

# 临床康复技术在老年人康养服务中的应用与展望

韩慧兰<sup>1</sup>, 吉辉<sup>2\*</sup>, 朱秀云<sup>3</sup>, 文字恒<sup>1</sup>, 蒋宇蕊<sup>1</sup>

1. 攀枝花学院 康养学院, 四川 攀枝花 617000

2. 智慧医养与老年健康管理四川省哲学社会科学重点实验室, 四川 成都 610500

3. 攀枝花市中心医院, 四川 攀枝花 617067

DOI: 10.61369/SSSD.2025200001

**摘 要 :** 随着我国人口老龄化问题的日益严峻, 老年人对高质量康养服务的需求不断提升。临床康复技术作为恢复与维持老年人功能状态的基本手段, 在康养服务体系建设中的应用价值日益凸显。本文即在此背景下展开研究, 首先基于老年人的生理、心理及社会参与等特征与需求, 分析临床康复技术的选择策略与个性化方案; 进而从环境创设、服务整合与平台建设三个维度提出临床康复技术在老年人康养服务中的应用策略与未来展望, 以此构建新的老年人康养服务范式与智慧医养模式, 为提升我国老年人康养服务质量、推动“健康老龄化”战略实施提供理论参考与实践路径。

**关 键 词 :** 临床康复技术; 老年人康养; 智慧医养; 个性化康复; 服务整合

## Application and Prospect of Clinical Rehabilitation Technology in Elderly Health Care Services

Han Huilan<sup>1</sup>, Ji Hui<sup>2\*</sup>, Zhu Xiuyun<sup>3</sup>, Wen Yuheng<sup>1</sup>, Jiang Yurui<sup>1</sup>

1. College of Health and Wellness, Panzhihua University, Panzhihua, Sichuan 617000

2. Sichuan Provincial Key Laboratory of Intelligent Medical Care and Geriatric Health Management, Chengdu, Sichuan 610500

3. Panzhihua Central Hospital, Panzhihua, Sichuan 617067

**Abstract :** With the increasingly severe aging problem in China, the elderly's demand for high-quality health care services continues to rise. As a basic means to restore and maintain the functional status of the elderly, clinical rehabilitation technology has become increasingly prominent in the construction of the health care service system. This paper carries out research under this background. Firstly, based on the physiological, psychological and social participation characteristics and needs of the elderly, it analyzes the selection strategy and personalized scheme of clinical rehabilitation technology. Furthermore, it puts forward the application strategies and future prospects of clinical rehabilitation technology in elderly health care services from three dimensions: environment creation, service integration and platform construction. The purpose is to construct a new elderly health care service paradigm and intelligent medical care model, so as to provide theoretical reference and practical path for improving the quality of elderly health care services in China and promoting the implementation of the "healthy aging" strategy.

**Keywords :** clinical rehabilitation technology; elderly health care; intelligent medical care; personalized rehabilitation; service integration

## 引言

人口老龄化问题已经成为当前世界面临的共同挑战, 而我国已经逐步向深度老龄化社会发展。在此背景下, 老年人群体的康养服务需求不断提升, 而“老有所养、老有所健、老有所乐”成为重要的社会议题。传统的养老服务模式侧重基本生活照料, 已经难以满足老年人的多元需求, 因此以临床康复技术等综合性干预手段为核心, 着重维持和提升老年人身心健康与生活品质的现代康养服务模式, 成为新时代养老服务体系建设的重要举措。

## 一、基于老年人康养需求的临床康复技术选择

### (一) 需求分析与技术匹配

老年人康养需求有着多种维度的表现, 在康复技术选择中心

须保障需求与技术的精准匹配。临床康复技术的核心目标在于改善老人的生理功能、提升参与活动的能力和生活质量, 主要包括物理治疗、作业治疗、言语治疗和心理治疗等。

第一, 生理健康需求与技术匹配。肌肉萎缩、平衡功能下

基金项目: 智慧医养与老年健康管理四川省哲学社会科学重点实验室开放基金资助 (项目编号: ZHYZYKYB2426)

