

# 从“养”到“用” 破解老龄化困境



每一个人，都终将老去。而人均寿命不断提高的中国，以及中国的每一个家庭，正面临着前所未有的、亟待突围的老龄化困境。

据世卫组织最新报告，中国人均寿命达76.1岁。一些“高寿”的城市和地区的人均预期寿命还超过了82岁。权威研究表明，1990年后的15年里，中国人骤然“长寿”了8年半。这意味着国力的增强，国人幸福指数的增加，也意味着养老需求的爆发式增长。

老龄化之所以成为世界性的难题，就是因为调整必须先行，而见效与否则在未来。国家层面如果未雨绸缪做好适合老龄化社会的建设，解围之道中也将蕴含着巨大的增长动力。中共中央政治局近日就人口老龄化形势和对策举行集体学习，习近平总书记用“三最”形容我国这个世界上人口老龄化程度较高的国家：老年人口数量最多，老龄化速度最快，应对人口老龄化任务最重。他将满足数量庞大的老年群众多方面需求、妥善解决人口老龄化带来的社会问题，提升到了“事关国家发展全局，事关百姓福祉”的高度，并要求党委领导、政府主导、社会参与、全民行动，可谓抓住了当前乃至未来的重要问题。

前所未有的挑战，得到决策层前所未有的重视。未富先老的家国困境，有了突围的希望。

据测算，2030年起，中国65岁以上人口占比将超日本，成为全球人口老龄化程度最高的国家。退休之后的国人，将继续拥有20年、30年甚至更多生命时长，和人们的工作年限相等或更久。中国用较短时间织就了世

界上规模最大的普惠制养老保障网，然而总体上保障水准还比较低下。根据《中国老龄事业发展“十二五”规划》，到去年年底，每千名老人也只拥有30张床位。养老依然要托付给忙碌于生计与个人发展的独生子女家庭。我国经济高速发展倚仗的重要人口红利在2013年前后达到顶峰，此后便缓慢下降。接近2亿人的“银发浪潮”就这样汹涌而来。

值得注意的是，决策层提出的破解之道，提到完善家庭赡养和扶养、社会救助、社会福利等政策，并未只讲“老”的负担，更强调了“老”的价值。比如提出要努力挖掘人口老龄化给国家发展带来的活力和机遇，积极看待老龄社会，积极看待老年人和老年生活，重视敬老爱老的中华民族传统美德。从“养”到“用”，从另一个侧面解剖老龄化，出路一下子就开阔了许多。

《礼记》早有诠释：“孝有三：大孝尊亲，其次弗辱，其下能养。”这是一重递进的境界。养老最为基础，辱其次，尊亲最高。先人以孝治天下，智慧通透。一方面，家和万事兴，由家庭伦理扩展为社会伦理，一生万物，纲举目张；另一方面，老人所积累的丰富精神资源，也是社会进步的动力和活力所在。因此，老少和谐的社会文化建设是题中应有之义，倘若我们还囿于老人倒地的扶与不扶，让老人陷于“寿则多辱”的尴尬，岂非连古人的境界都没有达到。

河南首创60周岁以上父母住院，独生子女可获20天带薪护理假；上海探索社区居家养老，为老人开设助餐服务等；山东出台政策遴选智库高端人才也包括了退休人

士；众多企业为银发族量身定做创意产品，养老产业方兴未艾……面对老龄化，各地不同层次的创新百花齐放。在社会基本养老保障水准逐步提高的前提下，老龄化，原本也是一座有待开发的精神富矿与市场富矿。

如果在举国努力下，“老去”成为一个“有作为、有进步、有快乐”的过程，增加的将是每一位国人、每一个家庭的幸福感。

(据《人民日报》)

