



养老与智能化深度融合备受关注。如今,养老服务在城市社区基层的智能化程度如何?距离实现“养老不离家”的目标还有多远?近日,记者走访社区卫生服务中心,并与业内人士展开探讨。



医护为居民讲解



家庭养老智能化



医院端实时管理

本版图片:受访者提供

智能化十件套“入屋”，“养老不离家”有多远？

羊城晚报记者 朱嘉乐

基层智能养老 长者家里装上十件套

智能夜灯、燃气报警器、紧急呼叫器……70岁的张奶奶住在广州市黄埔区红山街,近日,根据个人生活需要,街道的综合养老服务中心为她增添了十件智能化设备,将养老院标准化的服务搬进她的家中。

“我们为申请的长者进行护理评估和体检,之后签订服务协议,由中心安排对长者家中进行适老化改造、安装智能化设备,并按约定提供上门护理服务。费用由政府承担,不用老人掏钱。”广州市黄埔区红山街社区卫生服务中心医养结合科主任蒋姗向记者介绍。

据了解,为缓解机构养老“一床难求”的现状,满足居家长者享受机构标准的养老服务需求,自2021年起,红山街颐康中心就开始建立家庭养

老床位,目前有35张,通过适老化改造入户、养老信息化入户、机构服务化入户,让长者不用到养老院,也能享受养老院的照料和服务。

今年2月1日起,民政部发布的《家庭养老床位服务基本规范》行业标准正式实施,这是国家层面关于家庭养老床位的首个服务标准。

去年广州印发的《关于全面开展家庭养老床位建设和服务工作的通知》明确,家庭养老床位服务对象为广州市范围内60周岁以上,居住在家中需要照护的老年人。对为本市户籍失能老年人建设家庭养老床位的服务机构,经区民政局验收合格,可获得每床3000元的一次性建床资助。

在红山街具有家庭养老床位的长者家中,智慧家庭养

老床位设备包括网络连接设备、紧急呼叫器、智能防走失装置、红外人体传感器、门窗传感器、水浸报警器、燃气报警器、烟雾报警器、睡眠监测带、感应夜灯共十件套。

蒋姗介绍,只要长者突发紧急情况或者有需求按铃,就会将信息通过系统发送到颐康中心。中心会根据上报情况及时回电到长者家中询问。如果长者有上门需求,会立刻安排工作人员上门,提供关注陪伴、生活照料、医疗保健、康复护理等服务。

不仅如此,红山街社区卫生服务中心成立了“医生+护士+社工”护老骑兵团,以“家庭医生签约+家庭病床+家庭养老床位”居家医养康护服务为抓手,打通社区养老服务“最后一公里”,累计服务1.2万人次。

智能化养老仍有挑战 未来如何有效服务？

我国老年人口基数大,老龄化速度快。截至2024年底,我国60岁及以上老年人口达到3.1亿人,占总人口的22%。深受“养老不离家”的传统文化影响,我国大部分老年人选择居家养老,其中有许多失能老年人亟须更加专业更高质量的居家照护服务。

一位长期在社区卫生服务中心提供社区居家医养服务的工作人员向记者透露,虽然在大力推广居家养老智能化设备,但社区老人的使用频率并不高,中心需要一直投入维护成本。加上目前智能化产品种类有限,满足不了不同层次的老人的多元化需求。“举例来说,智能设备需要联网、用电,有些老人觉得浪费。有些报警器时不时就发出响声,一方面吓到了老人,另一

方面社区卫生中心也经常收到报警信息,但实际上并没有异常。真正用得最多的还是紧急呼叫器。”

广州开发区银发经济促进会顾问刘旅滨在退休前担任黄埔区养老学院院长二十余年,此前也是一名临床医生。在他看来,老年人最基本的需求就是家人的陪伴、社会的理解和支持。对于无法长期照护老人的子女而言,需要及时了解老年人的变化并及时得到帮助。随着科技的发展,智能化产品和服务将更好地满足老年人的需求,思路要从“人找服务”转变到“服务找人”。

如何精准服务?刘旅滨说,目前大众缺乏对智能居家养老服务应用场景的了解。居家养老的两个核心问题是

安全和健康,搭建推广这两个管理场景,将有助于发展养老的智能化。对此,他给出了一套养老大数据平台搭建方案,希望通过平台与智能硬件的组合,整合养老相关数据,精准识别老人当下安全状态、健康状况,根据老人的情况,主动提供服务,提升老人养老满意度。

发展居家社区养老服务,成为顺应广大老年人愿望、让老年人安享幸福晚年的重要举措。记者了解到,“十四五”期间,民政部、财政部组织实施居家社区基本养老服务提升行动项目,截至2024年底,累计支持184个地区建设35.8万张家庭养老床位,探索形成了为失能老年人居家养老提供专业化照护服务的模式。

