

老有所养

医诊新界

# 给失能老人 洗个澡

韩秉志

吃饭、洗澡、剪指甲,这些一般人觉得稀松平常的事儿,对高龄老人来说未必那么容易。如果老人存在失能、失智等情况,那日常的生活护理就更难了。

前不久,笔者就遇到了一户为此发愁的人家。家住北京市西城区的84岁老人郭文兰已经瘫痪卧床多年,腿部活动不便,起居出行都要靠轮椅。作为家中独子,师扶京多年来独自承担照料老母亲的重任,现在倍觉“压力山大”。

“虽说亲戚可以轮流值班照料老人,但他们大多数已经退休,身体也都不太好。如果请个保姆,一个月花费四五千元钱不说,最大的问题是对老人的生活护理不够专业。”师扶京说。

比如,大多数人自己洗个澡,十几分钟搞定。但对长期卧床的失能老人来说,由于身体活动受限,洗澡都变成了奢侈。老人家里的卫生间很小,洗澡全靠一张小板凳,洗起来不方便不说,还容易滑倒。尤其到了冬天,有的时候洗着洗着水就凉了,老人很容易感冒。

不过,这个让师扶京一筹莫展的难题,最近终于有了破解的希望。原来,西城区实施了一项给失能老人发放居家照护服务补贴的新政策。凡是符合条件的中、重度失能老年人,每月能获得最高400元的居家照护服务补贴。补贴对象通过非现金发放的形式,可享受生活照料、生活护理、送餐费补贴以及家庭医生等6类服务。

“别看这400元钱不多,却解决了大问题。”师扶京一拿到补贴,赶紧给离家不远的广外老年公寓打电话,为母亲预约了老年护理服务。占地2000多平方米的广外老年公寓是北京市西城区规模最大的民营养老院。这一天,师扶京用轮椅推着母亲来到老年公寓,一进门,就受到值班院长康延玲的热情接待,指引他们坐电梯到达二楼的淋浴间。

说起为失能老人洗澡的“讲究”,细心的护理员头头是道:“养老公寓与普通的洗浴中心相比,对老人助浴的专业性要求更高,比如要做适老化改造,配备专门的失能洗浴专用床等;洗澡前,要对老人身体状况作出评估,并且室温要求在25摄氏度以上……”由于老人下肢不能动,两个护理员调试好室温、水温,小心翼翼地帮老人扶到淋浴间的座椅上。从调试水温、换水、擦拭,整个助浴过程持续了半个多小时。

大冬天里,舒舒服服洗了个热水澡的郭文兰老人,精神状态明显好了很多,脸上露出满意的笑容,“护理员态度特别好,环境也好,我特别满意”。一旁的师扶京也不禁为护理员的服务竖起大拇指。

“阿姨,趁刚洗完澡,再给您修剪指甲吧。”助浴后,护理员又细心地为郭文兰老人修剪了脚指甲。医务室医生为她测量了血压,还特意嘱咐了在饮食起居方面要注意的事项。护理完毕。按照收费标准,为老人洗澡、剪指甲、测血压三项服务加起来需要170元。师扶京拿着北京市“社会服务通”养老助残卡一刷,很快完成了结算。

“如果老人不方便出行,我们还能提供预约上门服务。”康延玲说,为了更好地照料失能老人,广外老年公寓已经取得了定点医疗机构单位资格,住进养老机构的失能老人不仅能得到生活起居方面的悉心照料,而且可以随时在药房拿药,不用去医保定点医院排队了。目前,老年公寓药房已经引进了400余种药品,都是住院老人需要的一些常用药。

说完郭文兰老人洗澡的故事,我们再来聊聊和失能老人养老的相关政策。现在,我国80岁以上高龄老人正以每年百万的速度递增,其中失能、半失能老人的数量已经超过4000万人。老龄化形势的日益加剧,让失能及高龄群体的照料护理成了非常急迫的社会难题。为此,国家出台了相关政策,要求对有需求的失能、部分失能老年人,以机构为依托,做好康复护理服务,着力保障特殊困难老年人的健康养老服务需求。目前,各地陆续在省级层面出台了经济困难的高龄、失能等老年人补贴政策:26个省(区、市)出台了高龄津贴政策;20个省(区、市)出台了养老服务补贴政策;17个省(区、市)出台了护理补贴政策。这些政策对于健全老年人福利制度、保障养老服务资金、提升老年人生活质量,将发挥很大作用。

不仅如此,我国养老服务也正迎来发展新机遇。近日公布的《关于全面放开养老服务市场提升养老服务质量的若干意见》,明确提出到2020年,养老服务市场全面放开,养老服务和产品有效供给能力大幅提升,群众满意度显著提高等。

