

老龄化背景下农村老年人健康管理困境及解决措施研究

叶舒婷

南京林业大学人文社会科学学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年10月9日; 录用日期: 2024年11月29日; 发布日期: 2024年12月10日

摘 要

随着城市化进程的加速和人口流动的加剧, 农村地区的老龄化问题日益凸显, 给农村社会的稳定和发展带来了不小的挑战。截至2023年年底, 全国60周岁及以上老年人口已达29,697万人, 占总人口的21.1%。2024年中国60岁及以上老年人口将超过3亿人, 占总人口的比例继续上升。农村老年人的健康问题已成为亟待解决的重要议题。本文探讨了农村老年人健康管理面临的困境与挑战, 包括经济压力大、医疗资源匮乏、健康意识和知识水平不足、家庭和社会支持缺失以及数字化健康管理服务带来的挑战。针对这些问题, 提出了相应的解决措施及对策, 包括构建多元化的农村老年保障体系、优化农村医疗资源配置、提升农村老年人的健康意识与知识水平、强化家庭与社会支持以及克服数字化健康管理服务挑战。通过完善农村老年人的经济保障、提升基层医疗服务能力、加强健康教育、完善养老服务体系以及加强网络基础设施建设和信息技术普及等措施, 旨在提升农村老年人的健康福祉和生活质量。

关键词

老龄化, 健康管理, 养老服务

Study on the Dilemmas of Health Management for Rural Elderly People in the Context of Aging Population and Solutions

Shuting Ye

Faculty of Humanities and Social Sciences, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Oct. 9th, 2024; accepted: Nov. 29th, 2024; published: Dec. 10th, 2024

Abstract

With the acceleration of urbanization and the intensification of population migration, the aging problem in rural areas has become increasingly prominent, posing a considerable challenge to the stability and development of rural society. By the end of 2023, the number of people aged 60 or above in China had reached 296.97 million, accounting for 21.1% of the total population. In 2024, the number of people aged 60 or above in China will exceed 300 million, with the proportion of the elderly in the population continuing to rise. The health problems of rural elderly people have become an urgent issue that needs to be addressed. This study discusses the dilemmas and challenges facing the health management of rural elderly, including high economic pressure, lack of medical resources, insufficient health awareness and knowledge, lack of family and social support, and the challenges posed by digital health management services. In response to these problems, corresponding solutions and countermeasures are proposed, including building a diversified rural elderly security system, optimizing the allocation of rural medical resources, enhancing the health awareness and knowledge level of rural elderly, strengthening family and social support, and overcoming the challenges of digital health management services. By improving the economic security of the rural elderly, upgrading the capacity of primary medical services, strengthening health education, improving the elderly service system, and strengthening the construction of network infrastructures and the popularization of information technology, the aim is to enhance the health, well-being and quality of life of the rural elderly.

Keywords

Aging, Health Management, Elderly Care Services

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着全球人口老龄化的不断加剧，老年人口的健康管理问题已经成为一个亟待解决的社会问题。特别是在中国，由于城乡发展不平衡，农村老年人在健康管理方面面临着更为严峻的困境。近年来，随着农村青壮年劳动力的外流，农村地区的老年人口比例不断上升，他们的健康问题也日益凸显。然而，由于农村地区的医疗资源相对匮乏，医疗服务水平不高，以及老年人的健康意识和自我保健能力较弱，导致农村老年人在健康管理方面面临着诸多挑战。这些问题不仅影响了老年人的生活质量，也给家庭和社会带来了沉重的负担。

因此，研究老龄化背景下农村老年人健康管理的困境及解决措施具有重要的现实意义。本文将从多个角度对农村老年人健康管理的困境进行深入分析，并结合实际情况提出切实可行的解决措施。希望通过本文的研究，能够为相关部门制定政策、改善农村老年人健康状况提供有益的参考。

2. 农村老年人健康管理的概念

农村老年人健康管理的内涵是一个综合性的概念，它涵盖了多个方面，包括提高农村老年人的生活质量，预防和控制慢性疾病，以及促进他们的身心健康等。通过询问、体检和相关检查，收集老年人的基本信息，如个人史、家族史、生活方式等[1]。综合分析老年人的健康信息，评估其身体状况，这包括生理功能评估、心理健康评估以及社会适应能力评估等[2]。根据评估结果，可以确定老年人的健康状况

