



人才培养

开设多类培训课 学员呈年轻化趋势

“各位学员注意！协助老人翻身、起身落座，既要守住老人安全，也要做好自我防护。”日前，记者走进位于东丽区的鹤童老人护理职业培训学校（以下简称鹤童学校），校长宋国敏正在现场示范标准照护动作，11名学员围在模拟病床前，边听边记笔记。

拥有三甲医院从业经历、退休后从事一线教学的宋国敏补充讲解：“照料卧床老人，先要调整卧位、固定肢体，借助发力点缓慢变换体位，全程动作必须轻柔舒缓，避免给老人造成二次伤害。”

这是鹤童学校常态化开展的养老护理线下实训课。深耕养老护理培训二十余年，这里已成为行业从业者、转行求职者的技能“充电站”。

29岁的学员赵志，此前一直从事销售工作，转行的初衷源于亲情牵挂。“奶奶下肢瘫痪，外人来照料，老人常抵触、不配合，我想学一套专业照护手法，既能让她少遭罪，也能掌握一技之长，今后从事养老护理工作。”他说。

学员参加培训的背后，既有家庭照护的现实考量，更有对行业前景的看好。学员王芳从事会计工作，受行业环境变化影响，计划拓展第二职业赛道。“养老是民生刚需，加上长护险覆盖面不断扩大，照护行业前景很好。”受妇产科医生母亲的影响，她对护理领域并不陌生，并已经规划好成长路径。“先考取健康照护师证书，再备考育婴师，多一项资质就多一条就业路。”她说。

“面对重度失能人群，我们重点普及基础生活照护常识，搭配科学康复训练方法，针对性开展肢体功能指导。”宋国敏介绍，照护领域讲究用进废退，长期卧床、缺乏活动，极易引发肌肉萎缩、肢体功能退化。专业护理不仅是基础照料，更要科学引导老人适度活动、主动锻炼，最大限度保留和恢复身体机能。

实训现场，学员们听得仔细，练得认真。他们中年龄最大的已经50多岁，小的只有20来岁。其中，男性学员占比四成。

据鹤童学校教学主管同鑫介绍，目前，学校开设了健康照护师、长期照护师、养老护理员、养老服务评估师等方面的培训课程，现有学员超200人。以本期健康照护师班次为例，学员需完成“7天线上理论+8天线下实操”累计120课时系统学习，通过统一笔试考核后，才能取得职业资质。

同鑫坦言，长期照护师是伴随长护险落地而成长起来的新职业，报名热度从去年开始明显攀升。2026年第一季度，该类学员同比增长20%，有的是扎根养老照料中心的一线从业者，有的是跨界新人。

“五一”假期后，我们第二批长期照护师培训班即将开班，预计招收30多名学员。”他告诉记者，相比往年，如今参训人群结构发生了明显变化。过去养老照护培训多以五六十岁群体为主，现阶段学员则呈现年轻化趋势，三四十岁的中青年成为主力，很多20多岁的年轻人主动入行，给行业注入了新鲜血液。

护理机构

从被动响应到主动预警 AI织就“隐形守护网”

日前，在河西区73岁的刘大爷家中，饭碗大小的非接触式毫米波体征监测仪被安置在床头墙面上，24小时监测着他的呼吸频率与心率。一旦数值超出安全范围，AI（人工智能）预警即刻触发，健康管家与远在外地的子女会同时收到提醒，就近护理员第一时间上门，及时将潜在风险化解。这是天津长护险定点护理机构依托数字科技，为失能老人织就的“隐形守护网”。

享受长护险待遇后，天津小橙集团有限公司（以下简称小橙）为刘大爷定制照护方案，提供翻身叩背、压疮护理等专业服务，并安装非接触式毫米波体征监测仪。作为天津首批长护险定点居家护理机构，小橙通过数智管理平台实现服务全流程闭环，智能派单系统让派单效率提升150%，运营成本降低20%。截至目前，小橙已在全国布局200余个服务站点，拥有近3万名长护险护理员，累计服务失能老人近8万名。

“我们的非接触式毫米波体征监测仪等智能监测设备，已应用于天津1000多户失能老人家庭，推动养老照护服务从被动响应走向主动预警、前置守护。”天津小橙长护险业务运营部负责人李翠群说。

与居家照护形成互补，天津鹤童公益养老集团的机构护理同样温暖有力。“我们在津照护500余名老人，以80岁以上半失能、全失能高龄老人为主，长护险覆盖率达44.5%。”该集团总经理马丹说，今年以来，集团完成了30余例新入住老人失能评估申报，长护险覆盖率稳步提升。

“通过长护险基金支持，我们日均为每位老人减免护理费用49元，一个月下来能节省1500元左右的护理支出。”马丹表示，今年1月起，天津面向全市中度及以上失能老人，正式落地养老服务消费补贴政策，每月最高可补贴800元。长护险承担护理费用主要部分，养老消费券进一步抵扣个人自付金额，两项政策叠加发力，进一步降低失能老人家庭养老开支。