珠区中医院入院检查治疗。”张女士说,“当时姨妈表面上没有任何症状,我们都没想到她餐后血糖竟高达28.4mmol/L!若不是这个智能设备的及时发现,后果不堪设想。”

经过一段时间的调理,现在杨阿姨不仅血糖控制平稳,曾经对血糖监测较为抵触的她,也养成了良好的健康习惯,积极配合各项监测和治疗。

广州市海珠区新街街社区卫生服务中心主任陈文生向记者介绍,该中心糖尿病数字化管理项目自去年7月启动以来,截至目前,已有400余位患者加入该项目,杨阿姨就是其中之一。

“我们社区卫生中心通过家庭医生团队,精准对社区内的糖尿病患者进行数字化管理。长者们每天监测血糖,智能血糖仪将数据自动上传至云端。一旦发现数据异常,家属端与医院端都会有预警,可以及时进行远程干预,包括预约复诊或建议向上级医院转诊等。”陈文生表示,“这一创新模式极大减轻了患者就医负担,同时也提高了医疗服务效率,受到许多居民欢迎。”

智能养老“硬件”已到“软件”如何？

羊城晚报记者 薛仁政

在2025年广州市十六届人大五次会议上,广州市人大代表、中山大学附属第三医院张革化教授提出,目前广州在智能化养老方面已取得一定进展,接下来应推动养老服务向智能化、精准化、人性化升级,为全国超大城市应对老龄化探索“广州路径”。

智能化养老设备亮相

近日,DeepSeek火爆一时,人工智能技术(AI)能在哪些方面为我们服务也成为了大家热议的话题。记者了解到,随着科技的发展,已经有不少智能化养老设备亮相、部署。

在此前举办的第十届中国国际老龄产业博览会上,智慧养老已经成为了众多养老产品的重要标签。减少坐感疲劳的适老沙发,能舒适安全洗澡的沐浴凳,支持多种卧位变换的护理床,有让长者外出更轻松的可旋转座椅的福祉车,辅助行走的多功能助步车,能实时监测生理数据的智能衣,被应用于阿尔茨海默病早期检测的多模态AI系统,自主求救报警的长者看护器……这些创新技术的应用,推动养老服务向更精准、个性化的方向发展。

对于行动不便、失能、半失能的老年人,先进康复护理及智慧无障碍的产品也备受热捧,在家中有对坐轮椅的长者十分友好的无障碍电动高度可调厨房灶台;出行方面能发出激光镭射信号的助步车,确保长者出行便利与安全。

养老院已部署AI设备

据广州市老龄办统计数据,截至2023年底广州市户籍人口1056.61万人,其中60岁及以上老年人口204.77万人,占户籍人口的19.38%。老年人口增加,老年人的服务需求也在增加。有养老从业者表示,智能化养老或成为未来行业发展的新趋势。

不少智能养老设备已经部署。在广州,部分养老社区通过可穿戴设备开展智能健康监测,实现远程健康管理;一些养老机构引入智能护理机器人,协助老年人完成日常护理;还有基于语音识别技术开发的智能交互系统,帮助老年人获取养老服务信息。

在广州棋美颐养中心,床头,智能生命体征监测仪时刻守护长者安全。检测仪可以实时监测长者的



健康监测一体机

难点：“智能化”如何更“适老化”

老年人对智能化设备能否熟悉运用、敢用会用,毫无疑问会影响智能化养老的落地效果。智慧化过程中,如何让智能化产品更适合真正的使用者——老年人,这是智能化设备顺利落地进入社区的一道重要关卡。

2年前就已开始开展动态血糖监测项目的广州市南沙西街社区卫生服务中心,在他们的实践经验中,年轻人起了带头作用。

“引入动态血糖监测新服务,是我们慢病管理工作的一部分。”南沙西街社区卫生中心全科医学科主任叶剑锋对记者表示,“自从2023年初就开始进行该项目。很多人有血糖监测需求,但对于每天扎手指难免会有顾虑,因此中心引入的是犹如‘手臂贴纸’的微创感应装置,可连续14天、每天24小时持续实时动态监测血糖,且监测费用部分可医保报销。”

令人惊喜的是,这个原本希

眠情况,还能针对长者的身体异常情况进行报警。智能生命体征监测仪作为毫米波雷达,相比手环、手表等传统的养老设备有显著优势,可以实现7×24小时的无感守护,不影响长者的作息和睡眠,不对生活造成干扰。

卫生间是长者容易摔倒的区域,跌倒监测雷达成为了“智慧守护”。该系统会对人体躺在地上的姿态进行识别,一旦长者出现跌倒、晕厥等情况,雷达发出警报,为组织施救争取时间。

