

# 美国居家养老研究：没想到美国的居家养老比例也高达 90%以上

【摘要】在“美国未来养老服务产业八大预测”中，谈到由于经济衰退、科技发展、城市规划等诸多因素，越来越多老年人将选择“Aging In Place”，也就是我们所说的居家养老。那我们就来聊聊美国的居家养老，这可能给咱们国内探讨居家养老模式与服务会有不少启示。

## 1、美国居家养老的比例

美国的养老产业发展了半个多世纪，尤其是机构养老方面，涵盖了从健康活跃老人的独立生活社区（Independent Living Communities），协助生活设施（Assisted Living Facilities），到需要专业医疗护理的疗养院（Nursing Homes）、失忆护理中心（Alzheimer's Care）等，发展得非常成熟。本以为其机构养老的比例会高于 20%以上，但仔细研究了来自不同源头的养老数据后，发现事实令人惊讶，其机构养老的比例竟然低于 10%，而且还呈下降的趋势，相反，居家养老倒是越来越受推崇。

### Medicare 调查结果：65+老人居家养老比例 93%

2007 年，对 65 岁以上参与 Medicare 的老年人做了一项调查，发现其住长期护理设施（如协助生活社区、疗养院、失忆护理中心等）的仅有 2%，住服务性住宅社区（如独立生活社区、持续护理退休社区等）的约 4%，而住传统社区（居家养老）者则高达 93%。当然，该基于年龄组的调查也发现，随年龄增大，所需服务（家政、医疗健康护理等）增加，住机构养老者比例也快速增长，85 岁以上老人住长期护理设施的就猛增到了 15%。具体数据如下所示：

### AARP 调查结果：65+老人 90%愿意居家养老，80%不打算迁居

2011 年，美国退休人员协会 AARP（American Association of Retired Persons）调查表明，65 岁以上老人中，90%表达愿意住他们自己的房子而不迁往机构养老设施，80%表示他们不打算再乔迁，就住在现有的房子中。即使他们已经开始需要日常协助或者需要持续的健康护理，还是有 82%的老人宁愿待在自己房子里。

另有些报告称美国仅有约 5%的老人会住在养老院，而且这个比例可能还将下降，跌到 3%左右。可以看到，无论是那种报告，美国居家养老者的比例都在 90%以上。

## 2、美国居家养老的模式

美国居家养老在上世纪 90 年代就开始朝模式化方向发展，目前主要有以下几种成熟模式：

### 1)会员制多元化服务模式

会员制服务模式的先驱者与著名代表就是波士顿的 Beacon Hill Village，它由波士顿 Beacon Hill 一群邻居发起而成立，是全美第一个非盈利会员制运作模式社区。

老年居民们缴纳一定的会员年费，就可以享受到一系列的服务，涵盖志愿者提供的交通搬运、购物、家政、花园与房屋维护，以及一些只有高端机构养老社区才能提供家庭保健护理、医疗服务等。

这种模式属草根运作，老年居民自我驱动，自我组织，志愿者参与服务，除了提供各类养老服务，还会组织各种社区活动，如百乐餐、读书分享、学习培训等，丰富了老年人生活。因此，这种模式自 1999 年在 Beacon Hill Village 尝试后，快速发展，到 2012 年，已经有 70 多个这

样的村落 (Village) 在运行, 而且还有许多正在筹建中。此外, 这些村落还联合起来, 建立了村落联盟 (Villageto Village Network - VtV, [www.vtvnetwork.org](http://www.vtvnetwork.org)), 他们交流思想与经验, 共享服务资源等。

## 2) 社区支持的多元化服务模式

社区支持服务模式源自自然形成退休社区 NORCs (Naturally Occurring Retirement Communities) 居家养老倡议, 它组织并建立了一个庞大网络, 囊括家政、健康保健护理、医疗服务提供商, 政府机构与慈善组织等, 倡导老年人建立社区、独立生活、健康养老。