等级,如良好、一般、较差等,从而制定个性化的健康管理计划。定期为老年人进行全面的身体检查,如测量身高、体重、血压、血糖、血脂等,进行心肺听诊、腹部触诊等体格检查,以及血常规、尿常规、肝功能、肾功能、心电图、腹部超声等辅助检查。这些检查有助于及时发现潜在的健康问题,如高血压、糖尿病、冠心病等;对已经确诊的慢性病患者,如高血压、糖尿病等,进行持续的病情监测和健康管理。这包括定期随访、病情评估等,以确保疾病得到有效控制。向老年人普及健康知识,包括常见疾病的预防、合理饮食、适量运动等方面。通过讲座、宣传册、面对面指导等方式,提高老年人的健康意识和自我保健能力;根据老年人的健康状况和评估结果,制定个性化的健康指导方案,帮助老年人改善生活习惯,提高生活质量。对患有慢性疾病的老年人,提供疾病管理指导,如药物治疗、定期复查等。同时,关注老年人的用药安全,避免药物不良反应的发生;对于有康复需求的老年人,如中风后康复、骨折术后康复等,提供康复训练指导,帮助老年人恢复身体功能,提高生活自理能力。鼓励家庭成员和社会各界参与老年人的健康管理,为老年人提供更多的关爱和照料。同时,建立老年人互助组织,促进老年人之间的交流与互助;关注老年人的心理健康状况,提供心理咨询和心理干预服务。通过心理疏导、情感支持等方式,帮助老年人缓解心理压力和孤独感,提高他们的幸福感。

3. 农村老年人健康管理的必要性和作用

3.1. 农村老年人健康管理能够改善社会经济影响

老年人的健康问题往往给家庭带来很大的照顾负担。健康管理可以通过早期发现、预防和治疗疾病,有效减少农村老年人的医疗费用支出。当老年人保持健康状态时,他们因疾病导致的医疗费用会大大降低,从而减轻家庭的经济负担。这不仅有助于家庭经济的稳定,还能使家庭成员将更多的精力和资源投入到生产活动中,促进家庭收入的增加。在农村地区,许多年轻劳动力外出打工,留下老年人独自在家。通过健康管理,老年人的身体素质得到提高,就能够更好地参与家庭劳动和农业生产,提高劳动效率,这也有助于增加农村家庭的收入,提升农村地区的经济发展水平。随着农村老年人健康管理需求的增加,政府会加大对农村医疗卫生资源的投入,优化医疗资源配置,提高基层医疗服务水平,将推动相关健康产业的发展[3],如健康咨询、康复护理、健康食品等,政府、企业和社会组织也可以联手建设适用的养老机构,提供优质的长期照护服务。这将为农村老年人提供更多的养老选择,同时促进农村养老产业的繁荣和发展,为农村地区创造更多的就业机会和经济增长点。这不仅有助于满足农村老年人的健康需求,还能提升整个农村地区的医疗卫生服务水平,为农村地区的可持续发展提供有力保障[4]。

3.2. 农村老年人健康管理能够更好地应对老龄化挑战

随着农村人口老龄化的加剧,老年人口比例不断上升,他们的健康问题日益凸显。健康管理能够显著提升农村老年人的身体健康水平。通过定期的体检、健康评估以及针对性的健康指导和干预,老年人可以及时发现并处理潜在的健康问题,有效预防和控制慢性疾病的发生和发展。这不仅延长了老年人的寿命,更提高了他们的生活质量,使他们能够享受更加健康、充实的晚年生活。健康管理也促进了农村医疗卫生资源的优化配置。在农村地区,医疗卫生资源相对有限的地区,通过健康管理,可以更加精准地识别老年人的健康需求,合理配置医疗资源,提高基层医疗服务水平。这不仅提升了老年人的就医体验,也增强了农村医疗卫生体系的整体效能。健康管理还推动了农村养老模式的创新与发展。随着老龄化的深入,传统的养老模式已难以满足老年人的多元化需求。健康管理为智慧养老、居家养老等新型养老模式提供了有力支撑,通过科技手段为老年人提供更加便捷、个性化的健康管理服务,满足了他们的健康需求和生活品质追求。健康管理有助于增强农村社会的稳定性和凝聚力。健康的老年人能够更好地融入社会,参与社会活动,与年轻人形成良性互动,共同推动农村社会的和谐发展。

