

城市社区生活不能自理居家老人生活质量评估和改善的研究

刘晶

(华东师范大学人口研究所, 上海 200062)

摘要: 从生活不能自理老人生活现状调查数据入手, 对影响这个特殊群体的老人生活质量的因素加以概括和分析, 从而构建出生活不能自理老人居家养老的生活质量评估的理论框架, 并探讨改善和提高生活不能自理居家老人生活质量的对策。

关键词: 老年人口; 生活质量; 评估

中图分类号: C924.24; C913.6 **文献标识码:** A **文章编号:** 1000-4149(2005)02-0067-05

Evaluation on the Life Quality of the Aged Who can't Take Care of Themselves in Cities

Liu Jing

(Institute of Population Research, the East China Normal University, Shanghai 200062)

Abstract: Based the data of investigation in Shanghai, the paper analyzes the life quality of the aged who can not take care of themselves in activities, discusses the influencing factors, and establishes the theoretical evaluation framework.

Keywords: The aged; Quality of life; Assess

老年人生活质量的评价是社会养老保障决策过程中的重要依据之一, 是确定老年社会工作目标和衡量社会工作效率的尺度。而对老年人中生活不能自理需要长期照料的生活有困难的老年人而言, 其生活质量的评估将使人们更加关注这个弱势群体的生活状况, 并有助于社会福利部门制定相关政策以改善他们的生活质量。

一、城市生活不能自理居家老人面临的紧迫形势

1. 随着老龄化的加速我国生活不能自理老人人数不断增加

随着中国人口老龄化及老年人口高龄化程度的加剧, 高龄老人、患重病卧床不起的老人的数量及其占老年人口总体的比例呈现不断上升的势头。根据1992年中国老年人供养体系调查, 在60岁及以上的城市老年人中, 完全丧失穿衣能力的占老年人总数的1.31%, 其中60~64岁的占0.41%, 70~74岁的占1.46%, 80~84岁的占3.25%, 85岁及以上的占9.52%。需要长期照料的生活不能自理老人群体将成为老年人的重要组成部分。以上海为例, 2000年60岁及以上户籍老人达241.76万人, 占总人口的18.3%; 其中80岁及以上老人为30.56万, 占60岁及以上老人的12.6%。在日益增加的丧失日常生活自理能力的老人中, 他们的带病期占余寿的比重更大, 无疑将极大刺激照料需求的增长, 而照料需求的满足程度又将影响生活不能自理老人生活质量。

2. 我国生活不能自理老人大多选择居家养老方式, 但家庭护理功能有下降趋势

大多数中国老人视家庭为感情和精神的重要支柱, 是生活的主要场所, 它可以维护老人晚年生活的社会性和自立性, 减少因环境变化对老人产生的消极因素, 使老年人有归属感和安全感,

收稿日期: 2004-05-14; 修订日期: 2004-11-24

作者简介: 刘晶(1972-), 女, 山东人, 华东师范大学人口研究所人口学专业博士研究生, 主要研究方向老年保障。

所以大多数老人选择居家养老的方式，同时政府也鼓励居家养老。

作为主要照顾者的家庭成员由于社会的急剧变化及家庭规模小型化而面临极大压力，同时也缺乏应对压力的资源，从而使这些家庭为承担协助需要照料护理的生活不能自理老人而提供的各类型支援（物质、精神、资讯、情感支持等）未能达到理想效果，心有余而力不足。家庭护理功能的明显下降，直接影响到生活不能自理老人的生活质量。

3. 养老社会化发展滞后

“未富先老”的老龄化特征和高福利国家过度发展入院养老而背上沉重财政负担的教训使我国更需重视发展社区照料服务。

在生活不能自理老人群体逐渐增大，而照料需求和供给又受到家庭照料功能弱化和社区照料服务尚未充分发展的双重压力下，生活不能自理老人的生活质量将受到影响，从而不利于老年人口的整体生活质量的提高。

二、城市生活不能自理居家老人生活质量评估的因素分析

1. 经济因素

老年人经济收入和消费水平是衡量老年人“老有所养”的标志之一，也是衡量老年人生活质量的基础及重要内容。经济收入在一定程度上体现了老年人的物质生活质量，又会直接或间接地影响他们的身体健康、家庭及社会支持、生活满意度。在市场经济体制下，个人经济收入的高低对物质、精神、教育和健康生活质量的决定性作用显得尤为重要。

