

老年人能力评估与健康教育

——从智能化领域下融合发展与守正创新入手

王焕平

广州市轻工技师学院, 广东 广州 510220

DOI: 10.61369/ETR.2025250006

摘要： 随着全球老龄化进程的加速，老年人的健康问题日益受到关注。老年人能力评估作为了解老年人身体、心理和社会功能状态的重要手段，为制定个性化的健康干预方案提供了依据。深入探讨了老年人能力考核的内容和方法，分析了健康教育对老年人健康管理的作用，阐述了两者结合的实践策略及其对提高老年人生活质量、减轻社会医疗负担的重要意义，并对老年人健康教育工作提出了重要的建议和建议，探讨通过多种资源的整合发展，从健康教育模式的角度进行守正创新，让健康养老管理工作事半功倍。

关键词： 健康教育；老年人能力评估；融合；创新

Elderly Ability Assessment and Health Education: Starting with the Integration Development and Upholding Innovation in the Intelligent Field

Wang Huanping

Guangzhou Light Industry Technician College, Guangzhou, Guangdong 510220

Abstract : With the acceleration of the global aging process, the health issues of the elderly are receiving increasing attention. As an important means of understanding the physical, psychological, and social functional status of the elderly, the assessment of their abilities provides a basis for developing personalized health intervention plans. In depth exploration was conducted on the content and methods of assessing the abilities of the elderly, and the role of health education in elderly health management was analyzed. The practical strategy of combining the two was elaborated, and its important significance in improving the quality of life of the elderly and reducing the burden of social medical care was discussed. Important suggestions and recommendations were put forward for elderly health education work, and the integration and development of multiple resources were explored to innovate from the perspective of health education models, making health and elderly care management work twice as efficient.

Keywords : health education; assessment of elderly people's abilities; integration; innovate

引言

（一）研究背景

第七次全国人口普查数据显示，我国老年人口占比快速攀升，总量高达2.64亿人，其中60岁以上人群占比提高至18.7%，65岁以上人群占比提高至13.5%^[1]。在未来，我国老龄人口还将继续增长，老龄化问题也会更加严重。

（二）研究目的

探讨创新策略，促进老年人健康管理水平在智慧领域下的能力评估与健康教育的融合。《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》相关知识，在老年人群中，健康状况的多样性和复杂性对医疗保健和社会服务提出了更高的要求^[2]，对老年人的健康状况对老年人的健康需求、功能障碍程度等进行准确的能力评估，才能有的放矢地为服务提供依据；有效的健康宣教，使老年人增强自我保健、延缓功能衰退、提高生活质量的意识和能力。^[3]

一、老年人能力评估的内容与方法

（一）评估的内容

- 1.日常生活活动能力（ADL）。这是评估老年人基本生活自理能力的关键维度，涵盖进食、穿衣、洗澡、如厕、转移（如床椅转移）和行走等方面^[4]。
- 2.精神心态。涵盖认知作用，情感行为等方面的内容。
- 3.知觉能力和沟通能力。涉及眼力，听力，语言表达，认识等方面的能力。

（二）评估的方法

- 1.直接观察法。
- 2.询问法。
- 3.标准化评估工具。

二、老年人能力评估与健康教育的结合策略

（一）基于评估结果制定个性化健康教育方案

- 1.根据能力水平分层教育。根据老年人日常生活活动能力、精神状态等评估结果^[5]，将老人分为不同的等级。^[6]
- 2.针对评估中不同健康问题开展针对性教育。根据评估中发现的老年人具体健康问题，如视力障碍、认知功能减退等，开展针对性的健康教育。^[7]

（二）多途径实施健康教育

- 1.社区教育活动。在社区中开展形式多样的健康教育活动，社区是老年人生活的重要场所。^[8]
- 2.健康教育在医疗机构。利用老年人就医的机会，在医院、诊所等医疗机构开展健康宣教。^[9]
- 3.家庭卫生宣教方面。家庭是老人健康赡养的重要环境，在老人健康教育方面，家庭成员起到了至关重要的作用。培训家属，使家属掌握基本卫生知识和看护技能，使老人得到更好的照料。^[10]通过入户走访等方式，面对面地对孤寡老人及家属进行健康宣教辅导。^[11]

（三）基于评估个性化健康教育融合发展与守正创新策略

1.大数据智能平台信息共享与协同合作

（1）建立信息共享平台。政府、医疗机构、社区等应共同构建老年人健康信息共享平台，整合能力评估数据与健康教育记录。服务结构管理平台，展示区域下数据信息，可通过可视化平台便捷查看客户平台运营情况（见图1）。

