

日本老年人为何青睐居家养老

中国社科院日本研究所 胡澎



日本是当今世界老龄化程度相当高的国家。2014年版《高龄社会白皮书》表明,截至2014年10月1日,日本65岁以上老年人有3300万人,占总人口的26%,创历史新高。

笔者曾在日本一些地方城市做调查,发现由于当地年轻人纷纷到大城市去生活,加之年轻夫妻不生或少生孩子的现象突出,导致当地老年人口比例攀升,年轻人寥寥无几,老年人比比皆是。

同时,由于购买力下降,一些原本繁华的商业街萧条冷落,经济不振,城市缺乏活力。养老问题关系到每一个家庭的生活质量和幸福指数,在我们与当地日本人交谈时,养老话题频频出现,显示出日本人对于养老问题的异常关注。

从机构养老到居家养老

战后以来,日本的养老政策经历了从家庭养老到机构养老,又从机构养老到居家养老的转变。

传统日本社会,针对卧床不起老人主要依靠家庭成员进行照料和护理。在几代人共同生活的大家庭,家庭成员轮流照料和护理卧床不起的老人,还勉强可以做到。而战后,随

着五六十年代经济的高速发展,大量农村人口涌入城市,日本的家庭结构发生了巨大变化,传统大家庭不断减少,核心家庭持续增加。家庭成员的减少使得家庭中对老年人的照顾和护理难以为继。另外,传统大家庭中承担照顾和护理老年人的主要是女性,但随着女性高学历化以及女性就业率的不断升高,比起在家里照顾老人,女性似乎更愿意外出工作。

针对家庭出现的这一系列变化,日本政府开始探索社会化养老服务。1963年制定了被称为“老人宪章”的《老年福利法》,强调国家应通过兴建福利设施,对家中养老有困难的老人进行养老护理,以保障老人的身心健康和生活稳定。这一时期,日本一度模仿西方模式,投巨资在远离城市的郊区及风景优美环境中兴建养老院、养老公寓等福利设施。令政府始料不及的是,虽然养老设施所处自然环境优美,服务人性化,但由于远

离城市、交通不便,影响了子女对老人的探望。老人们远离了自己熟悉的生活环境,备感寂寞。有些养老设施收费较高,也阻碍了一些对养老护理有迫切需求的老年人入住。随着需要护理的老年人数不断增长,兴建规模庞大的养老设施,无疑会加重社会负担,政府也很难承受。

日本老人更青睐居家养老

20世纪80年代,日本政府开始反思养老服务政策和养老理念。1982年制定《老人保健法》强调市町村是老年人保健实施的社会基础,老年护理服务开始由机构服务向居家服务转变。1989年开始推行“黄金计划”,以市町村为依托开展家庭看护服务。1994年的“新黄金计划”完善了以居家养老为中心的市町村老年服务体系。2000年4月实施的《护理保险制度》改变了过去过多依赖政

府的传统,与保险相结合,由政府、社会保险和个人三者共同承担费用,将护理制度从一种社会福利制度转变为一种社会保险制度。与此同时,政府重视民间的力量,鼓励地方公共团体、社会福利法人、志愿者、民间企业、非营利组织都参与到养老服务事业中来。

比起入住养老院,日本老年人似乎更青睐于居家养老。有调查显示,有42.2%的男性、30.2%的女性老年人希望居家养老。日本的居家养老是将社会养老和家庭养老的优势结合在一起,由国家、社区、家庭分担的一种制度,服务多元灵活。为了让老年人在自己住惯的地区能够有尊严地生活,日本政府正在积极构建全社会支持的居家养老的社会化服务,即以家庭为核心、以社区为依托、以专业化服务为依靠,为居住在家的老年人提供社会化服务来解决其日常生活困难和对其进行精神慰藉。

日本老年人的养老费用主要依靠养老保险,《护理保险法》规定年满40岁的公民必须加入并缴纳护理保险费,享受护理保险服务须等到65岁以后。但对于不满65岁且加入护理保险的中老年人,如患有早期痴呆、脑血管疾患等15种疾病,可享受护理保险服务。参保人需依据身体状况而评定护理等级,如认定有护理必要,以护理保险给付的形式,本人承担1成,保险负担9成。老年人可根据自己不同的身体状况,选择上门服务、日托服务、短托服务、长期照料等养老方式。

上门护理服务是由家庭访问护理员到服务对象家中,提供身体和生

活上的护理及康复指导。如为老年人提供洗浴、如厕、进食等日常生活方面的基本护理服务,以及从事咨询、看护、康复训练等服务。目前,日本各地都设有大大小小的日间照护服务中心。有专车负责白天将需要护理的老人接来,晚上再送回家。笔者曾参观过几家日间照护服务中心,了解到前来接受服务的老人多为65岁以上行动不便、具有某种身体障碍或者精神障碍、难以进行日常生活的老年人。老人们在服务中心接受各种服务,包括吃饭、洗澡、陪伴、进行康复训练。

近年来,一种小规模多功能的综合性养老护理服务很受欢迎,是将上门护理、日间照护中心与短期入住的短托组合在一起,规定每天来接受服务的人员在15名以下,住宿人员在9名以下,每天利用设施的登记者在25名以下。这些设施大都建在老年人日常的生活圈内,规模小,不需要购进很多设备,有些是普通民宅改造而成的,有客厅、厨房、餐厅、浴室,也有短期可入住的单人间,能较好地满足老年人居家养老的需求。

随着失智老年人的增多,针对失智老人的集体公寓,托老所、小规模特别养护老人院等发展很快,尤其是人性化的养老护理服务令人称道。

一些设施为了减缓痴呆症老年人病情的进展,利用空地开辟小菜园,让老年人亲近泥土,从事简单的体力劳动,体会收获的乐趣。为了让老年人体现自我价值,也让他们做一些力所能及的事情。笔者在一家日间照护服务中心看到一位老婆婆正开心地在工作人员指导下收拾桌子。工

作人员告诉我们,老婆婆患有轻度老年痴呆症,但很喜欢在厨房里帮忙,他们就分派她一些简单工作。

在家庭中养老的老年人,家人对其长年进行看护难免会产生郁闷、抑郁等心理问题,同时,也会因各种原因或各种突发事件导致对老年人护理出现问题。这种情况下可以申请短托,即短期入住社区的养老设施,原则上1~3个月。家人可以借此机会处理自己的工作或私事,也可以出去旅游,转换心情。由于这些养老设施贴近社区,老年人的子女、孙子、孙女会前来看望,一些养老机构里开辟了咖啡角,让老年人和家人相聚时有个放松的环境。一些养老机构还设置了玩具一角,为让老年人的孙子、孙女来看望时有得玩。他们还负责给社区的孩子修理玩具,目的是为了加强和社区居民之间的联系。在一些传统节日,养老护理设施也会搞开放日,举办各种丰富多彩的活动吸引社区居民参加,为养老设施注入一些新鲜空气。

养老不仅是个现实问题,也是一个长期的话题,预计到2020年,日本75岁以上老年人口数量将占到老年人口比重的一半以上。

在日本,针对那些健康的、生活可以自理的老年人,主要是延长其自立和自理能力阶段,延缓其进入需要护理、需要支援的状态。对于那些生活自理能力已下降的高龄老人则尽可能及早发现,根据其身体状况,对其进行日间服务、访问护理等,使老年人在不脱离家庭和社区的情况下安度晚年。

(责编:萧茵)