2. 居住状况及家庭设施条件

(1) 家庭设施条件

衡量一般老年人生活质量，其中考察的一项是有无自来水、暖气、卫生间。针对生活不能自理老人的特点，考察家中是否有抽水马桶及洗澡设备，这样既有利于家人照顾，也方便了生活不能自理老人的日常生活。随着护理水平的提高，被照料老人和照顾者对照料用辅助器具的需求越来越大，如特殊用床、床垫、浴盆、尿盆、尿袋、多功能手杖等方便化、保健化、舒适化的商品。考核有这方面需求的老人的获得率，可以增强老人的自我照料能力，提高照料质量，同时也可以为老年护理产业提供市场信息，推动老年护理产业的发展。

(2) 居住状况

居家老年人在居住环境的主观评价对老年人的心理健康状况有正面影响，同时老年人对居家环境较高的满意感也可能导致较高的健康生活评价，显示出良好的客观环境可能通过促进健康生活质量而提升居家老人的心理健康水平。众多研究揭示，老年人的心理健康状况体现其生活适应能力，是影响其生活质量的重要因素，因此居家老人的居住条件及生活设施状况是影响生活质量的重要因素。

步入老年期后，老年人的生活方式、身体素质也发生显著变化，对居住空间有特殊的需求，尤其是采取居家养老方式的生活不能自理老人，居住环境尤为重要，居室的安排布置应充分考虑老年人的心理和生理特征。但是由于生活水平有限，我国人口居住空间拥挤，老年人口的居住状况无法得到足够重视。

城市建筑立体空间延伸，住宅高层化趋势不可逆转，极大地限制了老年人的户外活动，迫使他们在居室内度过更多的时间。对于居住高层住宅的老人来说，最迫切的一个需求是能够经常到户外活动。而对于生活不能自理的老人来说，出门活动更加困难。在设计老年人居室时可以适当增加住宅的阳台面积、扩大视野范围，使老人足不出户就可以感受到户外的气氛，还可以增加每层的公用楼道面积，或建造公用阳台，增加相邻住户老年人交流的机会^[1]。

在改善家居环境下，需扩展老年人的活动空间。老年人与家人、邻居的交流十分有限，还需在社区之内和社区之间同其他同龄人进行户外交流并从事各种休闲活动。由于活动不便，老年人的活动空间限制在住宅周围很小的区域，因此社区要开设专门为老年人活动的场所，扩大绿化面积。

3. 健康状况

健康状况已被学术界公认是影响老年人生活质量的重要因素之一。由于生活不能自理老人多是高龄、伤残、重病老人，评价健康生活质量应更倾向于评价他们的心理健康状态。研究有关健康的测量主要是两个方面：躯体健康、精神健康。

(1) 躯体健康

躯体健康一般认为可以从健康的自我评价、慢性病的患病情况、医学症状、医疗服务的利用来反映。

(2) 精神健康

精神健康指的是个体对自己身心各方面健康状况的感觉，它所反映的是个体在情感层次上对生活幸福和不幸福的评价^[3]。

把生活不能自理老人的精神健康评价作为评估这个人群生活质量的重要指标之一，其主要原因是老年人由于机体体能的衰弱，心理上变得非常脆弱，生活不能自理老人群体更是易于出现心理疾病，导致他们对居家养老生活难以产生满意感或幸福感。因此了解现今居家老人的心理障碍和精神病症，为此作出科学的评估，及时鉴别、干预和预防居家老人的心理障碍和精神疾患，是一项非常重要的工作。

4. 照料护理状况

生活不能自理的居家老人是最需要生活的照料和护理的。数据表明，一般情况下，85岁及以上的老年人其生活自理率达不到50%。影响生活不能自理老人的生活照料质量的因素主要有两个：一是家庭支持，二是社会支持。

(1) 家庭支持

家庭支持是满足和支持老年人基本需求的一种非正式资源，主要指家庭的成员给予老人的帮助^[3]，本文主要对生活照料和情感支持两方面因素进行评估：1. 生活照料包括①身体照料，如在日常生活中帮助父母洗澡、穿衣或上厕所等；②家务料理，如帮助父母买东西、做饭、坐车、写信、打电话或管理钱物。2. 情感支持，主要指老人需要讨论个人问题或有事需要商量、建议或帮助时能否得到子女或家庭其他成员的支持。

(2) 社会支持

联合国在1982年通过的《1982年维也纳老龄问题国际行动计划》明确指出，为年长者提供健康照顾，必须承认家庭及其居住社区所具有的平衡和良好的制度特点。随着时间推移，人们已经愈来愈感到这一看法的重要性和正确性，把老年人留在家中，接受来自家庭和居住地社区的多种照顾，是适应老年人身心需要的。居家养老方式和生活不能自理老人的照料的高度需求决定了社会“介入”，即来自家庭外部的人和物的因素对老年人照料的投入。对一个生活不能自理老人的照料，既需要时间、精力、食品、药品和精神关怀，也需要家庭成员、亲属、邻居、朋友、医护人员、社区为老服务机构的参与。社会支持包括两方面：

