

“中国式”养老打响攻坚战

新华社北京10月7日电（记者陈芳 屈婷 田晓航）老龄化浪潮扑面而来，“中国式”养老打响攻坚战。

据全国老龄办发布的消息，2050年前后，中国老龄人口将达到4.87亿人。如何让老年人健康幸福地安度晚年，是一个艰巨任务。

家住上海浦东新区陆家嘴的郑志梅老人骨折手术后，女儿不放心她一人在家，因此就去养老院、去医院住也不合适。“幸好小区有社区

综合为老服务中心，就近康复、照料都方便，还有熟悉的老伙伴。”

调查显示，九成老年人选择居家养老。目前，我国着力发展依托社区的、以居家为基础的多样化养老服务，同时推进医养结合、开展长期护理保险制度试点。

“走出一条符合国情的养老之路至关重要。”中国老龄协会副会长吴玉韶说，虽然我国老年人口规模近2.5亿，但我们“集中力量办大事”的制度优势，有孝亲敬

老、互帮互助的文化传统，“智慧养老”等新技术的应用也让“老”在中国更有底气。

从出台推进养老服务业纲领性文件，让老龄事业发展的顶层设计愈加完备，到以居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养相结合的“中国式”养老服务体系基本建立，我国应对老龄化的脚步积极而稳健。

16.38万个各类养老服务机构和设施、746.3万张各类养老服务

床位、93%的养老机构以不同形式提供医疗服务……新时期养老服务攻坚正在交出扎扎实实的成绩单。

根据民政部《关于进一步扩大养老服务供给 促进养老服务消费的实施意见》等文件，到2022年社区100%配建养老服务设施，加快培养培训200万名养老护理员，发展多种老年护理保险产品……不断健全中国特色养老服务体系，更好满足多样化、多层次养老服务需求，“中国式”养老攻坚还在路上。

三名美英科学家分享2019年诺贝尔生理学或医学奖

新华社斯德哥尔摩10月7日电（记者和苗 付一鸣）瑞典卡罗琳医学院7日宣布，将2019年诺贝尔生理学或医学奖授予美国科学家威廉·凯林、格雷格·塞门扎以及英国科学家彼得·拉特克利夫，以表彰他们在“发现细胞如何感知和适应氧气供应”方面所做出的贡献。

评奖委员会说，动物需要氧气才能将食物转化成有用的能量，人们了解氧气的基础性重要作用已有数个世纪，但细胞如何适应氧气水平变化长期不为人知。今年的三名获奖科学家发现了“细胞如何感知和适应不断变化的氧气供应”，并确认了“能够调节基因活性以适应不同氧气水平的分子机制”。他们开创性的研究成果“揭示了生命中一个最基本的适应性过程的机制”，为我们理解氧气水平如何影

响细胞新陈代谢和生理功能奠定了基础。

评奖委员会强调，今年的获奖成果为人类开发出“有望对抗贫血、癌症以及许多其他疾病的新策略铺平了道路”。

委员会秘书托马斯·佩尔曼在当天举行的新闻发布会上表示，他已经与三名获奖科学家取得了电话联系，三人均表示“很高兴能够分享”今年的诺贝尔生理学或医学奖。凯林1957年出生在美国，现就职于美国哈佛大学医学院和霍华德·休斯医学研究所。拉特克利夫1954年在英国出生，现就职于英国牛津大学和弗朗西斯·克里克研究所。塞门扎1956年出生于美国，现就职于美国约翰斯·霍普金斯大学。

三名科学家将分享900万瑞典克朗（约合91万美元）奖金。

当你老了，让我们一起呵护

——破解老龄化挑战的中国探索

据新华社北京10月7日电
记者 陈芳 田晓航 屈婷

重阳节至，养老又成为人们热议的话题。

这是一场你我皆置身其中的变化：每天两万人进入老年，60岁以上老人近2.5亿……面对挑战，“中国式”养老，将走出一条怎样的新路？

新华社记者近日赴多地调研发现，从面向困难老年人逐步拓展到全体老年人，从保基本、兜底线到满足老年人多样化、多层次的需求，中国正以前所未有的力度，探索健康老龄化的“中国方案”，满足亿万老年人对美好生活的新期待。