4. 农村老年人健康管理面临的困境和挑战

4.1. 老年人有限收入难承生活与医疗双重重压

农村老年人大多依靠养老金、子女供养或劳动收入来维持生活,但这些收入来源往往有限且不稳定。随着物价水平的不断上涨,老年人的生活成本逐年增加,这种经济压力不仅影响了他们的生活质量,还直接限制了他们在健康管理方面的投入。随着年龄的增长,老年人身体的各项机能逐渐衰退,免疫力降低,因此更容易患上各种疾病。这些疾病可能包括高血压、糖尿病、关节炎等慢性病,也可能涉及心脑血管、呼吸系统等重大疾病。这些疾病往往需要长期的医疗照顾和护理,包括药物治疗、定期检查、康复训练等。然而,高昂的医疗费用成为了农村老年人难以承受的负担。他们中的许多人可能没有足够的积蓄来支付医疗费用,而养老金和子女供养的收入又往往无法满足这些需求。在面对疾病时,许多老年人不得不选择拖延治疗或放弃治疗,这不仅加剧了他们的病情,还可能导致更严重的后果,如残疾、丧失生活自理能力等。

4.2. 医疗资源匮乏、基层医疗机构服务能力不足

相较于城市地区,农村地区的医疗设施明显滞后,不仅在硬件设备上存在差距,医疗技术和医疗人员的专业水平也相对落后[5]。同时,农村地区的医疗人员面临着工资待遇偏低的问题,这使得医疗岗位对优秀人才的吸引力不足[6]。许多有志于医疗事业的年轻人因为薪资和职业发展前景的考虑,选择前往城市地区发展,导致农村地区医疗人才严重流失。这种人才流失不仅加剧了医疗资源的匮乏,也影响了医疗服务的整体质量,这使得农村老年人在获取高质量医疗服务方面面临困难。在一些偏远农村地区,医疗资源的匮乏程度更为严重。老年人在就医时往往需要长途跋涉,这不仅增加了他们的就医成本,包括交通费用、住宿费用等,还可能导致他们在就医过程中遇到诸多不便和风险。长途跋涉对老年人的身体状况也是一大考验,这不仅增加了他们的就医成本,也影响了他们的健康管理水平。

4.3. 老年人健康意识和知识水平不足

部分农村老年人对健康管理的重要性认识不足,他们倾向于依赖传统的养生方法和经验,这些方法虽然在一定程度上体现了人们对健康的朴素追求,但往往缺乏科学依据,且未能充分融入现代医疗知识和健康管理理念。由于多种原因,农村老年人的教育程度普遍不高,这直接限制了他们获取和理解健康信息的能力。他们中的许多人可能从未接受过系统的健康教育,对于现代医疗知识、疾病预防策略以及健康管理的科学方法了解不多。此外,老年人信息获取渠道很局限,相较于城市地区,农村地区的信息传播速度较慢,且覆盖面有限。老年人们可能无法通过电视、互联网等及时获取最新的健康资讯和医疗信息,他们更多地依赖于口耳相传或村内的传统习俗,而这些信息往往缺乏准确性和时效性。这种对健康知识的了解不足,进一步影响了农村老年人与医疗系统的有效沟通。在面对医生的诊断和治疗建议时,他们可能由于理解能力的限制或信息的误解,而无法充分理解并遵从医嘱。这不仅可能导致治疗效果不佳,还可能因为错误的自我管理方式而加剧病情。

4.4. 家庭和社会支持不足

随着城市化进程的加速推进,农村地区的劳动力持续外流,越来越多的年轻人为了追求更好的就业机会和生活条件,选择离开家乡前往城市务工。这一趋势导致农村出现了大量的留守老人,他们不仅在经济上可能面临一定的困难,更重要的是在情感上缺乏子女的陪伴和日常照顾。当这些老年人在健康方面遇到问题时,由于身边缺乏亲人的直接关怀和支持,他们往往会感到深深的孤独和无助。与城市地区养老服务和社会保障体系相比,农村地区还存在明显的不足。在面临健康挑战时,农村老年人可能难以

获得及时、有效的医疗服务。由于医疗资源的匮乏和分布不均，他们可能需要长途跋涉才能到达最近的医疗机构，而即使到了医院，也可能因为医疗服务的有限性而面临排队等候、检查项目不全等问题。此外，农村地区的养老服务设施也相对匮乏，缺乏专业的养老护理人员和机构来提供全面的照顾和护理。这种社会支持和服务体系的缺失，不仅加剧了农村老年人在健康方面的困境，也影响了他们的生活质量和幸福感。

