

78.6岁→79岁！迎接长寿“新常态”

人均预期寿命延长意味着什么

2024年中国居民预期寿命79岁，比2023年提高0.4岁，比2019年提高1.7岁，提前实现了“十四五”规划的目标要求。

这是国家卫生健康委员会主任雷海潮，日前在十四届全国人大三次会议民生主题记者会上透露的数据。

古代诗人可能无法想到，“人生七十古来稀”的喟叹，有朝一日会与实际明显不符。要更好理解“79岁”的意义，有必要了解另一个数据：新中国成立之初，人均预期寿命只有大约35岁。

人均预期寿命指的是什么？其提高有什么意义？各方是否做好了充足的准备应对人均预期寿命的提高？带着这些问题，记者进行了采访。



3月12日，老年人在山东鄄城县中央悦府综合养老服务中心打太极拳。 新华社发

人均预期寿命到底是什么

华中科技大学人口与政策研究所所长石人炳介绍，人均预期寿命是一个假定值，指在某一时期各个年龄段死亡率不变的前提下，这一时期出生的人，预期能继续生存的平均年数。

“通俗地讲，人均预期寿命是当年的新生儿，按照当年的各个年龄段死亡率生存下去，预计平均能活多少岁。随着社会的发展，各个年龄段的人死亡率会逐步降低，人的实际寿命就会延长。当前我们的人均预期寿命是79岁，但2024年的新生儿实际的平均寿命可能会更长。”石人炳说。

“预期寿命和平均寿命不同。前者可以理解为一个刚出生，按照当前的社会医疗条件、死亡率水平，一生平均能活多少岁，是一个预测值，根据现在的数据估算。”郑州大学公共卫生学院党委书记吴建介绍，如果医疗技术进步使死亡率下降，预期寿命会相应上升。

在不同性别方面，女性的人均预期寿命普遍比男性的人均预期寿命要长，并且越是发达的国家和地区，这一差距越大。石人炳介绍，造成这种差别的因素有很多，例如社会保障、科技发展水平、基因等。

“生物学优势方面，雌激素能够保护心血管，女性免疫系统更强；行为差异方面，男性更多吸烟、酗酒、高危作业等；社会角色方面，一些男性不愿表达心理问题，这也使得男性的抑郁症死亡率更高。”吴建解释。

人均预期寿命提高代表了什么

“人均预期寿命是衡量一个地区人口健康水平的重要指标。”吴建认为，人均预期寿命代表社会整体健康水平，人均预期寿命越高，说明医疗条件、环境卫生、生活质量越好。计算人均预期寿命可以帮助政府做决策，比如养老金要准备多少年、医院该重点防治哪些疾病等。

雷海潮介绍，在对53个中高收入国家人均预期寿命的统计中，中国排名第四；在G20国家中，中国排在第十；即使与高收入国家相比，中国居民的人均预期寿命仍然超过21个高收入国家的人均预期寿命。这说明中国人的优秀传统文化、良好生活方式，对于改善健康所产生的效果是直接的。

北京、天津、上海3个直辖市和山东、江苏、浙江、广东、海南5个省，上述8个省份的人均预期寿命超过了80岁。“中国居民人均预期寿命提高的潜力是明显的。我们在健康水平改善的同时，也认识到老百姓追求健康改善的愿望越来越强，我们的努力也需要持之以恒。”雷海潮说。

郑州大学第一附属医院主任医师张水军认为，人均预期寿命的提高，是我国社会进步与医疗卫生水平提高的结果，体现了国家医保政策与健康中国战略在全民健康中发挥了重要作用。

另一方面，人均预期寿命的提高，也预示着老龄人口的增加。

人均预期寿命提高要做好哪些准备

人均预期寿命的提高，带来人口结构的变化。截至2024年末，我国60岁及以上老年人口已超3.1亿人。

如何应对老龄化带来的问题？石人炳认为，长期来看，需要制定并落实好促进生育政策，发放育儿补贴，提高生育水平，从而降低老年人口的比重。“同时，相关部门要提前预测和规划如养老金赤字、护理短缺、老年人就医难等问题，也要加强研发和投入‘人工智能+养老’‘人工智能+就医’等新科技和新模式，解决老年人在陪护、紧急救助、基本生活方面的需求。”石人炳说。

张水军建议，可以通过增设养老机构，加强社区养老服务，加快人工智能在养老服务中的应用，普及防病知识，使老年人既延年益寿又活得幸福有尊严。

民政部部长陆治原介绍，去年12月，中共中央、国务院印发《关于深化养老服务改革发展的意见》，对加快建设适合我国国情的养老服务体系、更好保障老有所养作出顶层设计。按照兜底、普惠、市场分类推进养老机构改革，发展兜底保障型、普惠支持型、完全市场型三类养老机构，满足老年人多样化的养老服务需求。

“我国人口发展呈现出老龄化、高龄化、少子化等特点，传统的家庭养老功能在弱化，越来越多老年人对社会养老服务提出需求，这就需要推动养老服务向全体老年人拓展。”陆治原说。

据《人民日报》报道



3月15日，中国铁路哈尔滨局集团有限公司开行今年首趟“银发旅游专列”。 新华社发