最大群体：九成居家养老，能否过得更舒心？

从清晨到黄昏，从公交站、公园到小区楼下的广场，随处可见老年人的身影。这时，你会深切地感到，老龄化就在眼前。

中国有2.5亿老人，这个数字意味着什么？它相当于英国总人口的3.76倍，日本人口的2倍，澳大利亚人口的10倍。

庞大的群体背后，是空巢老人多、困难老人多、老年抚养比高的突出特征。中国，如何扛起如此艰巨的养老重任？

从20世纪末开始，我国积极开展应对人口老龄化行动，连续编制实施了五个老龄事业发展规划，近年来，有关部门的“十三五”规划均将老龄工作纳入其中。

从重点发展居家养老，到开展居家和社区养老服务改革试点，再到依托社区发展以居家为基础的多样化养老服务……养老政策表述一次次“升级”，以居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养相结合的中国特色养老服务，搭建起了“中国式”养老的“四梁八柱”。

调查显示，我国九成以上的老人倾向于居家养老。

养老服务驿站、日间照料中心、老年人助餐点……近年来，多地开始探索以街道、社区为基点的就近养老模式，从面向困难老年人逐步拓展到全体老年人，盘活养老“一张床”，优化养老“一个圈”。

在为政策叫好的同时，一些社区养老驿站也暴露出“服务下线”、收费偏高等问题。

记者走访北京的一些社区养老驿站发现，晚上基本是无人值守，有的养老驿站，就餐、按摩、棋牌都养在一间小屋。一些老人觉得别扭，不愿意去了。

“饭菜谁不好吃、贵不贵，老人夜里生病谁来帮忙，居家社区养老服务应该像绣花一样精细。”中国老龄科学研究中心副主任党俊武说，居家社区养老服务不是“盆景”，而是为老年人遮风挡雨的“森林”。

让老年人居家养老更舒坦，中国正在着力破解更多“痛点”问题，政策的脚步声愈发密集——

从今年发布《关于推进养老服务发展的意见》支持养老机构上门为居家老年人提供服务，到国务院常务会议明确为老年人提供以居家为基础的助餐、助医、助行、助洁等便捷服务，再到民政部发文要求到2022年社区100%配建养老服务设施……在“精雕细琢”上下功夫，养老政策越来越暖心。

“难中之难”：5000万失能失智老人，该怎么办？

王琳（化名），50岁，家住山东省淄博市张店区。母亲78岁，阿尔茨海默病确诊7年。

从最初的据理力争、委屈落



在安徽省五河县特困人员养护院，工作人员陪老人晒太阳（3月7日摄）。（新华社记者 刘军喜 摄）

泪，到现在掏出病历本、默默结账，今年以来，王琳已记不清是第几次去菜店接回“买菜”不给钱的母亲。

几乎每一位失能失智老人的背后，都有一段家庭艰难挣扎的过往。

4000万失能和半失能老人、1000万老年性痴呆患者——失能、失智老人群体达到5000万，总体疾病负担超过万亿元。

面对严峻的现实，中国开出了“医养结合”的大药方。自2015年《关于推进医疗卫生与养老服务相结合的指导意见》出台以来，医养结合政策体系逐步建立，失能失智老年人的康复治疗、护理、安宁疗护等一系列服务需求逐步得到保障。

截至目前，全国有近4000家医养结合机构，医疗机构与养老机构建立签约合作关系的有2万多家。不少家庭不必独自艰难负重前行。

然而，高龄失能、失智老人的照护被公认为养老服务业的“难中之难”。难在何处？中国老龄协会副会长吴玉韶说，难在它是一件专业的事，导尿管、压疮、吸痰、插鼻胃管，家里人基本搞不定；难在它是一件耗人的事，每天24小时，一年365天不得闲。

按照国际上失能老人与护理员配置标准3:1推算，我国至少需要1300万名护理员。然而，我国鉴定合格的养老护理员数量却相去甚远。

养老护理专业人才缺口巨大，为何却招不来人？技能要求高、苦脏累压力大、加薪空间小、医疗纠纷频发是主因。

面对高龄失能人群快速增长的现状，护理服务能否跟上，最终决定着“老有所养”的整体水平。但医疗机构不能养老，养老机构不能看病，医养“两张皮”的现象长期以来制约着老年健康事业的发展。

很多老年人向记者反映，他们最需要的是“大医生”，而是专业化老年“照护师”，需要一个陪伴在身边、懂得基本医疗常识的人。

党的十九大报告明确提出“推进医养结合”，今年政府工作报告进一步要求“改革完善医养结合政策”。推进医养结合，探索长期护理保险制度，今年也被纳入健康中国行动的老年健康促进行动。