4.5. 数字化健康管理服务带来的挑战

许多农村老年人缺乏使用智能手机、电脑等数字设备的能力和经验。他们可能从未接触过这些现代科技产品，或者也仅限于非常基础的操作。因此，当数字化健康管理服务成为主流趋势时，他们往往感到无所适从，无法有效地利用这些工具来管理自己的健康状况。数字化健康管理服务在农村地区的覆盖范围仍然有限。尽管近年来政府和社会各界都在积极推动数字医疗和健康管理的发展，但由于农村地区的经济基础相对薄弱，网络基础设施和信息技术应用水平相对滞后，导致许多数字化服务难以深入农村地区。这使得农村老年人在获取健康信息和医疗服务时仍然面临着较大的困难。更为关键的是，即使数字化健康管理服务在农村地区有所普及，但由于缺乏专业的指导和培训，农村老年人往往无法充分利用这些服务。他们可能不知道如何通过互联网查找可靠的健康信息，如何与医生进行在线沟通，或者如何利用数字化工具来监测和管理自己的健康状况。这种知识和技能上的缺失，使得数字化健康管理服务在农村地区的实际效果大打折扣。

5. 农村老年人健康管理的解决措施及对策

5.1. 构建多元化农村老年保障体系，应对经济挑战

政府应完善农村居民的基本养老保险制度，逐步增加农村老年人的养老金发放标准，确保农村老年人的基本生活需求。探索建立养老金增长机制，以抵御通货膨胀的影响。鼓励农村老年人参与力所能及的劳动，增加农村地区劳动力的供给，如农业种植、手工艺制作等，支持农村老年人发展副业或小微创业项目，提供必要的资金和技术支持，以此提高农村老年人的收入水平。加强农村社会保障体系建设，确保农村老年人能够享受到养老保险、医疗保险等社会保障福利。探索建立农村老年人医疗救助制度，政府应提供经济援助，如给予农村老年人生活补贴、医疗补助等，减轻他们的经济负担。

5.2. 优化农村医疗资源配置，提升基层医疗服务能力

政府应加大对农村医疗设施的投资力度，提升硬件设备水平，同时引进先进的医疗技术，提高基层医疗机构的诊疗能力。改善农村医疗人员的工资待遇，吸引和留住优秀人才。政府可以出台相关政策，如提高农村医疗人员的薪资水平、提供住房补贴、职业发展机会等，以增强医疗岗位对年轻人的吸引力。同时，可以建立农村医疗人才激励机制，对表现优秀的医疗人员进行表彰和奖励，激发他们的工作积极性和创造力。应加强农村医疗服务的网络建设，这包括推动城市优质医疗资源向农村地区延伸，建立城乡医疗协作机制，以及发展远程医疗和互联网医疗等新型医疗服务模式，让农村老年人能够更加方便地获取高质量的医疗服务。政府还应加大对偏远农村地区的医疗支持力度，通过设立专项基金、提供医疗援助等方式，帮助这些地区改善医疗条件，提高医疗服务水平。同时，可以建立农村老年人就医绿色通道，为他们提供优先就诊、优先住院等便利服务，减轻他们的就医负担。

5.3. 提升农村老年人健康意识与知识水平，促进健康管理

政府和社会各界应加大对农村健康教育的投入^[7]，特别是针对老年人的健康教育。通过组织健康讲

座、发放健康宣传资料、开展健康知识竞赛等形式多样的活动，向农村老年人普及健康知识，提高他们的健康意识。同时，可以邀请医疗专家、营养师等专业人士，为他们提供科学的养生方法和健康指导，帮助他们树立正确的健康观念，摒弃传统的、缺乏科学依据的养生方法。加强农村地区的健康信息传播，拓宽老年人的信息获取渠道。政府可以推动建立农村健康信息平台，利用互联网、手机短信等现代通信技术，定期向老年人发送健康资讯和医疗信息，让他们能够及时了解到最新的健康知识和医疗动态。同时，可以鼓励和支持农村地区建立健康图书角、健康宣传栏等，为老年人提供更多的健康学习资源和信息获取途径。还需关注农村老年人的教育程度问题，通过提高他们的文化素养，来增强他们获取和理解健康信息的能力。政府可以开展面向农村老年人的扫盲教育和继续教育项目，为他们提供基础的文化知识和技能培训[8]，帮助他们更好地适应现代社会的发展，提高健康素养。