（2）加强部门间的协同合作：部门联动机制的打破。定期召开民政、卫生健康部门、社区组织等联席会议，就推进老年人健康管理工作方案、策略等进行讨论，分工协作。

2.教育内容与评估结果紧密结合

（1）制定个性化的教育内容。个性化的健康教育内容是根据能力测评结果制定的。针对不同能力水平和健康问题的老年人，设计相应的教育重点。

（2）动态调整教育方案。根据能力评估结果变化及时调整健康教育方案。定期复查老人能力，依据新结果调整教育内容和

方式，如老人康复后调整教育重点至预防疾病复发和提高生活质量。



图1 健康信息大数据平台

3.教育方式多样化融合

（1）新智能线上线下相结合。利用新智能互联网开展线上健康教育^[1]，如智能交互对话、在线课程、讲座直播、微信公众号推送（表1），同时结合线下面对面活动，如社区讲座、家庭访视、小组讨论。社区可组织线下讲座后，在智能后台线上发布资料供老人复习。

（2）传统教育与体验式教育相结合。在传统知识讲授基础上增加体验式教育活动，如组织老人参观健康科普展览、体验康复设备、参与健康烹饪课程，提高老人学习兴趣和参与度，增强教育效果。

表1 传统健康教育与新智能健康教育区别

	传统健康教育	新智能健康教育
主体	医生和护士	智能系统
对象	照护对象	照护对象、亲属等
内容	疾病诊治和护理	疾病预防、预后监测、24小时监护
媒介	文字、图画、声音、视频等	智能语音交互
形式	书面、口头等	定制服务
特点	单向、双向	人机互动
	固定的医疗场所、时间	随时随地
	重复多次播放	无限传播
	充满人文关怀	人文关怀不足

4.评估方法的创新

（1）引入新技术：在能力评估中引入智能穿戴设备、传感器等技术，实时监测老人生理指标，为评估提供机体客观数据（见图2）。运用人工智能技术分析老人认知功能、语言表达能力、运动训练等（见图3）。

（2）创新评估模式：建立动态评估模式，除定期评估外，与老人及其家属保持长期联系，通过移动应用程序让他们上传健康信息，评估人员远程给予照护对象及家属评估和指导（见图4）。

5.教育形式的创新

（1）打造健康教育品牌。打造以特定健康主题为核心的系列活动、邀请医学专家和健康达人代言等老年健康教育特色品牌，提升品牌知名度和公信力。

（2）开展互帮互教活动。通过发挥主观能动性，鼓励老年人相互进行健康教育。组织健康状况好、知识水平高的老年人成立

志愿者队伍，为老年人在交流中提高健康素养，建立健康互助小组，提供咨询和指导。^[12]

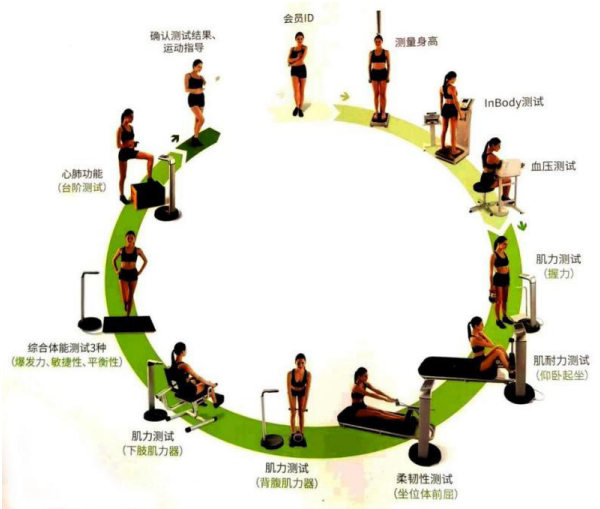


图2 综合性健康管理系统

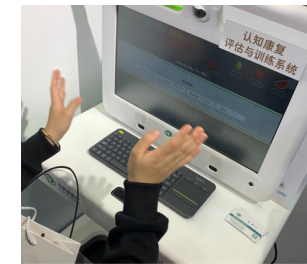


图3 认知康复评估与训练系统



图4 适老化终端服务

三、老年人能力评估与健康教育结合的实践意义

（一）提高老年人生活质量

1. 身体机能维护与提升。通过能力评估确定老年人的功能状态，并结合健康教育促进其健康行为的改善，可以有效维护和提

升老年人的日常生活活动能力、感知觉与沟通能力等。^[13]

2. 心理状态改善。全面、准确的健康教育，能帮助老年人正确认识自身健康状况，减轻因疾病、功能减退而产生的心理压力，是老年人健康教育的重要内容。^[14]当老人明白通过自己的努力，健康状况能得到改善的时候，自信心就会增强，也就有了自我效能感。