A. 来自邻居、亲属、朋友的支持

来自邻居、朋友、亲戚的照顾服务大多在特殊情况下发生，这种帮助往往是临时性的，但所起作用很大，常常超过了不在老人身边居住的子女的作用。他们提供的帮助是多种多样，包括买药、请医、雇车、抬送及成为老人信任的可以交心的朋友，这种社会关系是社会支持网络的一部分。

B. 来自社区的照顾

老年人的社区为老服务主要包括以下几个方面内容^[4]：

a. 日常生活服务：如送饭到家、维修服务、安装求助电铃、代购食品、代领各种补助、家庭访问、陪老人聊天、咨询服务（法律、心理、保健）；

b. 医疗保健服务：①建立家庭病床、送医送药上门、派遣生活照料员和专门护理人员；②陪送医院看病、住院陪床等；

c. 设立照料培训、交流中心，给照料者及其家庭提供精神上的支持。社区为老服务水平对生活不能自理老人生活质量的影响是十分明显的，在一个设施齐全、服务周到、敬老蔚然成风、

老人权益受到保护的社区，老人生活质量有保障的可能性较大。

目前社区服务在老年人中的作用还是有限。这与其本身功能比较单薄，尚未产生规模效益和形成一个完善的网络以及老人及其家庭的经济能力、观念都有一定的关系。随着生活不能自理老人的人数增多，照料需求的不断提高，社区应从整体上提升为老服务的水准。虽然社区照顾强调非正规网络和资源的适用，但政府在推动、制定政策和协调上的角色不能忽略。

1999年由华东师范大学人口研究所桂世勋教授主持的“上海市生活不能自理老人家庭照料与社会支持调查”数据表明，在问到被访老人“最迫切希望政府和社会在关心老人的生活照顾方面给予哪些帮助”的意愿时，排在前4位的如下：（1）进一步搞好社区上门服务；（2）帮助老年人就近就医；（3）加快老年护理医院的发展；（4）加快托老所的发展。（见表1）

从以上分析可以看出，面对家庭成员照料负荷大、缺乏专业照料知识和技能，社区照料体系的资源较缺乏，重视加强社区为老服务各项举措是提高生活不能自理居家老人生活质量的重要因素。

表1 被访老人最迫切希望政府和社会在关心老人的生活照顾方面给予的帮助

	人数（人）	比重（%）
1. 进一步搞好社区上门服务	29	11.6
2. 大力提倡邻里互助和发展包户组	2	0.8
3. 加快托老所的发展	9	3.6
4. 加快社会福利院的发展	4	1.6
5. 加快社区敬老院的发展	4	1.6
6. 加快老年护理医院的发展	15	6.0
7. 加快老年公寓的发展	2	0.8
8. 尽快实施护理保险	2	0.8
9. 帮助老年人就近购买生活用品	4	1.6
10. 帮助老年人就近就医	18	7.2
11. 尽快制定鼓励子女照顾老人在家养老的政策措施	4	1.6
12. 教育子女及孙辈关心和照顾年老长辈	2	0.8
13. 帮助老人提高自我保健和康复的能力	4	1.6
14. 其他	29	11.6
15. 无要求	46	18.4
99. 无法回答	76	30.4
总计	250	100.0

N= 250

5. 生活满意度

生活满意度是衡量生活质量的主观指标，它受客观因素和主观因素的多重影响。在国内理论界的老年学和老年社会工作领域里，老年生活满意度是一个倍受关注的主题，也是改善老年人生活质量的重要出发点。

老年生活满意程度这一概念和指标在定义和测量上具有很大程度的主观性，很难用一套统一的测量手段来进行评估。国内对老年人生活满意度的研究尚未有系统的理论和比较成熟的方法，本研究中尝试用老人自评生活满意度的主观指标来测定。这样做的好处是简化变量测量，利于理解和回答。

以上对评估生活不能自理老人生活质量因素进行了简要分析，为了更有效地完成这项探索性研究，还需要不断深入的观察、了解和把握被评估事物的现状、脉络和趋势。

三、如何提高生活不能自理居家老年人口群体的生活质量

1. 政府应切实发挥主导作用，建立和完善社区服务网络，加强社会支持力度

社区是人们生活的基本空间，社区内部有相对完善的服务设施和规范化、制度化的服务网络，将在很大程度上弥补家庭照料功能的不足。而以社区为中心，在社区层面上开展社会工作，要求政府与非政府组织的共同配合，这是社区工作的特质决定的。如果没有社会各种力量的支持，没有政策推动，社区照料工作难以达到应有的成效。政府应树立“以人为本”的理念，针对家庭困难，积极介入帮助，在制定法规和政策支持方面保护社会转型期经济能力有限的老年人的

