

浅析国内外老年人健康管理

齐美苓

(山东大学 山东 济南 250061)

[摘要] 老龄化不仅速度快而且规模大, 如何解决日益增长的老龄人口健康问题是一项重大挑战, 老年人健康是国家老龄化研究性的重要指标。本文主要从老年人健康管理的综合策略、老年人心理、生活方式、就医途径多个方面探讨适合老年人健康发展的需求; 从国内外老年人健康体系的不同等方面, 入手分析健康管理在国内外的发展。

[关键词] 国内外 老年人 健康管理

[中图分类号] R193 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1009-5349 (2014) 01-0017-01

在日益增长的医疗费用支出的社会背景下, 为了平衡不断增长的医疗支出和一定的医疗资源之间的矛盾, 美国首先提出健康管理的概念。我国对健康管理的实施较落后, 在健康城市建设的号召下, 苏州市通过长期的实践, 在政府和民间社团的合作中摸索出一套适合全民、有利于老年人健康发展的健康管理方案, 在健康指标和需求满足的情况下推进中老年人健康行为的形成, 延长中国老龄化人口年龄下限。

一、老年人健康管理综合策略

1. 心理健康管理。心理健康是老年人健康标准的重要指标, 目前老年人失落感、恐惧感、孤独感、自卑感等, 都是由于老人自身逐渐衰老, 情绪变化频繁, 从工作到退休, 老年人角色发生变化, 心理上难免会产生失落感。另外, 老年人生活独立, 儿女因为工作和自己的生活原因时常不陪在身边, 老年人内心的空虚感导致心理健康问题, 最终引发身体机能障碍。

2. 生活方式管理。健康的生活方式是影响老年人寿命增长的重要指标。老年人慢性病和心理问题与老年人生活方式紧密相连, 健康的生活方式可以消除或减少不良情绪和疾病的发生率。生活方式管理是通过改善老年人健康生活习惯以及健康促进技术, 来保护人们远离不良行为。健康的生活方式包括充足的睡眠、注意饮食、寻求新知、适当运动获得身心健康。

3. 慢性病、多发病的管理。老年人慢性病主要有高血压、高血糖、高血脂、白内障、老年痴呆、冠心病等。针对老年人健康状况逐渐下降, 老年人亚健康、老年人慢性病数量的增多, 对老年人慢性多发病的管理尤为重要。对老年人实施健康管理的宗旨是调动老年人的生活积极性, 合理利用有效的资源来达到健康的效果。

4. 建立健康档案。健康档案是一种详细记录老年人身体机能变化以及现存主要健康问题的记录, 具体内容主要包括个人的生活习惯、运动与饮食习惯、职业病危害因素接触史、健康状况评定、生活自理能力评定、过敏史、住院治疗、用药情况、老年人慢性病史、健康教育与咨询史、诊断治疗情况、是否通过乡镇医院进行健康体检、家庭病史及历次体检结果等。

5. 建立健康管理信息平台。健康管理信息平台是在建立健康档案的基础上, 在知识传递迅速的网络时代, 健康信息可以供全民使用、随时查询。信息平台的功能包括: (1) 网上进行健康体检预约登记; (2) 网上查询健康档案; (3) 网上生活习惯调查和评估; (4) 网上查询保健计划; (5) 网上随访干预指导; (6) 网上健康教育咨询。

6. 建立老年人就医特殊通道。老年人行动不方便、大脑反应迟缓, 在没有家人陪同的情况下, 从社区卫生服务机构

到大型医院, 老年人都应享受特殊待遇和服务, 减少老年人就医的繁琐程序, 满足老年人就医的生理和身体需求。可保证老年人能够方便、及时地就医, 防止老年人在就医的过程中发生意外和造成重大事故。

二、中国老年健康管理保障体系

我国的老年健康服务机构以社区卫生服务机构为主, 老年健康管理服务人员以社区护士等卫生技术人员为主。但是, 我国老年健康管理体制还存在不足: 我国尚未建立完善的老年人保障和福利体系; 老年人相关政策法规建设缺少配套; 老年人社会保障和福利并未完全落到实处, 存在执行难的问题; 卫生资源配置不合理, 卫生资源过度集中于大中型公立医院。不足的老年人健康管理体制不能适应老年人的需要, 因为老年人行动迟缓、适应环境能力差, 在没有家人陪同的情况下, 需要特殊的医疗服务和便捷的服务。

目前, 各地政府已经加大了对社区等基层卫生服务机构的投入力度, 老年人健康管理体制要遵循政府政策为主, 社会服务组织为辅的方针, 将政策付诸行动, 行之有效的法规, 逐渐建立起城乡结合的医疗保险、护理保险、医疗救护。在城市老年健康管理实施的过程中, 加大农村老年健康保障服务政策。

三、国外老年健康管理保障体系

随着经济体制和政府机制的变化, 社会性组织和社会性医疗是发达国家老年人的主要健康管理手段, 政府在老年健康方面有着不可或缺的地位。在市场化社会背景下, 医疗保健体系也是市场化运作。发达国家在健康管理中, 保险行业最初应用于健康管理, 老年人医疗费用在保险行业的支持和帮助下, 健康管理组织为老年人医疗费用支付机构提供一定的报酬, 减少他们的医疗收费标准。

民间组织广泛参与老年健康服务体系。此外, 各种各样的民间志愿者组织也积极参与老年照顾, 社会体育指导员在志愿者工作中学以致用, 合理的理论与实践相结合巩固了在学校学习的专业知识, 也能增强自己的社会实践能力, 社会互助十分普遍。

【参考文献】

[1] 吴海云. 浅谈老年人健康管理[J]. 中国健康管理学杂志, 2008, 2(5).

[2] 纪京平, 屈建国. 健康管理信息支持体系功能设计探讨[J]. 中国数字医学, 2008, 3(9).

责任编辑: 武聪

齐美苓 (1988-), 女, 山东淄博人, 山东大学体育学院体育教学训练学专业2010级研究生。