,2022(5):44.
- [12] 本刊编辑部.民政部与江苏省政府加强养老服务高层次专业化人才培养项目会商协作机制第一次会议召开,研究推进南京中医药大学养老服务与管理学院建设[J].社会福利,2021(11):62.
- [13] 薛原.江苏省中医药健康养老产业融合发展探讨[J].亚太传统医药,2021,17(11):8.
- [14] 任晓波,刘士胤.打造“星级”中医馆 擦亮基层中医药服务金字招牌[J].中国农村卫生,2022,14(8):49.
- [15] 谷阳,张雪.后疫情时代中医药健康旅游的发展和对策分析[J].经济师,2021(5):135.

第一作者:黄亚博(1960—),男,江苏省名中医,江苏省中医药学会、中西医结合学会副会长兼秘书长,《江苏中医药》杂志主编。jstcm@vip.163.com

收稿日期:2022-12-01

编辑:吴 宁