

人文亚洲

冯秋石

长寿和健康可否兼得？

即使老年人身体功能会不断减退，可是不断改进其生活条件和环境，也可以有效地缓解甚至逆转整体老年人口的生活自理能力下降的趋势。

随着生育水平的降低和预期寿命的延长，世界上大多数国家的人口正在发生前所未有的老龄化现象。这对社会有着多方面的影响，其中庞大而迅速增长的高龄老年群体，即80岁以上的老年人口，对社会是一个主要挑战。这些老年人患有疾病和出现残障的风险相对较高，是家庭和社会养老体系的主要服务对象。认识高龄老年群体的生理和认知健康的变化趋势，是测量养老需求和规划养老体系的重要政策课题。

除了政策层面的意义，研究高龄老年人的健康变化趋势，也是对人口长寿和健康的理论探讨。老年人越来越长寿，是普遍事实，可是寿命延长是否伴随着健康的身体状况呢？这是值得探讨的问题。一些学者提出，随着社会经济发展和生活方式改变，老年人长寿的同时也会健康，这就是“成功的成功”；然而另一些学者认为，随着医疗体系的进步，濒临死亡的老年人被抢救活命，长寿却不健康，造成了“成功的失败”。理论上这两种情况都有可能出现，因此实证层面上对老年人健康趋势的监控和解释就成为了研究的重点。

我近年来加入了杜克大学曾毅教授所领导的科研小组，开始关注中国高龄老人的健康变动趋势，相关论文最近发表在国际著名的《柳叶刀》杂志。中国老年人口目前占世界的五分之一。因为出生在上个世纪五六十年代的中国婴儿潮一代，将在2030年前后成为高龄老人，中国的高龄老人人数将从2010年的1900万人增至2050年的大约1.5亿人。这个数目庞大而增长迅猛的高龄老年人群，是中国老龄化社会面对的主要挑战之一。

我们使用中国老年健康影响因素跟踪调查从1998年到2008年的十年跟踪数据，比较了同一年龄组的高龄老年人，在相隔10年期间的存活和健康状况。我们做了三次比较，即比较1998年和2008年的80岁组的老人，比较1998年和2008年的90岁组的老人，和比较1998年和2008年的百岁组老人。

对以上每对老年人群体，我们从四个方面进行了比较，包括年死亡率、残疾（ADL量表）、实测身体功能（起身，捡拾和转身三个动作）和认知能力（MMSE量表）。分析结果发现，中国高龄老人的健康变化趋势，同时呈现“成功的成功”和“失败的失败”两种特征。从“成功的成功”角度看，2008年的各年龄组高龄老年人的年死亡率，相对1998年有明显下降，同时其残疾情况也明显少于1998年。但相对于1998年，2008年的各年龄组高龄老年人的实测身体功能和认知能力都有明显下降，这是“失败的失败”的重要证据。

为什么残疾情况有所好转，但实测的身体功能却反而下降了？我们认为，近年来中国老年人生活环境的改善，可能已经显著降低了老年人因日常生活不便而产生的残障状况，而且这种改善的作用，抵消了他们在身体功能方面的下降。比如家庭坐便器的广泛使用，减少了老年人如厕起身的困难程度；淋浴器的安装和使用，改善了老年人洗澡冲凉的条件。还比如洗衣机的大量普及，方便了老年人的生活自理，即使他们的身体条件已经不允许从事传统的洗衣劳动。这个发现指出了一个基本事实：即使老年人身体功能会不断减退，可是不断改进其生活条件和环境，也可以有效地缓解甚至逆转整体老年人口

的生活自理能力下降的趋势。

我们还发现，中国2008年高龄老年人口的认知能力，比1998年相同年龄组的高龄老人明显下降，这与来自一些西方国家的实证报告不一致。我们认为，这一现象除了前面讨论过的“成功的失败”的影响外，还可能与2008年的中国高龄老人的较低的受教育水平有关。2008年的中国高龄老人在其孩童和年轻阶段，经历了比早于他们十年出生的高龄老人更为严重的战乱和饥荒，严重影响了他们的受教育机会。当然，教育程度低并不必然导致老年时期的认知能力差，而且认知能力的测量方法也可能有误差。可是，认识到中国高龄群体的认知功能下降这一事实有着重要的现实意义。目前在中国，老年认知功能问题的诊断、治疗以及康复都相对不足，相关政府部门亟需加强这方面的社会服务，并做好准备应对持续增长的老年认知障碍的护理和医疗需求。

长寿和健康能否兼得？从人口层面看，这个问题似乎没有简单的答案。可是对于个体来说，这却是一个值得追求而且有可能实现的目标。面对老龄化社会，对长寿和健康的关系的不断追问，反映了人们对老年生活质量的关注。单纯的寿命延长已经无法满足老年人的需求，他们渴望的是在延长的寿命中充分享受更健康更快乐的人生。长寿而且健康，这是每一个老年人应得的未来。

（作者是新加坡国立大学社会学系助理教授、国大家庭和人口研究中心执委会成员）

（本系列为国大家庭与人口研究中心提供的研究简报，由不同专家学者执笔，每月第一个星期天刊登）