

老龄化背景下我国居家养老发展的现实挑战及其优化路径

刘金鹏

江苏大学法学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2026年6月4日; 录用日期: 2026年9月15日; 发布日期: 2026年9月23日

摘要

在我国老龄化程度日益加深的背景下, 居家养老服务的需求正快速释放。居家养老这一模式以家庭为核心、社区为依托, 现在更强调老年人的全面发展与社会多元主体的共同参与等。然而, 现实中, 我国居家养老也存在不容忽视的发展困境, 如社区养老服务有效供给不足、资金保障存在缺口、专业化照护人力匮乏, 以及智慧养老技术停留于浅层应用, 未能真正融入服务过程。为破解上述难题, 亟需从精准对接养老需求、构建稳定的资金保障、打造专业化人才队伍、推动养老技术深层扎根服务四个方面来弥补居家养老服务发展的短板, 以推动我国居家养老的可持续发展。

关键词

老龄化, 养老保障, 居家养老, 社区服务, 老龄社会治理

Realistic Challenges and Optimization Paths for the Development of Home-Based Elderly Care in China in the Context of Population Aging

Jinpeng Liu

School of Law, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: June 4, 2026; accepted: September 15, 2026; published: September 23, 2026

Abstract

Against the backdrop of deepening population aging in China, the demand for home-based elderly

文章引用: 刘金鹏. 老龄化背景下我国居家养老发展的现实挑战及其优化路径[J]. 老龄化研究, 2026, 13(9): 484-490.

DOI: 10.12677/ar.2026.139684

care services is being released rapidly. The home-based elderly care model, centered on the family and supported by the community, now places greater emphasis on the holistic development of older adults and the joint participation of diverse social actors. In reality, however, China's home-based elderly care also faces development challenges that cannot be ignored, such as an insufficient effective supply of community elderly care services, gaps in funding security, a shortage of professional care personnel, and the superficial application of smart elderly care technologies that have yet to be truly integrated into the service process. To address these difficulties, it is urgent to make up for the shortcomings in the development of home-based elderly care services from four aspects: precisely matching elderly care needs, establishing stable funding guarantees, building a professional talent team, and promoting the deep integration of elderly care technologies into services, so as to advance the sustainable development of home-based elderly care in China.

Keywords

Population Aging, Elderly Care Security, Home-Based Elderly Care, Community Services, Governance of Aging Society

Copyright © 2026 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

人口老龄化是我国当前及今后一个长期的重要国情。根据第七次全国人口普查结果,全国人口中,60岁及以上人口为2.6亿人,占18.70%,其中65岁及以上人口为1.9亿人,占13.50%。与2010年第六次全国人口普查相比,60岁及以上人口的比重上升5.44个百分点,65岁及以上人口的比重上升4.63个百分点[1]。这表明我国老龄化进程正在加速,同时意味着我国养老保障和服务的需求也在日益扩大。

“家”这个概念延续着中国千百年的传统、伦理和责任,凝聚着中国人的深厚情感。养老是社会保障体系的重要部分[2]。在养老服务和保障体系中,居家养老处于基础性地位,其占比也较大。老年人养老以居家为基础,家庭成员应当尊重、关心和照料老年人,满足老年人在身体上、精神上、生活上的各类需求。“居家养老服务是指为居住在家的老年人提供帮助的一种社会服务模式,其实质是在社区照顾老年人,核心是为居家老人和家庭照顾者提供所需要的各种专业服务”[3]。2021年,《中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要》就提出实施积极应对人口老龄化国家战略,强调“构建居家社区机构相协调、医养康养相结合的养老服务体系”[4],体现了中央层面对居家养老的重视。

因此,本文尝试以居家养老为切口,系统梳理目前我国居家养老的发展特征,剖析其面临的结构性挑战与现实约束,并进一步探讨我国居家养老的未来优化路径。通过回应上述问题,有助于破解我国超大规模老龄社会的养老实践困境,为我国积极应对老龄化贡献具有借鉴意义的有效方案。

