

人均预期78.6岁 如何迎接长寿“新常态”?

热点聚焦

最新的《2023年我国卫生健康事业发展统计公报》显示,中国的人均预期寿命达到78.6岁。这意味着,如果顺利,去年出生的婴儿多数将能够看到下个世纪初的太阳。

长寿的趋势,与人们的切身感受相符合。环顾身边,长寿老人明显越来越多,80岁习以为常,90岁也不再稀奇。

与新中国成立时相比,中国的人均预期寿命翻了不止一番。从2012年至今,10余年间中国人均预期寿命增长了超过3.5岁。

伴随长寿时代到来,迎面而至的是人口结构变化、养老需求大幅增长的冲击,整个社会系统面临深度调整。更重要的是,随着人生终点的推迟,老年、中年、青年的概念将被重新定义,人们审视人生的尺度将发生巨大变化,对生命的态度也将不同以往。

告别“人生七十古来稀”的说法

收到记者的采访问题,88岁的原卫生部卫生统计信息中心主任陈育德很干脆地回答:能否用微信交流?

20世纪60年代初,这位在北京医学院卫生系(现北京大学公共卫生学院)研究人均预期寿命的学者很难预测到,60年后的自己,在颐养天年之际还能熟练使用新兴社交工具工作。

根据1963年一项对国内“21个省、自治区、直辖市的部分地区”的调查,人均预期寿命当时仅为61.7岁。

简单地说,它是通过统计各个年龄段的死亡率,推算出新生儿平均可以存活的年数。各年龄段的死亡率越低,人均预期寿命就会越高。

陈育德解释,人均预期寿命是采用寿命表编制方法测算得来的,并不等同于实际的人口平均死亡年龄。不过,由于能够反映某时某地经济社会、生态环境、人口生活方式和卫生健康等综合状况,并可直接进行比较,这一指标在全球得到广泛应用。

如果把中国历年的人均预期寿命数字连在一起,可以直观地看到一条稳步上扬的“长寿曲线”——

新中国成立前,人均预期寿命只有大约35岁。据第三次人口普查资料测算,1981年中国人均预期寿命为67.9岁。到1998年,人均预期寿命上升到71岁,已经大大超过了世界平均水平。

尤其自2011年至2021年,中国人均预期寿命从74.8岁增长到78.2岁。

《柳叶刀·公共卫生》杂志今年4月发表的一项建模研究结果推测,到2035年,中国人均预期寿命有望增长到81.3岁。

预期寿命的增长,与实际寿命的延长形成了呼应。

张女士在北京一家事业单位的离退休干部局工作。她留意到,近年来发出的讣告上,逝者享年有大幅增长。她粗略作了统计:2000年之前,讣告上出现最多的年龄是70+;如今,大多数已经是80+,还有不少是90+甚至超过百岁的。

“数据不一定全面,但长寿的趋势很明显。”张女士说。

大城市之外,乡村的长寿人数也明显增加。尤其是在一些“长寿之乡”。

江苏启东,毗邻万里长江入海口,潮水退、滩涂出,沧海变桑田。百余年来,这种变迁,至今仍有目击者亲证——

2020年的第七次全国人口普查数据显示,启东有百岁以上老人185位,比2010年第六次全国人口普查时增加140人。而启东所在的江苏南通市,七普数据显示共有1236位百岁老人,相当于每10万人中就有16位百岁老人。

根据中国老年学和老年医学学会的评选标准,每10万人中有7位及以上百岁老人,是长寿之乡授牌的必要条件。自2007年以来,该学会认定的长寿之乡已超过100个。

长寿的“秘诀”是什么?

2024年3月,中华预防医学会公布上一年度的科学技术奖获奖名单。“中国高龄老年人群主要健康特征、关键影响因素与干预技术研究”获得一等奖。

这是世界上规模最大的高龄老人研究。项目组历时20多年,在全国23个省份800多个区县入户随访4.2万名高龄老年人。

北京大学健康老龄与发展研究中心名誉主任曾毅发表文章指出,更健康的生活方式、更好的医疗保健和更高的收入,使得老年人更长寿。

复旦大学公共卫生学院的研究人员

还发现,不吸烟、规律运动、食物多样化与活到百岁之间存在着独立的显著关联。

对数据的定量分析,很大程度支持了美国人口学家塞缪尔·普雷斯顿的判断。普雷斯顿认为,在影响寿命增长的因素当中,收入增长和营养充足占了大约25%,其他因素主要是传染病媒介控制、药物和免疫方面公共卫生的革新。