这种模式的养老社区不是由养老机构建立, 而是由老年人聚集, 逐步沉淀而自然发展形成。通过 NORC—SSP (NORC - Supportive Service Program) 服务支持项目, 这个网络能及时了解社区老人的需求, 并提供周到的养老服务。

由于有政府倡导与法案支持, 这种模式发展非常迅速。目前, 全美可被称作 NORC 的社区已达数千。美国退休人员协会 AARP (American Association of Retired Persons) 预测, 有 25% 的老年人居住在 NORC 社区中, 而且随着美国社会老龄化加重, 这个比例还会增长。

## 3) Co-Housing 合作居住模式

合作居住模式于 20 世纪 60 年代最早在丹麦出现, 社区通常由 20~30 户组成, 其布局兼顾社交和私密性两方面需求, 私人住房与传统住宅模式基本相同, 公共设施(如康乐设施、庭院、广场、公共用房等)由居民共同所有。居民自觉参与设计和管理, 社区定期举行聚餐等公共活动以加强居民间的交流。“合作居住”模式主要特征可归纳为: 居民参与社区规划与设计, 鼓励居民互动; “公共用房”场所用于居民各项活动, 强调居民自我管理。

80 年代后期, 这种模式引入到美国, 原本并非源于养老目的, 但由于这种模式天然地利于丰富老年生活、便于相互照应与护理老年居民, 深受居家养老者欢迎, 甚至涌现了“老年合作居住”(Senior Co-Housing) 趋势。目前在全美 38 个州中, 建立了 300 多个这样的“合作居住”社区。

## 4) PACE 医疗护理模式

老年人全面护理项目 PACE (Program of All-Inclusive Care for the Elderly) 模式始于 70 年代早期, 是社区为了满足某些老年人的长期护理需求而建立。作为一个援助性项目, 那些 55 岁以上, 得到州政府认定需要疗养护理的老人, 若在政府登记时尚能在社区里平安生活, 就可以住到 PACE 服务区。PACE 项目目的, 就是帮助那些需要长期护理的老人独立生活, 尽可能长地在家养老。为了帮助老人们独立生活, 需要提供诸如病理医疗、物理理疗、处方药物、营养咨询、喘息照护、社会公益服务等等, 这些服务都由美国联邦医疗保险 Medicare 与医疗补助 Medicaid 网络覆盖的服务商提供, 而且费用由 Medicare/Medicaid 承担。

PACE 医疗护理模式也推进迅速, 到 2014 年, 在美国 31 州中, 已经有 104 个 PACE 项目在开展。

## 5) 日托服务模式

日托服务模式是充分利用社区成年人日托服务中心 (Adult Day Care Center), 早上将老年人送到日托中心, 傍晚再接回家居住。绝大多数日托服务中心每天运作 10-12 小时, 提供餐饮、全面照理服务或一些有意义的活动, 白天帮助照顾老人, 减轻家庭护理人员的负担。在家庭与日托服务中心的共同护理下, 老人可以延缓甚至无须入住长期护理中心(如协助型生活社区、疗养院、失忆护理中心等)。

全美目前有 5000 多家成年人日托服务中心, 每天为 26 万以上老人提供照顾服务。

还有人将住房结构调整（Home Modification）与科技应用（Technology）作为模式来讲，笔者个人不认同。住房结构调整或装修，以及监控预警通讯等高科技应用措施，只是为了老年人能够更安全更舒适更方便地在家生活，它们是提升居家养老生活质量的一些手段，对上述 5 种居家养老模式都有促进作用，但它们本身并非模式。

### 3、美国居家养老的政策与扶持

美国一直以来被称作小孩与老人的天堂，这点不假，对小孩寓教于乐，没啥竞争与压力；对老年人也是相当慷慨，有医疗保险与医疗补助（Medicare/Medicaid），老来若进入养老院或疗养院，尽管费用昂贵，但基本是政府买单。然而，随着美国婴儿潮一代老龄化到来，65 岁以上“银发一族”将从现在的 4000 万，增长到 2050 年的 8800 万以上，年增长率约 120%；同期，85 岁以上老人的数量也将翻 3 倍而达到 1900 万。大量的“银发一族”涌现，政府财政负担沉重，将难以为继，一些 Medicare/Medicaid 项目缩减，政府政策也开始朝经济实惠的居家养老角度倾斜。下面我们来看看一些倡导与促进居家养老的政策法规与扶持机构等。