2. 我国居家养老发展的显著特征

2.1. 家庭本位与社区依托的耦合

居家养老在中国的首要特征,就在于其深沉的文化正当性。从文化层面审视,“孝”作为中华民族的核心伦理范畴之一,将赡养、顺从与情感纽带相结合。父母在、不远游早已成为民众的集体无意识。对于老年人和子女而言,将老人送往养老院是不道德的一种体现。倘若存在将年迈的父母送到养老机构

的现象，作为晚辈的子女很大概率会受到亲朋好友的唾弃、指责甚至是辱骂，在相当长的时期内会背负着道德上的羞耻感。让长辈在熟悉的家中安度晚年，在子女的视线所及之处享受天伦之乐才是相对合理的。所以，居家养老更多是扎根在中国人心目中的积极偏好，而不是一种被动选择。尽管受到市场经济的冲击，由于家庭观和传统文化的维系，家庭养老的伦理也并未中断和消失[5]。

国家也敏锐地捕捉到了上述文化特性，也试图在顶层设计中强化家庭的根基作用，同时将社区打造为促进家庭养老的外部支撑。比如，社区或街道中的日间照护中心、养老服务驿站、助餐点等设施，本质上是在家庭内部创造的血缘关系之外，构建一种地缘性的安全网。这种以家庭为核心、社区为辅助的养老模式，不但维系了老年人居住空间和外部人际关系的稳定或者连续性，更弥补了家庭养老在专业程度上的不足，特别是社区居家养老在一定程度上可以解决部分家庭子女外出打工、的确不方便照顾父母的困境。

2.2. 从生存性保障到发展型赋能

在早期居家养老服务中，其更多聚焦于老年人的温饱问题，也就是底线生存需求，比如针对高龄人群、失能老人、独居老人等特殊困难人群，提供买菜做饭、打扫卫生、协助洗浴等基础性的生活照料，还有紧急呼叫等简单的安全保障措施。不得不承认，这种服务满足了老年人的最低生活需要，但形态比较单一，因为其更强调兜底和救济功能。

然而，面对新一代老年群体，由于他们很多人拥有更高的受教育水平、更丰富的精神世界，以及更强烈的社会参与感。这使得居家养老服务就不能仅仅满足于他们单一的生理生存以及健康管理层面，也要关注老年人的文化娱乐、终身学习、心理疏导，甚至是自我价值的实现等更高层级。现在的居家养老早已不再意味着一张床、一碗热饭，它还能支撑起一个有尊严、有乐趣、有社会连接的晚年生命历程。目前，“积极老龄化”“健康老龄化”等理念逐步渗透到老年群体，积极老龄化提醒人们，在关注老年人身体健康的同时，也要注重维护老年人的内心世界[6]，老年大学课程的开设、社区文化社团的兴起以及银发互助志愿队伍的组建等实践就体现了这一点。总之，我国居家养老正迈向复合型的服务体系，在物的保障上又提升了一个等级，也就是正走向人的全面发展。

2.3. 社会多元主体的参与

居家养老的第三个特征，在于其打破了传统家庭单一维持的刻板印象，以及政府大包大揽的格局。现在的居家养老，并不停留在所谓的“家庭”层面，已经形成了多元供给的社会化网络，在参与主体中，既有家庭成员尽责，也有政府的运作，更有市场、社会作用的发挥。其中，政府从服务者的角色，正逐步转向，成为规划者、购买者、监管者。通过公建民营、委托运营、服务补贴、税收优惠等政策工具，撬动了大量社会资本投入到居家养老服务相关的一系列产业服务中，更多市场主体进入居家养老服务领域。而且，连锁化、品牌化的专业养老服务商开始涌现，标准的照护流程、信息预警和管理系统正被引入社区和家庭。

与此同时，社会组织、社会工作机构和社区志愿者也成了参与家庭养老的角色，比如社会组织以慈善捐赠、时间银行、社区互助等形式提供多样化补充[7]，社区志愿者擅长入户探访、心灵抚慰等，不仅如此，他们也负责调解一些矛盾性问题，在居家养老服务方面扮演着不可或缺的角色，发挥着不可替代的作用。此外，物业企业、卫生服务中心、地方商会等表面上非养老直接关联的主体，也被动员起来，比如，“物业 + 养老”“社区卫生嵌入式服务”等跨界合作模式，丰富了居家养老的服务供给。毋庸置疑，居家养老不再是字面意义上的独角戏，正朝着多方主体参与的方向进发，所带动的社会资源与活力不可小觑。