新中国成立75年来,经济发展的巨大成就有目共睹,全民卫生健康事业也取得长足进步。特别是近10余年来,我国把保障人民健康放在优先发展的战略位置,持续推进“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变。

中国疾控中心慢病中心副主任周脉耕说,研究显示,中国的人均预期寿命增长与婴幼儿死亡率降低、传染病防控成效有很大关系。

从历史上看,1949年之前,我国婴儿死亡率高达200‰,也就是五分之一的宝宝会在襁褓中夭折。

与婴幼儿死亡率相关联的,通常还有孕产妇死亡率。1949年前,我国孕产妇死亡率高达1500/10万。

这几项严重影响人均预期寿命的指标,在新中国成立以后均出现持续大幅改善。到2023年,我国婴儿死亡率已降至4.5‰,5岁以下儿童死亡率降至6.2‰,孕产妇死亡率降至15.1/10万,均位居全球中高收入国家前列。

从近10余年的数据来看:与2011年相比,婴儿死亡率下降62.8%,5岁以下儿童死亡率下降60.3%,孕产妇死亡率下降了42.1%。正因进步如此显著,中国被世界卫生组织评定为全球十个妇幼健康高绩效国家之一。

除上述妇幼健康核心指标的极大改善,一系列恶性传染病得到有效防治甚至彻底消除,也是中国人均预期寿命大幅增长的重要原因。

世界卫生组织驻华代表马丁·泰勒20多年前第一次到中国时,看到广大农村还有不少儿童缺乏医疗保障。现在他发现,中国医疗可及性已有很大改善。

“中国人均预期寿命的大幅提高是一个惊人成就,医疗卫生服务体系是这一成就的贡献者之一。”泰勒说。

让长寿更可承受

中国人口与发展研究中心主任贺丹根据研究预测,到2050年我国80岁以上

老人数量将会翻两番。

寿命普遍延长,一个“附加题”难以回避:老年人越来越多,是否意味着社会的负担将不断加重?

今年9月发布的《2023年民政事业发展统计公报》披露,截至2023年底,全国60周岁及以上老年人口已接近3亿人,占总人口的21.1%。按照国际通行标准,中国社会已经进入中度老龄化阶段。

根据第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查数据,2021年我国60岁及以上老年人中约有3100万人需要照顾服务。到2023年,这一群体进一步增加到约3500万人。

“中国医疗系统的首要目标应是防控慢性病,尤其是在老年人群中。”中国专家在《柳叶刀》发表论文时分析。

为了把慢性病关进“笼子”,我国采取一系列行动。

党的十九大作出实施健康中国战略的重大决策部署,强调坚持预防为主,倡导健康文明生活方式,预防控制重大疾病。

国务院办公厅专门印发《中国防治慢性病中长期规划(2017—2025年)》。此后,国家卫生健康委联合10多个部门,将心脑血管疾病、癌症、糖尿病、慢性呼吸系统疾病四大慢性病防治纳入健康中国行动的总体规划,并分别制定具体的“路线图”。

指导基层医疗卫生机构加大血压、血糖、血脂“三高共管”力度;将慢阻肺病监测纳入居民慢性病及其危险因素监测工作内容……针对多个慢性病,防治关口不断前移。

让长寿更可承受,除了降低慢性病的“负作用”,还要做大养老服务的“正资产”。

根据中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于推进基本养老服务体系建设》的意见,“十四五”时期要重点聚焦老年人面临家庭和个人难以应对的失能、残疾、无人照顾等困难时的基本养老服务需求。

织密养老幸福“网”,不仅要政府兜好底,还需要全社会共同努力。

复旦大学老龄研究院副院长吴玉韶建议,全社会要树立和践行积极老龄观和健康老龄化新理念,强化老龄社会治理与多元主体责任共担,优化养老保险、健全养老服务体系、补齐农村养老服务短板、培育银发经济新动能、增强养老服务要素保障。