智能化养老有何痛点

张革化认为,目前智能化养老仍处于起步阶段。普及率低、操作复杂、老年人接受度不高、数据整合与共享不足,不同部门之间的数据壁垒尚未打破,影响了服务的精准性和连续性;专业人才短缺,既懂养老服务又精通人工智能技术的复合型人才匮乏……不少亟待解决的问题制约了智能化养老服务的发展。

棋美颐养负责人表示,目前智能养老设备在监测等方面已经可以胜任,但在服务方面还需要继续进步。首先,老年人的身体状况各不相同,对个性化服务要求很高,目前很多服务型智能设备难以满足养老的应用场景,设备对长者的需求难以做出即时反应。其次,智能辅助设备大多采用语音识别,不少长者都存在普通话发音不准、口音偏差等情况,与智能设备交互困难。此外,长者在养老过程中不仅需要身体方面的照料,更需要情感层面的陪伴和个人价值的实现,目前智能设备在相关方面还难有作为。更重要的是,如果智能服务长者的过程中出现意外,责任难以明确,需要相关机构对智能设备的使用进行进一步立法保障,智能养老才能放心推进。

他表示,目前养老机构最“头疼”的工作并非日常照料,而是对体力要求较高的工作,如对失能长者的转移等。希望相关设备的研发、制造企业可以更多考虑使用场景,解决养老机构最棘手的问题。

“目前智能养老设备在数据整合等方面还存在壁垒。”中国太平·水榭人家总经理刘行接受记者采访时表示,目前广州养老机构部署的智能设施多为单个设备而非系统,不少智能设备间存在数据壁垒,缺乏综合性的解决方案,使用起来并不“智能”。

他希望老年人慢病管理的计划,受到许多年轻人关注,并主动要求参加。通过辖区内年轻居民的积极参与,进而向家人推广,带动了家庭中的老年群体,让家中老人更容易接受利用智能化设备进行健康管理。

“事实上,一些老年人因身体机能衰退或学习能力下降,在使用智能设备时的确存在一些困难或畏难情绪。”陈文生表示,为解决这一困难,社区卫生中心制作了简单易懂的操作手册,工作人员及志愿者会为老年人提供一对一指导,手把手教他们绑定设备和使用方法。对于个别仍无法掌握操作的老年人,社区工作人员会定期上门协助。

对于智能化产品如何能更“适老化”,陈文生给出两点建议:“其实目前许多设备已经尽量简化操作,但实践中仍有不少老人家不懂用、不敢用。因此建议设备的操作能设计得更简单更智能,让绝大多数人能‘傻瓜式操作’。此外,希望继续完善信息平台,数据能联动警方、家属方、医疗机构,让三方联动更高效。”



广州中医药大学副校长、广东省中医院院长 张忠德教授

2月答问：熬夜常口渴，春天如何调理？

羊城晚报记者 林清清 通讯员 沈中

(本期答问专家:岭南甄氏杂病流派传承工作室、张忠德全国名中医传承工作室 唐丽娟)

问1

三爪:之前老熬夜,最近常感觉口渴阴虚,春天该如何养生调理?

答:熬夜容易耗损人体津液,让人觉得口干口渴。应避免进食辛辣、油腻等刺激性食物,注意滋养津液,可以常按摩太溪穴、涌泉穴、三阴交穴,

以助滋阴降火、宁心安神。如果伴有口干咽干、大便干,多是肺阴虚的表现,可用白萝卜、百合、玉竹等煮水代茶饮;如果伴有眼干、潮热、腰膝酸软,多是肝阴虚的表现,可用枸杞子、女贞子等煮水代茶饮。

问2

玉+:去年12月底感冒后,至今一直咳嗽、干咳不断尾。稍吃点辣马上就咳,怎么办?

答:干咳无痰,吃辣后咳嗽容易复发,常是燥咳或风咳,需要再根据伴随症状判断到底是哪种咳嗽。若是燥咳,常会伴有咽干、鼻干、口干、大便干、皮肤干等不适,可用罗汉果、雪梨、南杏仁煮水代茶

饮,或玉竹、百合、桔梗煮水代茶饮;若是风咳,常呈阵发性呛咳,受风或刺激性气味后加重,可用紫苏叶、生姜煮水代茶饮,或紫苏子、生姜、乌梅煮水代茶饮;进食辛辣食物后加重,如果出现喉咙痛,则是化热了,食疗可适当加青橄榄、芦根、马蹄等,或用土牛膝、岗梅根等煮水漱口。

问3

理性与感性:30岁男,经常早上醒来觉得舌头特别干燥,请问怎么回事?