3. 我国居家养老发展的现实挑战

3.1. 社区养老服务有效供给不足

众所周知，居家养老的根基在于家庭。然而，这一根基正在被现代化浪潮急速侵蚀，大规模的人口跨区域流动和快速城镇化，使得父母与成年子女同住的比例持续走低，“空巢”已成为无数家庭的常态。空间距离的阻隔，让子女无法及时对老年人实施日常照护、陪伴救济，精神慰藉也变得不再及时、不再亲密，越来越多的子女往往通过给予老人钱物的方式履行赡养责任[8]。此外，特别是当今社会家庭结构的微型化与少子化，导致老年人在亲属方面的照护人力较为缺失。

在家庭成员、老人亲属等负有直接照护责任的群体防线下沉之后，社区居家养老服务本该迅速填补缺口，但现实却是有效供给相对滞后，且存在虚假饱和的现状。一方面，大量社区养老服务站点的功能单一，主要停留在棋牌娱乐、简单体检层面，而高龄、失能半失能老人急需的上门助浴、康复护理、夜间照护等相对刚需的服务，却因专业性强、风险高、成本大而鲜有人问津。表面上，有关站点建设了不少，实际上，虽然有设施，但是缺失必要的服务；虽然有服务，但是难以完全匹配周边辖区内所有老人的服务需求。另一方面，农村地区的社区养老服务更为薄弱，特别是在我国中西部地区体现得尤为明显，由于居住比较分散、养老服务需求密度低，市场化服务难以自主生长，导致市场化服务不足。同时，现实中，上述家庭存在相当多行动不便的老人，以及身患多种慢性病和急性病的老年人。一旦遭遇危急情况，几乎无外力可依。子女出门在外，家庭周边的居委会、村委会却又无法及时响应，使得无数老人悬浮在照护的安全网之外。

3.2. 相关资金保障的碎片化与缺位

居家养老服务的持续运转，必须以稳定、可预期的资金投入为前提。但现实中，与居家养老相关的资金渠道却分散在不同部门，民政部门涵盖高龄津贴和困难老人服务补贴，卫生健康部门掌握基本公共服务经费，残联负责残疾人照护补贴，部分地方还在探索长期护理保险支付制度。这些资金分属不同管理条线，各有各的准入门槛，使用标准彼此不一，报销流程也存在些许差异，呈现明显的条块分割特征，远未形成一套整合型的居家照护政策支付方案。

值得注意的是，失能、失智是需要持续投入高昂成本的事项，单纯依赖家庭储蓄和子女资助，极易导致“一人失能、全家失衡”的窘境。基本医疗保险基金主要针对急性医疗和住院，但是对于不限于医疗场景的日常化照护、功能维护等费用，并无制度性覆盖。虽然有些地方已经推进了长期护理保险试点，但其制度定型、资金筹集与农村覆盖仍存在漫长的探索之路。很多地区，长护险的受益面偏窄，服务包偏于基础。而且绝大多数普通老人购买居家上门照护服务，仍需全额自费，这对普通工薪家庭造成了较大的经济压力。对于部分专业养老服务商而言，其生存要么依赖政府购买勉强维持，要么转而聚焦高端小众群体，使得处于中间层的广大家庭处于付费难、寻找服务难的夹击之中。

3.3. 专业化照护人力资源的匮乏

任何养老服务都离不开人，人是重要载体，居家养老服务也一样。当前，养老护理员群体呈现出高龄化、低学历化和高流动性的显著特征。长期以来，由于这份职业的社会声望较低，其往往被贴上“保姆”“伺候人”的刻板标签，再加上劳动强度大、心理负担重的职业现实属性等因素，年轻一代以及更高素质的人员从业意愿较低。特别是对于失能老人的护理，随着失能程度的增加，护理老人的工作强度会逐步增大[9]。关于人才培养层面，即使相关院校开设养老专业，比如“养老服务与管理”，但招生常年遇冷，毕业后进入与专业直接相关的行业并长期坚守一线的更是少之又少。在目前的存量队伍中，大部