改变变老的方式

“我们开始进入长寿社会,而不是老龄社会。”英国的长寿经济学专家安德鲁·斯科特如是说。

没有人能避免变老,但如何变老却是一个可选项。

全球卫生组织中国代表处首席代表时占祥,近年致力于建立全球长寿诊所协作平台。他认为,目前社会对于老年人的健康支持存在不少空白,未来,医疗资源应当转向预防保健、主动健康,鼓励人们采取更加积极的健康行为。

时占祥说,有必要改变对高龄老年人的看法,构建一个为长寿作好准备的社会,确保长寿者生活质量与寿命延长相互匹配。

要活得长,更要活得健康,这一理念不仅得到更多社会个体的认同,也已成为引导学术研究的一项指标。

除了预期寿命,世界卫生组织自20世纪末以来开始同时采用“健康预期寿命”,以反映各国人口的健康状况。

在北京大学人口所教授乔晓春看来,健康寿命比寿命本身更重要。延长健康寿命,将极大提高人们的生活质量,并尽可能减少生命最后阶段对家庭和社会资源的消耗。

到老年大学学习唱歌、书法,在老年活动中心参加丰富有趣的活动……老年人的退休生活正在变得越来越丰富多彩。

在江苏省南通市,今年9月,“知心奶奶”蔡松英给考上高中、大学的孩子包了“红包”。20多年来,这个由离退休老人组成的“知心奶奶”团队,陪伴200多名重点帮扶对象走出阴霾。

一项关于我国老年人受教育程度的分布变化调查显示,2020年时,在即将进入老年阶段的50岁至59岁人口中,学历为高中及以上的比重超过20%。随着40岁至59岁的中年人在未来20年间相继步入老年阶段,届时老年群体总体受教育水平将进一步提高。

在中国人民大学劳动关系研究所研究员马瑞君看来,为促进“老有所为”、积极开发老年人人力资源提供更多可能。

充分挖掘长寿时代的潜力,要改变我们变老的方式。

中共中央、国务院发布的《关于加强新时代老龄工作的意见》提出,把积极老龄观、健康老龄化理念融入经济社会发展全过程,推动人们从意识层面改变对老龄人群价值的认知。



江门中微子实验液体灌注启动

12月18日,江门中微子实验(JUNO)液体灌注启动,标志着该装置建设来到最后一个关键节点。江门中微子实验以测量中微子质量顺序为首要科学目标,并进行其他多项重大前沿研究,实验建成后将成为国际中微子研究的中心之一。

图为12月18日,科研人员在江门中微子实验液体灌注启动成功后举杯庆祝。

全国日均收购秋粮超200万吨

一年将尽,秋粮收购进入高峰,目前全国各类粮食主体日均收购量达200万吨以上,累计收购秋粮超1.6亿吨。

国家粮食和物资储备局18日发布数据显示,截至目前,全国各类粮食主体累计收购秋粮超1.6亿吨,同比增加约10%;日均收购量达200万吨以上,快于上年同期。

分品种看,中晚稻收购7000万吨,其中河南、江苏、黑龙江、安徽四省累计收购最低收购价中晚稻超400万吨,政策托底作用得到有效发挥。玉米收购9000万吨,其中东北地区超5000万吨,占产量四成左右,农民售粮顺畅,企业收购积极,市场购销趋于活跃,市场运行总体平稳。

今年国家继续在稻谷主产区实行最低收购价政策,中储粮集团在河南、江苏、黑龙江、安徽四省符合条件的地区先后启动中晚稻最低收购价执行预案。

截至目前,中储粮公布最低收购价收购库点217个,单日入库能力超17万吨,收购整体平稳有序。后续将根据收购进度适时增加收购库点,助力守住农民“种粮卖得出”的底线。

美国宇航员返程日期再推迟

据美国航天局17日介绍,因波音公司“星际客机”飞船技术故障滞留国际空间站的两名美国宇航员,将不早于明年3月底返回地球。这让此前“明年2月返回地球”的计划再度推迟,也意味着原计划在太空“出差”8天的两人在空间站停留期至少超过9个月。

航天局当天公布了新一期美太空探索技术公司“龙”飞船载人航天任务计划,这次代号“Crew-10”的航天任务发射时间从原定的明年2月推迟至不早于明年3月底。美航天局称新飞船的制造、组装、测试和最终集成是一项艰苦的工作,有很多细节需要完成。