马丹介绍，医疗健康、个性化照护、精神慰藉，是失能老人及家属最迫切的三类需求。失能老人普遍患有多种慢性病，应急医疗保障成为首要顾虑，而长期卧床静养容易产生孤独情绪，家属也期盼老人能在养老服务过程中获得陪伴与关怀。“对此，我们依托旗下天津延安医院的专属医护团队，每日动态监测老人身体状况，量身定制专属照护与康复计划，并专门为认知障碍老人打造‘忘不了小镇’特色场景，以情景模拟、角色体验等暖心形式，舒缓老人情绪，延缓认知功能退化。”她说。

从居家无感智能守护，到机构医养深度融合，天津持续优化长护险服务供给，织密全域民生守护网络，让更多失能者长护有依、晚年有靠。

告别焦虑 长护可依

——天津社保“第六险”观察

记者 袁诚

每个人都会慢慢变老。当岁月染白鬓发，行动受限、生活难以自理时，谁来守护晚年尊严，给予温暖、周全的照护？

人口老龄化趋势下，“一人失能、全家失衡”的困境成为千万家庭的心头之重。为破解这一难题，被称为社保“第六险”的长期护理保险制度（以下简称长护险）担起晚年照护托底重任。不久前，中共中央办公厅、国务院办公厅发布《关于加快建立长期护理保险制度的意见》，明确将职工、城乡居民等全部纳入保障范围，标志着长护险迎来从局部试点迈向全国推行的关键阶段。

长护险是用以减轻失能人员日常照料护理负担的社会保险制度，也是我国积极应对人口老龄化国家战略的重要内容。历经十余年试点探索，长护险已覆盖全国3.08亿参保人，基金累计支出超1000亿元，为超330万失能人员提供了护理服务支持。

作为全国第二批长护险试点城市之一，天津已试点5年有余，如今发展情况如何？给老年人带来了怎样的变化？

天津长护险在2020年12月启动试点，初期以职工基本医疗保险参保人员为主要保障对象。天津市医保局在2025年12月相关政策解读中提到，经过多年试点，我市已基本建立长护险政策制度、经办管理、信息化支撑、监督检查、培训鉴定等管理运行体系，全市长护险参保人员超660万人，累计支付长护险费用超过18亿元，有效减轻了重度失能人员及家属的长期照护负担。

“长护险是保障民生的重要制度安排，它就像一碗朴实暖心的家常汤，主打基础生活与医疗照料，而非海鲜豪华捞面。”南开大学老龄发展战略研究中心主任原新用一个比喻道出了这项政策的核心定位。

失能老人家属

“护理员不来，他就只能整日躺在床上”

“长护险帮了我大忙，护理员一周上门3次，真希望他天天来、时刻在。”家住河东区的石阿姨已经70多岁了，老伴儿因脑出血瘫痪在床。女儿平日忙着上班、接送孩子，照顾老伴儿的担子压在她一个人身上。

“我自己也老了，两条腿都有血栓，手腕、肚子、扁桃体都动过手术，一身病。”石阿姨说，“老伴儿46岁就得了脑梗，后来越来越严重，现在完全不能动。”

最难的是起身，老伴儿身体使不上劲儿，石阿姨根本扶不动，抱不起，躺久了想坐一会儿都成了奢望。“有一次，他自己挣扎着撑起身，不小心重重跌落在地上，却无奈自嘲‘躺地上还凉快些’，让人心酸。”石阿姨知道，那不是凉快，是起不来的无助。还有一回，老伴儿心里孤单、心情郁结，不停敲打床板，嘈杂声引来邻居报警。

对失能老人来说，他们渴望保持身体干净，更盼着有人常伴左右、闲聊家常，不被冷落、嫌弃。自从享受长护险待遇后，石阿姨一身的不被冷落，有了起色。“现在有护理员帮忙扶起来，坐一坐，老伴儿心情舒畅多了。”石阿姨坦言，“护理员不来，他就只能整日躺在床上。”

像石阿姨这样的家庭，不是个例。据了解，目前天津失能老人约16万人。根据不同护理服务方式，天津长护险实行差别化待遇保障政策——机构护理服务方面，最高支付限额每人每天70元，由长期护理保险基金支付70%、个人负担30%；居家护理服务方面，由定点护理机构专业护理人员提供全部居家护理服务的，最高支付限额每人每月2100元，由长期护理保险基金支付75%、个人负担25%。“之前也想过请护工、送养老院，可每月数千元的费用实在难以承受。现在有了长护险，家里担子轻了不少，日常照护也有了保障。”石阿姨说。

经办机构

居家护理约占80% 构建全域服务网络

长护险试点以来，引入商业保险机构协同经办，是国内试点城市的普遍做法。天津同样采取这一机制，通过公开招标遴选商业保险机构，承接失能评定、协议管理、费用审核、结算支付、巡查核查、档案管理等经办业务。