分人员缺乏系统的人体学、慢性病管理、认知症照护、心理疏导等专业化知识，导致其所提供的服务多停留于体力密集型的基本生活照料，难以应对老年人复杂多变的照护需求。因此，人才总量的缺口、专业能力的短板，让我国现代化居家养老服务出现人员数量及素质不够的现实难题。

3.4. 智慧养老技术应用的悬浮化

智慧养老技术已经成为破解居家养老难题的重要探索方向，通过智能设备与软件系统，可以提供个性化服务，提升养老服务的质量[10]。有些技术服务公司开发的智能体检机、一键呼叫器、智能床垫等设备一应俱全，独居、困难、高龄老人由此可以享受到科技带来的便利。与此同时，虽然智慧养老技术被奉为革新服务的新兴力量，却在实践中遭遇“上热下冷”的尴尬。各种智能穿戴设备、一键呼叫终端、行为监测仪器、数字管理平台被投入社区，看似构建起了完备的安全防护体系，但实际上许多设备存在适老化不足、界面复杂、误报率高的问题，老年人还存在不会操作、不愿意用的情况，尤其是低学历、高龄老人。更重要的是，技术系统往往自成闭环，没有与真实的线下服务团队、社区力量以及家属的智能终端实行高效的联通。

比如，警报响起，后台人员可能仅做电话询问，无力调度专业人员上门处置；数据汇聚到政务云，却未转化为对个体照护方案的动态优化，等等。智慧养老应当成为契合养老需求的有力工具，而不是展示性的设备堆砌。技术的表面化，或是悬浮于真实的照护之外，不仅不利于减轻养老负担，有时反而增添了数字化排斥和额外的技术焦虑。

4. 我国居家养老发展的优化路径

4.1. 建立枢纽型养老服务平台

为直面家庭成员照护的弱化与社区养老服务有效供给不足的矛盾，关键在于将分散、片段的社区养老服务资源，包括将存量社区养老服务站、社区卫生中心、物业、社会组织等各种资源统合起来，构建成为一个功能集成、信息互通、精准响应的平台。

首先，要精准评估需求与分级响应。综合评估老年人的健康状况、认知状况、居家环境、家庭成员照护能力、经济状况等指标，依据评估结果，将老人分为健康良好、衰弱防护、失能半失能照护、失智专护、临终关怀等不同等级，按专业程序和方法进行需求评估以便做出更有针对性的服务方案[11]。同时，根据不同类型家庭的需求程度，确定福利优先序列，有针对性地支持各类家庭，提高家庭养老政策的精准度和公平性[12]。其中，对于无资产无子女无劳动能力的“三无”老人，政府需要给予必要支持，相关健康养老服务企业也要承担起社会责任，为这些特殊老人群体提供低价甚至免费的服务[13]。其次，平台负责人要承担起服务集成与品控的责任。将辖区内经过官方认证、质量可靠的生活照料、康复理疗、认知训练、法律援助、心理疏导等各类市场及社会组织，都吸纳为协议供应商，形成服务“菜单”。老人和家庭成员只需对接平台，即可点单并及时享受一站式服务，平台则负责全程品控，出现纠纷要及时处理，并追踪相关服务状况。最后，平台还需要撬动相关资源。例如，通过衔接紧密型县域医疗共同体或城市医疗集团，将家庭医生签约服务、护理上门、安宁疗护等医疗服务模块，整合进居家养老服务包。让慢性病管理的医嘱能对老年人日常饮食和运动进行指导，让老年人的术后康复训练能在家就能规范化进行，等等。这种枢纽式整合，将碎片化的服务串成一整个体系，为居家养老提供可靠的社区外部服务。

4.2. 优化资金保障体系

首先，必须打通当前分散于多部门的资金通道，建立统一的居家照护整合支付账户。将高龄津贴、养老服务补贴、残疾人照护补贴以及长期护理保险的个人给付等各类财政性和保险性资金归集到同一平