因为需要在国际空间站完成交接工作,“Crew-10”将美日俄4名宇航员送达后,目前在国际空间站执行代号“Crew-9”任务的4名宇航员才能搭乘“龙”飞船返回地球,其中包括滞留空间站的两名美国宇航员威尔莫尔和威廉姆斯。

威尔莫尔和威廉姆斯于今年6月5日搭乘“星际客机”飞船赴空间站,这是“星际客机”首次载人试飞任务。飞船原定6月14日返航,但因推进器故障和氦气泄漏等问题,返航时间一再推迟。9月7日“星际客机”飞船不载人返回地球,当时美航天局宣布两名宇航员改为明年2月乘“龙”飞船返回地球。

(本版新闻内容均据新华社)

再优化 跨国公司跨境资金管理更便利

跨国公司跨境资金管理再迎政策利好!

中国人民银行、国家外汇管理局18日对外发布消息,优化跨国公司本外币一体化资金池业务试点政策,提升跨国公司跨境资金运营效率,加大对跨国公司跨境投融资便利化的支持力度。

跨国公司本外币一体化资金池主要面向特大型跨国公司集团,于2021年3月在北京、深圳率先推出首批试点,2022年推出第二批试点,并优化试点政策。

来自国家外汇管理局数据显示,截至目前,相关试点企业共54家,分布于上海、北京、江苏、浙江、广东、海南、陕西、宁波、青岛和深圳等10省市。上述54家跨国公司通过试点政

策已完成跨境资金调拨4669.41亿美元,惠及境内外成员企业3188家。

在总结前两批试点的基础上,中国人民银行和国家外汇管理局再次优化试点政策。国家外汇局相关部门负责人说,此次试点政策再优化,将进一步提升跨境贸易和投融资便利化水平,提升企业跨境资金管理效能,进一步提高资金使用效率,有4大亮点值得关注:

——将试点审批权限下放至分局,符合条件的企业均可依需要在分局申请,将进一步扩大政策惠及面。

——允许跨国公司境内成员企业间借币种借贷用于经常项目跨境支付业务。经测算,若某跨国公司每年借币种余缺调剂规模1亿美元,以企业贷款利率3%计算,每年可为

跨国公司节省300万美元的财务成本。

——简化备案流程及涉外收付款相关材料审核。政策优化后,相关外汇业务办理时间预计平均压缩50%至75%。

——进一步提高跨国公司资金使用效率。允许跨国公司根据宏观审慎原则自行决定外债和境外放款的归集比例,支持跨国公司主办企业通过国内资金主账户代境外成员企业办理其与境内成员企业或境外主体之间的集中收付。

“TCL海外运营过程中,资金安全直接影响公司的可持续经营和业务发展。”TCL科技集团财务有限公司相关负责人说,一体化资金池已成为公司全球资金集中管理非常重要

的工具。公司自2022年8月参与以来,已累计办理各项外债和境外放款业务合计超100亿美元。

这一负责人介绍,2023年全年TCL合计在海外销售收入约1300亿元人民币,约占整体销售收入的42%。利用跨境资金池归集海外闲置资金头寸,将境外沉淀资金、销售利润回流国内,强化了境内集团总部对全球化经营的掌控力度,降低全球化运营风险。

专家表示,当前全球经济不确定性增强,企业利用跨境资金池管控好海外资金风险,充分盘活企业境内外资金头寸进而节约财务成本,对企业持续稳健经营和发展海外业务,均起到非常重要的促进作用。

便民热线
金点子婚介13735826379

15382309608
拥有万名青中老会员包括机关企事业单位、国企工作人员以

及白领、工程师等。
杭州南站五医方科技健康馆
关爱老人五高老年病、走路摇摇晃晃不稳、不吃中药保健品、不手术。天天看94频道广告200元免费体验一次预约15397130139。

萧山区
潮汐预报

位置	12月19日晚潮时间	高潮位(米)	12月20日早潮时间	高潮位(米)
观潮城(台内)	15:22	5.20	04:00	4.20
城市阳台(奥体)	16:30	4.90	05:16	4.10
闻家堰	17:22	4.60	06:11	3.90
潮水涌高等级	危险	备注:受多因素影响,预报仅供参考。		