可以预见,随着养老服务市场的全面放开,个性化、专业化、亲情化将成为未来养老机构提高市场竞争力、提供多元化服务的必然选择,从而有望改变我国养老机构在档次上的“哑铃型”分布,实现对老年人尤其是失能老人多元化需求的满足。



84岁老人郭文兰瘫痪多年,在家洗澡很不方便。前不久,儿子用失能人居家照护服务补贴,带她去北京广外老年公寓享受了洗澡、剪指甲等多项专业服务。这是护理员在给老人剪指甲。 韩秉志摄

# 慢病管理靠“智疗”

陈静

糖尿病、高血压和呼吸道疾病等慢病管理领域最受智能医疗设备厂商青睐



贵州省糖尿病防控信息中心医生助理黄丽芳的办公电脑屏幕上,一个小铃铛每天要响30次到50次,每次铃铛响完,5分钟内黄丽芳就要拨出一个电话。“这个铃铛一响,就说明有患者一周内有3次血糖超标,或者现在的血糖值超过危险数值,我们就要打电话去询问和提醒。”黄丽芳说。

“铃铛”连接的是患者家中的智能血糖仪,每次测出的血糖数据,都会通过网络实时传递到这个信息中心,“这些结果除了患者,子女也可以在网查看,方便离家的子女关注老人的健康情况”。

这就是互联网场景下的慢病管理。数据显示,2015年中国医疗卫生费用达到39517亿元,其中包括心脑血管疾病、糖尿病等在内的慢病患者的医疗费用高达28000亿元,慢性病在我国疾病负担中所占比例超过70%。

移动医疗服务商杏树林创始人张遇升坦言,当前我国已进入慢病的高负担期,具有“患病人数多、医疗成本高、患病时间长、服务需求大”的特点,对于智能医疗硬件来说,这也意味着一片广阔的“蓝海”。

智能医疗硬件能给慢病管理带来怎样前所未有的解决方案?其中又蕴含着什么商机?

## 解决“患不知医”的痛点

今年65岁家住上海的张之逸患有高血压已经8年,她现在习惯于每天早晚使用一个手掌大小的智能血压计为自己测量血压。“如果到时间没测,就会有铃声提示,所有的数据都能实时自动记录,并且在手机上查看,每个月底还能根据这个月的血压情况,给一份‘每月小结’,提出饮食和运动建议。如果有问题,还能在线和医生讨论。”

基于智能设备的移动慢病管理是医疗健康产业互联网化发展过程中的新兴细分领域。

所谓慢病管理,是指组织慢病专业医生、药师及护理人员,为慢病患者提供全面、连续、主动的管理,以达到促进健康、延缓慢病进程、减少并发症、降低伤残率、延长寿命、提高生活质量并降低医药费用的一种科学管理模式。

在传统医疗场景下,“医不知患,患不知医”,是慢病患者在院后管理中存在的突出问题,通过智能设备、移动终端应用连接医院这种“软硬结合”的方式,能够系统地完成“测量数据—解读数据—分享数据—获

得健康”这样一个解决人体健康需求的闭环。

张阿姨的智能血压计正体现出智能设备在慢病管理中解决的几个“痛点”。用中国科学院计算技术研究所普适中心主任陈益强的话来说就是:“互联,能够实时记录和保存各项数据;互通,让医院与患者无缝连接;互懂,帮助普通人理解这些数据;互动,就是通过自动记录,告诉患者遇到这种情况该怎么办。”

从患者端来看,解决了这些“痛点”,就让病人有动力并养成习惯,及时定点测量自己的身体健康数据,从而有助于医生更精确地了解患者的身体情况。

“传统场景下,通常患者看病时是由患者本人主述,医生根据患者的描述凭借经验判断。患者由于缺少专业医学知识,对病情的描述可能存在偏差,医生如果经验不足,就很容易造成为患者出具的治疗管理方案不够精准,影响慢病控制效果。”智能肺功能仪生产厂家哮喘呼吸创始人唐武说,“因此,数据获取是第一步”。

从目前的应用看,在糖尿病、高血压和呼吸道疾病等几个最受智能医疗设备厂商青睐的慢病管理领域,数据获得都取得了不错的效果。在贵州,6个市、县加入了由腾讯提供智能

医疗硬件“糖大夫”血糖仪及大数据分析技术为后盾的“贵州慢性病防控计划”试点,参与“互联网慢病管理”的患者已超过1万人,人均测量血糖次数达到6.5次/月,整体血糖达标率提升至56%。

## 大数据带来新模式

有了数据,接下来怎么办?或者说,智能医疗硬件中蕴含的是怎样的商业逻辑?