针对高龄失能、失智老人，我国加速攻坚照护难题，提出到2022年底培养培训200万名养老

护理员、10万名专兼职老年社会工作者；加快推进长期护理保险试点，加快发展包括商业长期护理保险在内的多种老年护理保险产品……

“医养结合是一个新生事物，难免在发展中遇到很多痛点、堵点。”国家卫生健康委老龄健康司司长王海东说，下一步将推动医养结合在人员、医保、土地和租金等方面取得关键突破，加快构建“医老、护老、养老、终老”相互衔接的服务模式。

潜力“人口”：一半以上“活力老人”只能是包袱吗？

一提到“老”，很多人就会有太多的精神负担和彷徨无措，仿佛一老就成了“包袱”。

满足更多老年人的精神需求，让他们优雅地老去，也是“中国式”养老的题中应有之义。

在浙江省舟山市的海岛学校，孩子们今年迎来12位“高龄”老师。这些不超过65岁的优秀退休教师来到这里发挥余热，给师资力量严重不足的学校“补血”，还能帮青年教师提升教学水平。

让银龄教师“劳”有所得，舟山市教育局给每人每年10万元的讲学经费，报销一年两次的探亲交通费。

得益于财政部、教育部实施的“银龄讲学”计划，4000名银龄教师将奔赴四川、重庆等多地农村中小学。在教育扶贫的战线上，他们将实现人生“下半场”的价值。

我国2.5亿老人中，60岁到70岁的老人占一半以上，这些“年轻”的老人，国际上称他们为“活力老人”。

“既然有银龄老师，就可以有银龄医生、工程师、志愿者……活力老人是可以‘掘金’的优质人力资源，是最有潜力的老年人口红利。”北京大学国家发展研究院教授李玲说。

记者了解到，在深度老龄化的日本，从出租车司机到便利店收银员，甚至是重体力劳动者，“银发族”活跃在各行业第一线的情景并不少见。

重视珍惜老年人的知识、技能、经验和优良品德，鼓励其在自愿和量力的情况下，从事传播文化、参与科技开发和应用、兴办社会公益事业等社会活动；优先发展社区老年教育，方便老年人就近学

习……《关于推进养老服务发展的意见》已把老年人关爱服务和老年教育放在了重要位置。

该补的课：每年2500万次跌倒，如何让老人不再举步维艰？

“人口老龄化是一场静悄悄的革命。”联合国前秘书长安南说，“革命”是好事，代表人活得越来越长寿，社会越来越进步，医疗卫生越来越发达。

织起了世界最大的养老保障网、养老金“十五连涨”、近3000万老年人享受高龄补贴……我国不断夯实养老兜底保障基石，给越来越多老年人带去暖心“礼包”。

“养老是社会问题。”李玲说，养老是一项全社会的系统工程，中国式办法就是要调动每一个社会细胞的力量，尽可能用小投入解决大问题。

公交车门槛高、地铁没电梯、公厕没扶手、红绿灯太短……在向快速老龄化转变的过程中，对健康成年人来说不成问题的“问题”，却成了公共场所里一道道“高墙”，让老年人举步维艰。

在中国，老年人每年跌倒2500万次，60%的老年人意外跌倒发生在家中。一根电线、一条加热毯、一个玻璃杯……家里的小细节，成为老年人安全的大隐患。

国务院办公厅最新下发的意见明确，到2020年底前，采取政府补贴等方式，对所有纳入特困供养、建档立卡范围的高龄、失能、残疾老年人家庭实施适老化改造。

解决住宅“不适老”问题，把养老院“搬回家”，织就一张覆盖城乡的老年家庭安全网，已是当务之急。

为了让老年人生活更美好，我国开始着力打造“互联网+养老”服务新模式，实施“养老服务+行业”行动，积极培育老年人用得上的产品和服务，不让互联网时代落下一个老年人。

针对社区养老服务相对单一、人手不够的问题，多地开始探索智慧养老，形成“一对多”模式，让家政、物业、餐饮、物流等都可以加入养老服务，催生了更有活力、创造力的市场“单元”……