台，让老年人凭一个账户就能灵活选购认证服务，这有助于解决“钱出多门、报销繁琐”的碎片化局面。与此同时，加速长期护理保险的全国定型化进程，建立独立的且由个人、单位与财政三方共担的筹资渠道，并将保障重心向居家照护倾斜，扩大居家养老服务面、丰富居家服务包，形成分担养老风险的社会化机制。

在此基础上，还需精准填补低收入家庭的居家养老服务支付缺口。应建立依照失能等级和家庭经济状况的梯度化补贴制度，对低收入家庭购买居家照护服务给予差异化补助，从源头降低实际自付额度，减轻相关家庭的经济压力。同时，将家庭非正式照护纳入制度性补偿，为承担繁重照护责任的家属提供照护津贴、社保缴费年限认定及免费养老技能常态化培训，让家庭内部人员的力量与外部专业化、正式化的服务形成互补合力，缓解“一人失能、全家失衡”的困局。

4.3. 建设养老专业化人才队伍

从专业人才端解决养老问题，根本在于让护理员这一职业真正有尊严、有体面的薪酬回报。应当构建一套与劳动强度、技能门槛、职业风险相匹配的薪酬指导体系，并真正落实入职补贴、岗位津贴、持证奖励等激励组合，而非停留在纸面。同时，有必要设计清晰的职业技能等级序列，比如从初级、中级到高级，再到培训指导、管理岗位，每一步都有对应的能力和回报，让养老护理员能够清楚地看到职业发展的前景。在人才培养的起点上，需要深化产教融合，引导职业院校和本科高校开发交叉学科课程，把老年医学、康复、心理沟通等深入融进教学中。并大力推广现代学徒制与订单式培养，使新手得以在真实的照护情境中，跟着经验丰富的资深护理员一步步上手，从怎么搀扶移位到如何安抚情绪，手把手地学，从而有效降低护理员这一职业的早期流失率。与此同时，必须为这支队伍创造有安全感的执业环境，把意外伤害保险买到位，心理援助和法律援助渠道保持畅通，不能让人既流汗又流泪。再借助媒体与公共叙事，有计划地讲好护理员的故事，开展职业形象重塑，目标是将护理员从“就是伺候人的”的刻板印象中解放出来，使其被视为兼具专业知识与人文关怀的照护专业人员。

此外，在专业队伍之外，必须同等重视家庭照护者的支持，他们很多人是在长期疲劳、无助中硬撑。可以考虑在社区层面设立居家照护者支持中心，提供免费或低偿的失能失智照护技能培训、辅具租借以及心理互助小组等服务。让老年人的子女或配偶能够学习如何安全地翻身、做好基本护理，以及面对老人的情绪问题如何稳住不崩溃等技巧。这不仅能提升他们照护的能力与信心，还能有效减少因照护不当带来的二次伤害。另外，志愿与互助的力量亦不可缺位。社区里那种邻里守望、低龄助高龄的温暖，才是最有力量的。应该有意识地发掘、培育这样的互助种子，孵化更多社区照护互助组织。当专业的照护者、被支持赋能的家庭成员、热心的社区志愿者，共同构成一个绵密、多层次的“照护同心圆”，居家养老的人力困境才可能从根源上被打破，养老服务也才会真正有血有肉，时刻充满着情感和温度。

4.4. 推动智慧养老技术实质落地

必须首先打通技术响应与线下服务的堵点，形成一个能从头跟到尾的响应闭环，是智慧养老真正落地的关键。一旦老人家里的智能终端触发警报，系统不能仅限于发出声光提示便视为处置结束，而应立即生成工单，然后自动派发到距离最近的人——不管是社区工作者、志愿者、签约护理员，还是紧急联系人。派单之后，整个处置过程还必须全程留痕、一盯到底，避免出现仅用电话询问就算响应、无人上门实地查看的形式化做法。更进一步，监测数据需要深度嵌入老年人照护方案的个性化调整之中。例如，一旦系统识别出老人在家里或日常的行为方式与生命体征的异常特征，比如最近起夜频次异常增高、白天活动轨迹明显减少，或者生命体征出现某种特征性波动等，便自动触发照护计划修订提醒，推送至家庭医生与养老服务团队面前，邀请他们及时复核、讨论和优化方案。如此，数据便不再仅停留于机器云