#### 1) 老年人区域办事处（Area Agencies of Aging）

老年人区域办事处是根据美国老年人法案（the Older Americans Act）而设立，它的宗旨就是为社区老年人提供服务，使他们能够独立而有尊严地居家养老。这些老年人区域办事处需响应任何本地社区 60 岁以上老年人需求，协调支持他们的日常生活服务信息的查询与推荐，包括养家家政、保健、交通出行、雇佣、老年中心、成年人日托中心服务等。

#### 2) 居家养老社区创新倡议（Community Innovations for Aging In Place Initiative）

居家养老社区创新倡议也是根据美国老年人法案（the Older Americans Act）而由国会授权，并由美国老龄局（the United States Administration on Aging）资助的。

这项倡议的目的是资助社区创新，使社区人口比重不断增多的老年人，能够依然独立、安全地在社区生活，居家养老。

#### 3) 患者保护与平价医疗法案 — 家庭与社区服务条款

患者保护与平价医疗法案（Patient Protection and Affordable Care Act）添加了一部分“家庭与社区服务条款”，这些条款要求在美国医疗补助计划（Medicaid）中囊括家庭与社区服务内容。条款在国会的通过，使得 Medicaid 会将其资助资源从机构护理（如疗养院、失忆中心的护理）转向经济实惠的家庭与社区护理，强化支持居家养老。

随着美国“银发一族”的快速增长以及更长的预期寿命，资助老年人与失能民众的 Medicaid 财政预算给州政府造成的压力越来越大，这种朝经济实惠性居家养老支持的转向，有助于缓解政府财政压力。因此，可以预见，这种转向还将加速进展。

此外，为了老年人能够更好地享受居家养老与社区生活，还在土地使用、交通出行、住房供给等方面强化了法规与扶持。

#### 1) 土地使用（Land Use）

制定了一些土地使用政策，使得老年人能够住在靠近服务设施的地方，甚至是步行范围内。

整合土地使用与交通规划，降低对汽车出行的依赖性；

在公共交通车站 1/4 或 1/2 英里范围内，实施公共交通导向发展；

鼓励社区设施的联合使用，譬如老年中心与学校保健室的联合；

## 2)交通出行 (Transportation)

制定增加交通出行便利措施的法规，可以降低对自驾的依赖，便于老年人出行。

设计“完整街道”，确保老年人也能去到他们想去的地方；

顾及老年人的脆弱性，确保行人安全；

颁布自愿者司机法规，免除交通事故时自愿者司机的民事责任；

## 3)住房供给 (Housing)

制定政策，增加经济适用房供给，满足老年人住房需求。

利用联邦低收入税收减免计划资金，在交通转运站周边或宜居社区提供住房供给；

鼓励房产商，采用通用设计建筑标准，确保房屋通达性；

倡导居家养老模式社区建设，提供老年人参与社会与社区生活的便利设施；

**Fred Nie:** 没想到高福利且机构养老发展很成熟的美国，其居家养老的比例也是高达90%以上，而且还有那么多的政策、法规实打实地扶持居家养老，并发展出了多种颇为成熟的居家养老模式，这些对咱们绝对有很大的借鉴意义。虽然敬老孝老居家护老是咱中国人的传统美德，子女心甘情愿承担父母养老职责，若咱政府也能拿出些实打实的政策来扶持，效果将更佳。最近看到南京“家属照料型”模式创新—子女、儿媳在家照顾卧床不起的父母公婆，政府发月工资。这就是实打实的政策扶持，看来咱们也已朝正确方向迈步前行了，大赞。