来自市场研究机构艾瑞的数据显示,尽管2016年医疗健康智能硬件市场规模增长迅速,有近10亿元的市场规模,其中以智能秤、智能血糖仪增长为主,但目前用户量也仅有1%。智能设备厂商对慢病管理的热衷,其实正来自于慢病患者产生的规律性健康数据所带来的连接、互动和黏性。

此前,移动健康医疗应用往往只选择轻医疗、轻技术领域,比如切入门槛相对较低的健康保健和寻医诊疗两个市场,但实践已经证明,不解决患者“痛点”和“刚需”的产品难以建立盈利模式。

慢病管理“跑”起来后,可以由此拉动保险、制药、设备等企业一起参与,蕴含着多种多样的商业机会。

数据产生的价值正是这样的商业机会。对于设备厂商来说,可以基于大数据样本和软件服务收取服务费用,向用户端收取健康管理服务费用;更重要的是,可以作为医疗行业的数据采集方,为包括医院、药企和保险等医疗健康机构提供数据监测服务。

比如,互联网保险公司众安保险就依托智能血糖仪“糖小贝2.0”推出了控糖保障保险,在其奖励机制中规定,糖尿病患者每天测量血糖,如果测量结果在正常范围内,则保额“奖励”200元,如果每周测量小于1次,则将扣减200元的保额。

目前,大数据医疗服务商蓝信康正在探索通过智能设备与药店一起参与慢病管理:可以根据病人的身体状况有针对性的药品推送,比如发现患者在一段时期内餐后血糖高,药师就可以推送餐后血糖的控制药物和血糖试纸的销售。这就是精准营销产生的价值。

不过,慢病管理领域中的智能医疗硬件发展也面临着不少挑战。艾瑞在其分析报告中表示,设备厂商至少要解决两个问题,一是慢病管理针对的主要是高龄网民,如何提升他们对智能产品的认知,让他们能够方便地用起来是需要重点解决的问题;二是对用户的建议和与用户的互动需切实有效,因此能否完善大数据算法,是未来影响行业发展的重要因素。

# 候鸟式养老不妨一试

端然

个月,下个月准备回国去西双版纳,顺路把云南好看好玩的地方走一走,等到春暖花开再回东北老家。

要问他们为何如此钟情候鸟式养老,原因也很简单。一是儿女远在国外,现在孙子和孙女也都长大上学了,家里没有太多的事了;二是老两口身体也还硬朗,手头也还宽裕,趁着现在的好时候,多出来走走,看看以前去不了“远方”;三是在东北过冬确实没啥意思,天寒地冻又加上雾霾,不如到温暖干净的南方,对身体也好。

不过,最关键的原因正是他们的观念。大姑和大姑父年轻时就很爱旅游,带着子女走过很多名山大川,前些年为照顾孙子孙女,半年出一趟国,坐越洋飞机十几个小时也吃得消,还劲头十足地从零开始学英语。勇于尝试新事物、乐于适应新生活的他们,接受起新型的候鸟养老模式,自然不是什么难事。

在我们身边,候鸟式养老的老年人确实越来越多。他们大多身体状况较好,有着较为充裕的积蓄和较强的消费

健康漫笔

候鸟养老的老人们大多身体状况较好,有着较为充裕的积蓄和较强的消费能力,希望通过旅游提升晚年的生活质量。候鸟式养老现象的出现和火热,折射出人们收入水平的提高和消费观念的转变,也开启了养老服务的一个新业态

冬天去海南“猫冬”,夏天去东北避暑,不再每日为儿孙忙碌;或老两口自由行,或约上三五老友,租上一间公寓落脚,有时逛逛著名景点,有时买菜做饭悄然融入当地人的生活……这种颇为惬意的养老方式,正在成为当下不少老年人的新选择。

我的大姑和大姑父就是候鸟式养老群体中的一员。年近70的老两口这些年走的地方可不少:大约4年前第一次去三亚,温暖的气候、干净的海水和青翠的植被给他们留下了不错的印象,于是第二年叫上弟弟和弟妹4个人组团又去了,看看呀诺达热带森林公

园、在海边游游泳钓鱼,再从菜市场买点当地特色的鱼虾……日子过得有滋有味。这次,他们候鸟的时间从10月份一直延续到来年的4月份。

去年一入冬,总想出去看看的大姑和大姑父干脆“候鸟”到了泰国清迈。“听说清迈的气候很好,吃住行比三亚还便宜,还有不少中国人来。我们喜欢看看不同的地方。”充满好奇心的老两口还经常在朋友圈现场直播清迈当地的特色水果、寺庙建筑以及有趣的街景小物……让远方惦念他们的子女和亲朋们赞叹不已。很是玩得转的老两口,已经在清迈住了快一