“我们不只是长护险政策的执行者，更是长护险基金的‘管家’和‘守门人’。”今年新晋加入长护险经办队伍的中国平安财产保险股份有限公司天津分公司（以下简称平安公司）长护险业务分部负责人刘晓静告诉记者，公司主要负责河西、津南、东丽、西青、静海5个区域的长护险经办工作。截至今年一季度末，该公司长护险业务已累计覆盖参保人164万人，服务重度失能人员2万余人，减轻参保人经济负担4000余万元。

天津老人养老有“不愿离乡、不愿离亲、更愿居家养老”的习惯，这也体现在长护险服务结构中。刘晓静介绍，目前其经办区域内，居家护理约占80%、机构护理约占20%，整体呈现“居家为主体、机构做补充”的格局。

长护险不只是“一笔钱”，更是一套有温度的服务体系。天津立足城市实际，构建特色经办服务模式，形成了“1个市级中心+21个分中心”的全域服务网络，推动业务申请、失能评估、护理服务、费用结算全流程就近办、便捷办。自2021年5月起，天津在全国率先建立规范、统一的长护险票据管理体系，清晰列明服务项目、基金拨付金额、个人自付费用，实现“结算即开票、凭证能追溯、服务可查询”的全链条监管。

向好发展之际，长护险经办工作仍面临现实考验，比如失能评估在标准实践中难把握，易引发认定分歧；基层专业护理人员缺口较大，服务水平参差不齐；居家服务点多面广，监管难度较大等。“面对这些问题，我们强化智能监管，通过定位‘打卡’、视频稽查、随机回访、线上抽查等多种方式，常态化校验服务真实性，杜绝虚增服务、虚假‘打卡’等违规行为，守护好每一笔民生保障资金。”刘晓静说。



护理人员

“老人在盼我，再难也不能耽误”

“冯大哥，可把你盼来了！”日前，在河东区津塘路小区，失能老人蒋大伯的老伴儿早早守在门口，笑着给护理员冯海涛开了门。

冯海涛进门后，直接把外衣搭在椅背上、背包放在卧室角落一块有些磨损起皮的硬纸壳上，动作自然得像在自己家。“这是老两口特意给我留的‘独家包位’，拿东西方便。”他一边说，一边从包里取出剃须刀。

“蒋大哥，今天咱先量量血压、刮刮胡子，再活动活动腿脚咋样？”冯海涛走到床边，蒋大伯有些浑浊的眼睛泛起光，嘴角哆嗦着，用仅能移动的右手艰难地竖起大拇指，眼泪顺着眼角往下流。

“你看你，又激动了！”冯海涛赶紧递上纸巾，“上次你跟我说，别叫叔叔，咱俩有缘，就兄弟相称。我听你的。”

今年56岁的冯海涛，比蒋大伯小20岁。这声“兄弟”，是日复一日的照料换来的。蒋大伯年轻时爱踢足球、游泳，如今因重病失能，说不出完整的话，多数时候只能靠眼神和简单手势交流。

冯海涛深知失能老人生活不易，用心照料老人的日常起居；老人也将冯海涛给他擦脸、翻身、理发等悉心照顾记在心里，通过一次次竖起大拇指，无声地表达认可与感激。

“高压152、低压82，稍微有点高，咱今天少激动，多歇歇。”冯海涛将血压数据记录在小本子上，接着给老人抹上剃须膏，左手轻托下巴，右手握着剃须刀缓缓移动，“咱刮了胡子显年轻，人也清爽。”

剃须刀嗡嗡作响，蒋大伯全程眯着眼。在护理员精心照料下，蒋大伯周身舒展、面色红润，全身皮肤完好，无一处压疮。很快，冯海涛又麻利地为老人更换了卫生用品、打水洗脚、擦洗身体并伸展腿脚。“老人皮肤薄、弹性差，水温得控制在40摄氏度左右，热了凉了都不行。剪指甲时要格外小心，老人指甲增厚硬化，部分还与肉肉粘连，得慢慢剪，不能太用劲，不然容易划伤破损。”从业多年，这些护理细节早已刻进他的日常。

依托长护险政策，冯海涛每周来蒋大伯家3次，平均每次服务2.5个小时。“我累计照料过66位老人，最年长的87岁、最年轻的也61岁了，现在重点照顾5户老人。”冯海涛记得有一次下大雪，原本骑车半小时就能到，那天足足走了一个半小时，身上冻得直打哆嗦。“老人在盼我，再难也不能耽误。”他说。

一声“蒋大哥”，打破辈分界限；一次次照料，温暖晚年时光。这是一名奔波在街巷间的长护险护理员的零碎日常，也是成千上万名照护者的缩影。照料失能老人是体力活，也是良心活、暖心活。“您问我有成就感？有。老人们经我照料后，能干干净净、体体面面过日子，多一点对付病痛的力气，多一分被人惦记的暖意，这就够了。”他说。

