

“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年底前培养培训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，更要有精彩的“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，今年博物馆类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。

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%。

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

半年来已组织超过120次防御互联网攻击的演习，其中约70%旨在保护包括炼油厂、石化厂、油气运输等能源设施的网络安全。

此前，伊朗曾多次遭到网络攻击，也曾多次遭受针对其核设施的电脑病毒攻击。2018年4月，伊朗遭到网络攻击，导致全国范围内互联网出现暂时中断。2010年9月，伊朗国内数万个互联网终端感染“震网”病毒，随后伊朗数次推迟布什尔核电站的供电时间并一度卸载已加载的核燃料。

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”。

美航天局在一份声明中说，二人将Port-6桁架结构上的镍氢电