5.4. 强化家庭与社会支持，提升农村老年人健康福祉

要增强家庭的情感纽带作用，鼓励和支持外出务工的年轻人与留守老人保持密切联系，通过电话、视频等方式定期沟通，分享生活点滴，给予情感上的慰藉和支持。同时，可以探索建立家庭责任制度，明确家庭成员在老年人健康照顾中的责任和义务，促进家庭内部的互助与合作。要完善农村地区的养老服务体系和社会保障体系，为老年人提供更加全面、便捷的健康服务。可以建立老年人健康互助组织，鼓励老年人之间互相照顾、互相支持，共同应对健康挑战。同时，社区可以组织健康讲座、义诊活动等，为老年人提供健康知识和医疗服务，提高他们的健康素养和自我保护能力。此外，可以建立心理咨询热线或服务平台，为老年人提供心理咨询服务，帮助他们解决心理问题，增强心理韧性；可以组织志愿者队伍，为老年人提供陪伴和关爱服务，让他们感受到社会的温暖和关怀。

5.5. 克服数字化健康管理服务挑战，助力农村老年人健康

政府应加大对农村网络基础设施的投资力度，提升网络覆盖率和质量，确保农村老年人能够便捷地接入互联网。同时，推动信息技术在农村地区的广泛应用，提高农村老年人的信息技术素养，为他们提供必要的数字设备和技能培训，使他们能够熟悉并掌握智能手机、电脑等数字设备的基本操作。开展针对性的数字化健康管理服务培训和指导，政府和社会组织可以组织专业的培训课程，邀请医疗专家、信息技术专家等，为农村老年人提供数字化健康管理服务的操作指南和技能培训。通过现场演示、实践操作等方式，帮助他们掌握如何利用互联网查找可靠的健康信息、与医生进行在线沟通、利用数字化工具监测和管理自己的健康状况等技能。政府可以推动建立农村数字化健康服务平台，整合医疗资源，提供远程医疗咨询、健康档案管理、健康风险评估等服务。同时，加强与医疗机构的合作，推动数字化服务向农村地区延伸，为农村老年人提供更加便捷、高效的健康服务。

6. 总结

老龄化背景下，农村老年人在健康管理方面面临的困境是多方面的，需要政府、社会、家庭和老年人自身共同努力来加以解决。通过提升健康意识与知识水平、加强家庭和社会支持、优化医疗资源配置以及推动数字化健康管理服务的发展等措施，我们可以逐步改善农村老年人的健康状况，提高他们的生活质量。未来，随着老龄化趋势的进一步加剧，我们还需要不断探索和创新农村老年人健康管理的模式和路径，不断完善相关政策和服务体系，加强政策支持和制度保障，推动农村老年人健康管理工作的深入开展。同时，我们也需要加强宣传和教育，加强跨学科研究，探索更加有效的健康管理方法和手段，提高全社会对农村老年人健康问题的认识和重视程度，形成全社会共同关注和参与的良好氛围，为应对老龄化挑战提供有力支持。

参考文献

- [1] 向艳. 农村老年人公共卫生服务中存在的问题及其对策[J]. 南方农业, 2022, 16(10): 123-125.
- [2] 秦献. 农村老年人健康管理现状及发展方向[J]. 中国卫生产业, 2017, 14(19): 185-186.
- [3] 赵纹纹, 董蔚. 农村老年人健康管理影响因素及对策——以安徽省芜湖县为例[J]. 安徽农学通报, 2021, 27(15): 7-9, 15.
- [4] 蒋涛, 郭清, 王晓迪. 我国老年人健康管理服务研究进展[J]. 健康研究, 2014, 34(2): 129-131.
- [5] 段云, 何景波, 曹浩林, 等. 四川省农村老年人健康管理认知及需求研究[J]. 华南预防医学, 2024, 50(3): 211-215.
- [6] 林贵容. 农村老年人健康管理现状分析——以漳州市华安县为例[J]. 中国农村卫生, 2023, 15(5): 19-20, 23.
- [7] 李知, 关贺文, 皇甫文静, 等. 我国农村老年人健康管理困境及解决措施[J]. 吉林医药学院学报, 2020, 41(2): 114-115.
- [8] 王晓丽, 燕飞, 段一丹, 等. 多元化养老体系下农村老年人健康管理问题和对策——以河南省三门峡市为例[J]. 农村·农业·农民, 2023(7): 42-45.