## ■一周120报告

数据来源：市卫计委120急救指挥中心  
采集时间：2016年5月27日~6月2日

出诊原因	人次
交通事故外伤	64
其他内科系统疾病	56
其他类别外伤	44
心血管系统疾病	25
脑血管系统疾病	12
酒精中毒	9
其他	9
药物中毒	3
儿科	3
妇、产科	2
呼吸系统疾病	2
电击伤、溺水	1

一周提示：本周120急救共接诊230人次。细菌性痢疾是夏季最常见的急性肠道传染病，由痢疾杆菌引起，以结肠炎性炎症为主要病变。细菌性痢疾流行范围广、传播快、发病率高，对人类健康危害甚大，特别是洪涝灾害地区，一旦水源受污染，更容易发生和蔓延细菌性痢疾。

医生提醒，第一，严把饮食关。俗话说得好，病从口入，对于夏季肠胃疾病，最主要的原因是饮食不当引起的，把好饮食关，就可以有效预防夏季肠胃疾病的发生。第二，食物要清洁。夏季天气热，致病细菌易生长繁殖，没有认真清洗的瓜果、存放时间长的饭菜等都有可能产生大量致病细菌，若不慎食用，有可能导致细菌感染，产生细菌性痢疾。第三，夏季，个人应讲卫生。个人要勤洗澡，饭前要洗手，出汗过多要补充水分，注意肠胃不要受到冷风刺激，饮食要注意规律。

(晚报记者 张志新 信息提供 耿清华)

## ■一周病情报告

样本采集地：市中医院  
采集时间：2016年5月27日~6月2日

科别	门诊接诊总量(人次)
儿科	849
肺病科	836
脑病科	820
肝病科	782
妇、产科	764
皮肤科	614

温馨提示：夏天到了，很多人都喜欢到清凉的河水或湖水中游泳消暑。然而，每到这个时候，溺水事件却频频发生，谁也不知道，这个夏天还会有多少生命因水而逝。根据国家有关部门的统计，全国每年发生的非正常死亡事件中，溺水死亡人数所占比例排名第二位，仅次于交通事故，因此必须引起高度重视。

医生提醒，家长、孩子要正确评估自身的游泳水平，不盲目玩水，更不去陌生的自然水域；孩子游泳要有家长陪伴，尽量到有救生员值班的游泳场所游泳；下水前，要了解自身的身体状况，并充分做好热身活动，到安全的水域下水，防止溺水事件的发生；在游泳池，要听从救生员的管理，严禁在游泳池边追逐打闹、推搡他人、跳水潜泳等；孩子如遇同伴溺水，请勿轻易下水，如果施救，可借助棍、绳和衣服等可用于救生的器材，同时要及时向成人呼叫求助。

(晚报记者 张志新 信息提供 罗慧文)

天热  
可不能让自己『血热』

# 皮肤问题 免费试用

“姜老太修肤堂”征集100名皮肤病患者

好消息！好消息！如果您有皮炎、过敏、湿疹、荨麻疹、癣、疮、青春痘等皮肤瘙痒问题，均可到店免费试用，试用不花钱，如果您满意，请给我们做宣传；不满意，您就扭头走人，什么损失也没有。如果您有各种皮肤问题，现在拨打电话报名，即可免费进店体验，机会难得，千万不要错过哦！

吉医械广审(文)第2015120020号  
肤康生物膏 请仔细阅读产品说明书或在医务人员指导下购买或使用

体验报名热线：0394—7979210

一店：川汇区七一路纱厂公交站往西100米路南(乘市内2路公交车即可直达)  
二店：西华县东关实验小学向东100米路北(太平洋楼下)

初夏时节，人体的水分很容易通过出汗、呼吸大量流失，如果不能保持人体新陈代谢的平衡和稳定，就会导致生理机能失调，上火、“血热”在所难免，因此应该针对上述情况做好防范工作，多喝水多补水，注意不要大量饮用冰水，否则会损伤胃黏膜。流汗时需要补水，尤其适合喝柠檬水，多吃柑橘类等酸味的水果。

(据《北京晚报》)