利益，尤其关注功能受到严重限制的生活不能自理老人的生活。同时，在社区服务的融资和社区服务资源的整合方面，通过作为权威机构的政府组织协调才能达到效果。目前一些社区照料服务欠缺与政策和财政支持不够有关。

表 2 生活不能自理老人生活满意度 %

类别	1 很不满意	2 不太满意	3 一般	4 比较满意	5 非常满意	6 无法回答
您现在的健康状况	12.0	26.8	18.8	18.8	1.2	22.4
收入和财产状况	9.6	21.2	24.4	12.4	8.0	24.4
配偶的相处状况	0.0	1.6	10.0	11.6	14.4	62.4
子女对您赡养和照料的情况	3.6	8.4	14.0	32.4	12.8	28.8
参与社会活动的状况	1.6	10.8	11.2	0.8	0.4	75.2
与子女和孙辈沟通的状况	2.0	9.2	16.4	30.4	12.8	29.2
与家人联系的方式和次数	1.6	7.2	18.4	33.6	6.4	32.8
与朋友联系的方式和次数	1.2	6.8	14.8	16.0	2.8	58.4
现在的饮食状况	1.6	10.8	22.4	39.2	3.2	22.8
现在的居住状况和环境	8.0	16.4	13.6	31.6	6.0	24.4
现在的娱乐活动状况	2.8	14.4	18.0	8.8	1.2	54.8
现在的公共和个人的交通工具	2.0	9.6	9.2	2.4	0.4	76.4
精神上的信仰和获得支持的状况	1.6	4.8	18.8	16.4	3.2	55.2
现在的人格和尊严得到尊重的状况	0.4	2.4	23.6	27.2	8.4	38
对自己现在的整体生活状况的感受	2.8	9.2	23.2	31.2	10.8	22.8

N= 250

2. 大力发展社区上门照料服务

社区上门照料服务是为老人提供的服务中最迫切和最合时宜的服务之一。其中根据生活不能自理老人的特殊需要提供的上门诊疗服务、家庭体力劳动服务（打扫、洗衣、购物）、洗澡服务、帮助穿衣、帮助上厕所的服务、就餐服务及救助服务等，一方面缓解照料者的压力，另一方面改善了生活不能自理老人的生活质量。社区上门服务是支持家庭养老功能的有效手段，而真正享受到此类服务的生活不能自理老人的比例并不高，这有待于老年照料护理事业的不断发展和完善。

3. 建立社区养老设施

社区养老设施对那些长期卧床不起，经济能力有限雇请不起全天候提供照料的保姆的老人和家庭，是解决照料问题的一个重要途径。它既让老人不离开熟悉的环境，又方便家人探望。特别是在当前资金不足、场地紧缺、专业工作人员少的条件下，开办社区养老设施更需社会支持。

4. 开发老年专用护理保健用品

生产安全、便利的老年专用日常用品及护理保健用品，可以辅助生活不能自理老人，方便照料者照料。而目前老年用品很少，老年人收入普遍偏低，购买力和消费力偏弱，因此缺乏推动老年产品市场的发展动力，是制约老年市场发展的主要原因。国家应制定和出台优惠政策引导企业生产老年用品，开拓老年用品市场。

5. 提高社区服务的人员素质

社区服务需要大量经过专门训练的服务人员，因此应成立社会工作教育培训机构。另外，要逐步提高社会工作者的待遇。从而改善和提高护理质量，减轻生活不能自理老人的身体和心理的痛苦。

生活不能自理老人及其家庭是照料护理需求最大、最迫切的。解决他们的问题和困难，需要政府、社会组织、企业、家庭的共同努力，安排好他们的日常生活，解决他们的就医和照料困难，势必增强不能自理老人面对生活的信心，势必缓解家庭成员在照料老人和参与社会工作的矛盾，从而有利于各自生活质量的提高。

参考文献:

[1] 博桦. 老年人口生活微域环境的构成与优化. 首都师范大学学报 (自然科学版), 2000, (3).
[2] 冯立天. 中国人口生活质量研究. 北京: 北京经济学院出版社, 1992.
[3] 刘爱玉, 杨善华. 社会变迁过程中的老年人家庭支持研究. 北京大学学报 (哲学社会科学版), 2000, (3).
[4] 齐铤. 中国内地和香港地区老年人生活状况和生活质量研究. 北京: 北京大学出版社, 1998.

[责任编辑 童玉芬]