（二）减轻社会医疗负担

1. 防治疾病。准确的能力考核及有效的卫生教育，为预防和控制老年人常见病的发生与发展做出了贡献。通过将健康知识传播给老年人，促使他们养成健康的生活方式，从而达到减少慢性疾病的发病率，如高血压、糖尿病、心血管疾病等。对已患病的老年人进行健康宣教，使糖尿病患者在住院次数减少、医疗费用降低的情况下，提高其疾病管理能力，减少病情恶化和并发症的发生。

2. 医疗资源的合理利用。健康教育建立在能力评估的基础上，能够更加合理地分配医疗资源。真正需要医疗服务、康复资源的老人，通过评估，能够识别出来，精准服务他们。同时，健康宣教能够提高老年人的自我保健能力^[15]，从而在家庭和社区层面上解决一些轻微的医疗问题，避免医疗资源的不必要浪费。比如，家庭成员通过家庭健康教育，可以对老人进行一些简单的护理和康复训练，以减少因为身体的轻微不适而频繁求医的老人。

四、结论与展望

老年人能力评估与健康教育是老年人健康管理的关键环节。尤其是在智能领域下科学准确的能力评估为制定个性化健康教育方案提供依据，有效的健康教育能提升老人健康素养和自我保健能力，改善健康行为。二者有机结合有利于老年人健康幸福，减轻社会医疗负担，促进社会和谐发展。未来应加强二者融合与实践，完善评估方法和教育策略，同时需要政府、社会、医疗机构和家庭等多方参与，构建全方位老年人健康管理体系。

参考文献

[1] 廖思媚, 王爱平, 刘金霞, 等. 中国9省市老年人能力评估师从业现状调查 [J]. 护理学杂志, 2025, 40(07): 90-94+103.

[2] 王敏, 廖婷, 蔡莉, 等. 基于行动研究的《老年人综合能力评估》课程“岗课赛证”融通教学实践 [J]. 医药高职教育与现代护理, 2025, 8(02): 111-114.

[3] 刘文静, 王志稳, 余跃琳, 等. 老年人内在能力评估与维护指南 [J]. 中华护理杂志, 2025, 60(03): 261-265.

[4] 张翠. 关于《老年人功能性行走能力评估方法》团体标准用词的探讨 [J]. 中国标准化, 2024, (24): 182-185.

[5] 徐麟. 老年人综合能力评估与社区康养人才培养策略 [J]. 中国卒中杂志, 2024, 19(12): 1496.

[6] 吴矫健, 张猛, 卫香楠, 等. 社区居家养老模式下老年人能力评估及其影响因素分析 [J]. 新疆医科大学学报, 2024, 47(12): 1665-1669.

[7] 蒲佳, 钟千梅, 徐林灵, 等. 养老护理员评估老年人自理能力的知行行现状及其影响因素研究 [J]. 医学信息, 2024, 37(23): 167-174.

[8] 郭美荣, 郭庆梅. 老年人能力评估在老年临床护理中的应用 [N]. 山西科技报, 2024-11-29(B07).

[9] 徐麟. 细菌感染对老年人运动功能的影响及能力评估 [J]. 中国血吸虫病防治杂志 (中英文), 2024, 36(06): 670.

[10] 欧洋利, 廖晓艳, 彭颖, 等. 养老机构失能老年人主动健康行为能力评估量表的编制及信效度检验 [J]. 中华护理杂志, 2024, 59(21): 2579-2586.

[11] 毛宇. 科学划分能力等级精准提供养老服务 [N]. 石家庄日报, 2024-11-05(005). DOI: 10.28728/n.cnki.nsjzb.2024.002374.

[12] 王秀江. 《老年人能力评估规范》的重要性及实施建议 [J]. 中国社会工作, 2024, (26): 27-28.

[13] 延芝丽, 杨玉兰, 赵慧敏, 等. 老年人内在能力评估量表的编制及信效度检验 [J]. 中华护理杂志, 2024, 59(15): 1852-1859.

[14] 冯真真, 郭萌, 李伟. 基于图形用户界面老年人日常生活活动能力评估系统设计 [J]. 中国医学工程, 2024, 32(06): 14-18. DOI: 10.19338/j.issn.1672-2019.2024.06.004.

[15] 王孜凡, 李萍, 王静. 石河子市城区老年人能力评估及影响因素分析 [J]. 石河子大学学报 (自然科学版), 2024, 42(04): 471-477. DOI: 10.13880/j.cnki.65-1174/n.2024.22.017.