夕阳无限好，人间重晚晴。70年前，吃不饱、穿不暖的中国人，谈不上养老。如今，老人不仅有幸福的余生，更有精彩的“新生”。

大数据透视“十一”黄金周旅游消费升级亮点

新华社上海10月7日电
记者 陈爱平

随着旅游休闲成为我国居民“幸福必需品”，今年“十一”黄金周，各地一如既往地迎来“人从众”。除了游客“爆棚”，今年黄金周市场呈现以下新变化：

——旅游半径更大

携程数据显示，有来自500多个城市的旅游者通过该平台预订跟团游、自由行、定制旅游、当地玩乐等产品；涉及100个国家和地区，数量为历年新高。

从机票预订数据看，国内目的地中，北京、上海、广州、成都、南京、杭州、重庆、西安等人气最旺；境外目的地中，日本、泰国、新加坡、马来西亚、印度尼西亚等最为热门，“一带一路”沿线国家和地区热度持续升温。

携程分析，今年黄金周机票价格较去年同期有所下降，成为激励游客出行的原因之一。例如，前往哈尔滨、兰州、桂林、张家界等国内目的地票价同比下滑20%左右；前往冲绳等境外目的地票价降幅较大。

——红色旅游更“火”

携程数据显示，在庆祝新中国成立70周年之际，首都北京成为今年黄金周红色旅游客流量最大的目的地，延安、上海、井冈山、遵义等红色旅游目的地也迎来大量游客。

携程平台上，以北京为关键词的搜索量同比增长150%；以嘉兴、延安、井冈山、遵义等为关键词的搜索量同比增长超过100%。

——文博景区更智慧

携程数据显示，今年博物馆景区游玩人数同比上升30%，故宫博物院、秦始皇帝陵博物院等人气非常高。

针对以往黄金周出现的长时间排队与拥挤现象，还有越来越多的景区通过信息化的手段，用预约和限流来保障游客的参观体验。

——个性化更浓

更多游客选择个性化的旅游方式和休闲项目。携程称，国庆假期租车自驾游订单预计同比增长近60%，探秘周边小众线路的短途自驾游持续受到热捧；私家团的报名人数同比增长高达155%。

颇具特色的夜游经济更加火爆，携程称，黄浦江游船、重庆两江游船、珠江游船等门票订购量增长均超过50%。

——亲子游更精致

携程称，国庆假期游客中有28%是亲子游客，这一群体消费升级主要体现在游玩项目上。国庆期间，高星级酒店以及包含儿童餐饮、用品、玩乐设施的亲子房更受欢迎；热门城市亲子房每晚单价价格700元至1000元，但大多在国庆前一周即售罄。

亲子游客寓教于游的特征更为明显。携程数据显示，黄金周人气最高的景区多以亲子乐园、海洋馆、博物馆和历史建筑为主。

——游客更“小心”

携程称，越来越多的游客安全和保险意识增强，一个显著特征是黄金周前后该平台上旅游意外险的投保率走高。境外旅游、旅程中有高危项目、出行时间比较长、同行人员中有老人小孩、自驾游、医疗费昂贵是人们购买保险主要考虑因素。

伊朗指控美国对伊发动多起网络攻击

新华社德黑兰10月6日电 伊朗官方媒体塔斯尼姆通讯社6日说，美国在过去一段时间内多次对伊朗发动网络攻击，伊朗将采取法律手段捍卫自身合法权益。

塔斯尼姆通讯社当天援引伊朗民防组织指挥官贾拉利的话说，美国已多次对伊朗进行网络威胁或攻击，对这些反伊朗的活动负有法律责任。伊朗司法部和外交部正在处理这些网络攻击案件，将采取法律手段回应。

贾拉利说，伊朗民防组织过去

美宇航员完成7小时太空行走

新华社华盛顿10月6日电（记者周舟）美国航天局6日说，国际空间站的两名美国宇航员当天完成了约7小时的太空行走，为空间站更换更高性能的锂电池。这是国际空间站上的第219次太空行走。

美国东部时间6日下午2时40分（北京时间7日凌晨2时40分），美国宇航员克里斯蒂娜·科赫和安德鲁·摩根完成了今年空间站的第6次太空行走，用时7小时1分。

航天局在一份声明中说，二人将Port-6桁架结构上的镍氢电

池更换为体积更小、更强大的锂离子电池，后者由日本“鸕”号货运飞船9月28日运抵国际空间站。两名出舱宇航员提前完成了预定任务后，还完成了原定于10月11日进行的电池更换任务。

美航天局说，国际空间站宇航员计划在3个月内进行10次复杂的太空行走，出舱频率创国际空间站2011年完成组装以来的纪录。10月计划进行的5次太空行走主要为空间站桁架结构更换电池；另外5次太空行走计划于11月开始，任务是修理空间站上的太空粒子探测器“阿尔法磁谱仪”。