答:引起晨起舌头干燥的原因通常有两种:一种是因津液亏虚,这类人群舌头干燥的同时,常会伴有口干鼻干、大便干结等不适,可用百合、玉

竹、雪梨、银耳等养阴润燥;另一种是因为鼻子不通,夜间睡觉时张口呼吸而引起。这类人群常伴有鼻塞,容易流鼻水打喷嚏,怕冷、睡觉打鼾等,可以用党参、葱白、生姜等煮水代茶饮温阳通鼻,或用苍耳子、辛夷花、桂枝煮水熏鼻。

问4

隐形纸鸢:33岁男,脾胃不好,吃饱后时常会感觉腹胀,喉咙常有异物感,小腹向外凸出。晨起会放屁,春夏季容易疲倦湿气重。请问有无药膳茶饮调理?

答:这些症状是脾胃阳虚、湿浊内困的表现,养生应该从健运脾胃、运化湿浊着

手。避免进食生冷寒凉的食物,适当减少蔬菜、水果的摄入量。平时可饮用陈皮熟普茶、陈皮生姜红糖饮,或用山药南芪陈皮煲汤。可用紫苏子、莱菔子、白芥子、吴茱萸等做成热奄包热敷腹部。平时可常按揉三里、中脘、天枢等穴。

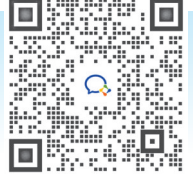
问5

永远守候:天气干燥,鼻子干燥怎么调理?

答:“肺开窍于鼻”,鼻子干燥是肺津液不足的表现。可用雪梨、银耳、石斛等煮水代茶饮,滋阴润肺。或用苍耳

子、辛夷花、玉竹煮水熏鼻,帮助缓解鼻子干燥的症状。还可以点按鼻通穴、印堂穴,每个穴位按揉50次,或推擦鼻梁,用拇指指腹从山根推至鼻翼,至微微发热,缓解鼻部不适。

你问,专家答!有问题想问德叔团队?欢迎扫码入群提问。德叔医古团队将筛选问题,在每月线上读者见面会上进行解答



一线实践：智能化助力全链条医养结合

羊城晚报记者 张华 通讯员 魏星 张文君

广州市越秀区有34.39万老年人,老龄人口在全市各区中占比最高。如何让老年人享受医养结合服务,安享晚年生活?医院与养老机构将紧密结合,推进医养结合智能化。

13家机构联合探索

广州市民政局信息显示,越秀区作为中心老城区,60周岁以上户籍老年人口达34.39万人,占户籍人口总数的29.37%,养老服务任务重、压力大。

如何解决老年人的养老问题?2024年,越秀区民政局表示,将分片区打造医养联合体的模式,由辖区三级医院牵头,各类机构共同参与,建设“居家-社区-养老机构-医院”的全链条养老服务体系。

据悉,越秀区先后在麓湖片区、大德路片区、盘福路片区建立三个由辖区三级医院牵头,养老企业、养老机构、街道颐康中心、社区卫生服务中心共同参与的越秀区医养联合体。广州市第一人民医院作为牵头单位,在盘福路片区,已经与13家基层医疗机构和养老机构与医院一起成立了越秀区医养联合体。医院将联合各成员单位,以老年疾病、神经系统疾病筛查和管理为切入点,以点带面,建设成为上下贯通的医养结合共同体。

智能化助力医养结合

“我们将致力于建设越秀区‘居家-社区-养老机构-医院’全链条的医养结合服务。”应逸表示,将积极主动推进“互联网+护理服务”,通过“线上下单,线下服务”形式,让老年患者足不出户,即可便捷享受护理服务。目前已为几百例行动不便的老年患者提供护理服务。

为了提高联合体的“医康养护”服务水平,应逸介绍,该院老年病科专家计划在医养联合体覆盖的5个街道(洪桥街、北京街、六榕街、流花街、矿泉街)开展系列老年健康综合评估工作。同时,发挥医院作为市级安宁疗护中心的优势,指导社区卫生服务中心和养老机构开展居家安宁疗护工作,并推进“家庭养老床位-家庭病床-养老机构床位-医疗床位-安宁疗护床位”的相互衔接和转介。医院还将指导社区及养老机构老人开展认知症前期筛查与评估工作,并为有需要的患者开放就医转介绿色通道。

血糖远程监测落地社区，“智能化”如何更“适老化”？

亮点:小小智能仪,及时“云”报警

羊城晚报记者 林清清 通讯员 区昕

智慧养老是破解超大城市养老难题的关键路径,也是今年广州市两会代表委员关注热点话题。近年来,在广州不少社区,已经可以通过可穿戴设备开展智能健康监测,实现远程健康管理。如何让科技赋能,以智能化做好慢病管理,让老年人乐享长寿生活?智能化设备落地社区遇到什么困难?社区一线工作人员有何建议?在老年人人口较集中的广州市海珠区,记者探访了利用智能设备进行远程血糖管理的真实用户与一线医护。