从养老到享老

解码3.2亿老年人的银发新图景

10月18日是九九重阳节。重阳节，是中国传统文化中一个表达对老人尊敬与爱护的节日。截至2025年底，我国60岁及以上老年人口达3.2亿。如何更好地关爱老人，也是全社会共同面对的一大课题。

“十五五”规划提出，要深入实施积极应对人口老龄化国家战略，健全养老事业和产业协同发展政策机制。当前，无论是在适老化改造、社区养老生活圈建设，还是养老服务职业新机遇等方面，我国养老服务改革的发展成效正逐步显现。

展望银发新图景，如何能让更多老人都老有所养、老有所安？首先，让我们把目光投向居家养老。在我国，90%左右的老年人选择居家养老。从一把黄色扶手，到各类智能穿戴设备，适老化改造是居家养老的关键一环。



在北京智慧康养机器人养老驿站内，一名社区居民跟随一款智能设备练习八段锦。 新华社记者鞠焕宗 摄



老人在智慧养老产业博览会上体验乐龄鼓。 新华社发



老人在智慧养老产业博览会上了解适老化产品。 新华社发

山东：推进适老化改造 改善居家养老生活

今年72岁的王一正老人，家住山东省青岛市城阳区夏庄街道王家泊子社区，因为身有残疾，随着年岁增长，行动愈发不便。现在，从卧室到客厅再到卫生间，王一正老人家中的多处墙面，都装上了醒目的黄色扶手，成了触手可及的生活“搭手”。王一正告诉记者，改造之前，有专门的人来问他的身高、体重，确定扶手的高度。现在的位置，刚好能借上力。

评估员还结合王一正老人的身体状况、居住环境和生活习惯，给家中安装了防滑地面、紧急呼叫器等。关于改造费用，王一正说，政府有补贴政策，社区为他申请减免了6801元。

2023年以来，山东省青岛市城阳区对符合条件的老人实施分层补贴。依托超长期特别国债资金，叠加区级财政投入，每户最多可以补贴7000元。截至目前，城阳区已完成适老化改造15000多户。

北京：先体验再改造 33个适老化改造样板间落地

眼下，改造方案、智能设备、补贴政策逐步落地，但不少老人面对品类繁多的产品，会遇到不知道该怎么选、改完是什么效果的情况。坐落在北京市朝阳区和平街街道的一个适老化改造样板间，让老人们的困惑有了解答。记者观察到，不少老人来这里体验改造后的效果。

北京市发展和改革委员会副主任李晓涛表示，目前已经通过了两批，北京市已经有33个样板间，其中25个已经投入运营。希望通过场景打造，让更多人和更多企业主体能参与其中，创造出更高质量的需求、产品和服务，这样才能把产业体系做得越来越强大、越来越有质量，老年人也得到更多实惠。

科技成果助力“老有所安” 智慧养老成为新趋势

近年来，各类科技成果在养老领域的应用也在加速，智慧养老成为新趋势。目前，全国已有32个项目，入围工业和信息化部和民政部联合确定的智能养老服务机器人结对攻关与场景应用试点项目名单。其中有哪些新技术值得关注、实际落地效果又如何？

扣好绑带、固定腿部支架、按下开机键，不到一分钟时间，家住北京的刘学云老人就穿戴好了自己的新装备——外骨骼机器人。刘学云和老伴介绍，外骨骼机器人穿起来挺轻松，也不沉，差不多三瓶矿泉水的重量。无论是在家走动还是出门逛公园，外骨骼机器人都给他们提供了不少助力。

刘学云说，这样走2万步没问题，上山也没问题，回来再充电就是了。刘学云老伴匡文民告诉记者，现在用外骨骼后，爬山、慢跑、快走，都没问题，提升了老年人的生活质量。

记者了解到，由于每个人走路发力方式不同，为了让行走时获得的助力尽量贴合，这一外骨骼机器人还会持续收集数据，优化步态的AI算法模型。仅单一企业数据来看，今年前8个月，外骨骼机器人销量相比去年同期增幅达到166%。

外骨骼机器人研发企业北京清北中心旗舰店店长李婷表示，根据不同用户的需求，目前产品有适合户外运动、术后康复还有家庭日常出行的，价格在几千元到2万元不等。现在外骨骼机器人已经从专业设备转型到日常家庭消费级产品。

在河南安阳的一家老年公寓内，一台外形犹如超大号胶囊的智能全自动洗澡机器人，正在助浴间里为老人提供服务。老人躺进去以后，机器内部可以喷淋出水，自动完成洗澡全过程。河南省安阳市内黄县老年公寓的住户卢晓坤说，十几分钟就洗好了，洗完澡还能烘干，很方便。

助浴机器人研发企业康养事业部客服部部长苏晓彩表示，重点解决人工助浴劳动强度大、照护风险高等难题。既能让老人安全、舒适、有尊严地洗浴，又能减轻护工负担、提升工作效率。

此外，针对失能或半失能的卧床老人，能边洗边排水的便携式洗澡机现在也逐步进入推广应用阶段，可以避免老人摔伤或滑倒风险。据了解，这家企业参与的助浴机器人相关试点项目，试点期间共部署220台设备，将在居家、社区及机构三类场景直接服务超2000名老年人。

助浴机器人研发企业康养事业部负责人李振凯表示，未来产业的核心方向，是“康复+照护”一体化，把前沿康复技术和日常养老照护场景打通。

据央视报道