端或线上系统,而是变成了能随时推动照护服务改善、让方案更贴身的鲜活依据。

还要进一步推进技术适老化转型。一方面,需强制推行技术的极简交互标准,全面采用语音操控、无感触达等自然交互模式,开发操作简单、界面清晰、流程简化的智慧养老产品,并向老人讲解、传授智能产品和互联网的使用经验^[14]。相关设备的安装维护由社区技术专员负责,消除老年人的操作负担。另一方面,根据前期需求评估,精准配置技术设备,针对健康老人侧重社交与健康管理工具,对于失能半失能老人,聚焦生命体征持续监测,以及配备紧急呼叫功能,等等。让每一项技术都能匹配每一个不同情况的老年人的照护需求,消除老年人的技术焦虑,真正实现智慧居家养老技术从展示性陈列向功能性嵌入的根本转变。

5. 结语

居家养老作为我国养老服务体系的重要组成部分,其发展质量直接关乎亿万家庭的悲欢,以及老年人生命晚景的幸福与否。面对居家养老的发展困境,在问题解决上不能一蹴而就,当然,也不存在一劳永逸的单一破解渠道。未来的优化之路,要注重在服务整合、资金保障,人力资源与技术助力等四个关键节点上持续探索相关措施,推动我国居家养老服务的可持续发展。在中国这样一个超大规模的老龄社会,实现数亿老年人的老有所养、老有所依,必然离不开对居家养老的讨论,在此过程中,居家养老的制度框架、服务体系与理论认识,一定会随着人口年龄结构的变化、养老事业的发展、有关案例的出现等实践问题不断深化。

参考文献

- [1] 第七次全国人口普查公报(第五号)[EB/OL].
https://www.stats.gov.cn/sj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202302/t20230206_1902005.html, 2026-05-11.
- [2] 管兵,林笑.治理情境与政策选择:政府购买居家养老服务的地方差异性路径研究[J].公共行政评论,2026,19(1):141-159,199.
- [3] 吴玉韶,李晶.我国居家养老服务发展中的问题及其应对[J].行政管理改革,2024(3):44-51.
- [4] 中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要[EB/OL].
https://www.gov.cn/xinwen/2021-03/13/content_5592681.htm, 2026-05-11.
- [5] 龙玉其.家庭视角下我国养老保障政策的反思与重塑[J].社会保障评论,2022,6(6):130-143.
- [6] 白维军,王邹恒瑞.积极老龄化视域中的家庭养老政策支持研究[J].北京航空航天大学学报(社会科学版),2021,34(1):62-68.
- [7] 黄石松,胡清.中国式居家养老:本土特征、现实挑战与优化路径[J].中州学刊,2026(2):82-92.
- [8] 孙兆阳.社区居家养老服务使用与老年人生活满意度的提升——基于“中国老年社会追踪调查”2016至2020年数据的分析[J].社会发展研究,2025,12(2):206-225,246.
- [9] 谢冰清.我国家庭养老护理法治的理论革新与路径完善[J].法学评论,2025,43(3):115-126.
- [10] 李娟.人工智能赋能的精准化社区养老服务模式:构建逻辑、实践困境与发展策略[J].北京社会科学,2026(1):94-104.
- [11] 李颖弈,张开云.“家庭主义”视域下居家养老照顾协同研究[J].甘肃社会科学,2023(6):82-91.
- [12] 覃李慧.论老龄化背景下家庭养老的法制保障及完善路径[J].华中科技大学学报(社会科学版),2021,35(2):106-115.
- [13] 朱亚.精明增长语境下居家社区健康养老服务供需适配研究[J].学海,2024(3):180-189,216.
- [14] 李长远.智慧社区居家养老服务协同治理:内在机理、现实梗阻与实践进阶[J].江淮论坛,2025(3):127-134.