降、关节僵硬以及多种慢性病是当代老年人面临着共性问题<sup>[1]</sup>，针对以上生理需求，可以将其分为三种类型提供针对性的康复技术。针对身体机能衰退类的问题，应将物理治疗作为核心技术。例如可以利用阻力训练改善老年人的肌肉状态，利用太极、平衡仪等平衡训练预防跌倒，还可以利用关节活动训练，保持一定的灵活度。针对慢性病，通过有氧运动可以辅助改善心肺功能，利用作业治疗方案可以指导关节炎、糖尿病等患者安全、省力地完成日常生活活动。针对术后康复的老年群体，则要建立个性化的康复计划。例如针对髌膝关节置换手术后，可以采取结构化的物理治疗和作业治疗联合方案<sup>[2]</sup>。

第二，心理健康需求与技术匹配。当代老年人还面临着孤独、抑郁、焦虑及认知衰退等心理问题。针对情绪类问题，应采取认知行为疗法、团体治疗、怀旧疗法等心理治疗手段，缓解其抑郁心理与孤独感。针对认知功能问题，可以采取认知训练，通过计算机化认知任务、现实定向训练等方法<sup>[3]</sup>，有效减轻患者的轻度认知障碍。

第三，社会参与需求与技术匹配。社会性隔离也是影响老年人健康的关键因素，对此需要采取作业治疗方案，为老年人重塑关键角色定位，促使其参与到琴棋书画、园艺、运动等各类爱好活动之中，并逐步扩展为小组活动、社区项目等，加强其社会融入感。

## （二）个性化康复方案的制定

除了匹配需求的技术选择策略外，还需要个性化的康复方案才能达到更好的康复服务效果。

第一，全面综合评估。方案的制定建立在对老年人的多维评估之上，评价维度包括关节活动度、肌力、疼痛、平衡、共病情况等生理表现，认知水平、情绪状态、动机等心理状态，家庭支持、居住环境、兴趣爱好、社会网络等社会活动表现，以及日常生活功能表现等<sup>[4]</sup>。

第二，目标协同与方案设计。康复方案的设计必须保持目标的协同性，即将康复目标与老年人自身的期望目标一致。

第三，动态调整与反馈机制。老年人随着年龄增长，其身体状态与精神需求均在变化，因此相关康复计划与方案也要动态调整，通过定期检测与评估、健康状况变化、康复进展或突发事件等因素，及时调整康复技术的类型、强度与频率。

# 二、临床康复技术在老年人康养服务中的应用与展望

## （一）临床康复技术在老年人康养服务中应用的环境创设

### 1. 实施技术推广

一方面应面向老年人及其家属进行推广，比如可以将康复技术制作成短视频、漫画、动画等通俗易懂的宣传材料，同时通过定期举办康复技术体验日等活动，让老年人及其家属能够近距离体验和了解康复技术的实际应用效果。

另一方面应面向社区与机构进行宣传，比如可以与社区居委会、养老机构等建立合作关系，并将康复理念融入其日常健康管理行为之中，形成康复服务新标准<sup>[5]</sup>。

## 2. 落实专业人才培养

第一，强化学历教育。高校不仅要强化康复、护理、老年服务与管理等专业群建设，更要基于临床康复技术建立特色化课程，针对性强化老年康养人才培养质量。

第二，建立常态化在职培训机制。对于高校、职业院校以及社会培训机构来说，其应当积极建立持续性的职业教育体系，为一线康养服务人员提供临床康复技术学习与培训服务，使其具备初步评估、基础康复训练指导和转介的能力。对于养老服务、老年康复、老年护理等机构与企业而言，则要建立系统性的培训机制，通过上岗培训、在职培训、技能培训等渠道，不断增强员工的综合能力。

第三，建设跨学科团队。老年康养技术的发展也要与时俱进，因此还需要医生、护士、治疗师、营养师、社工等学科相关人员参与相关研究工作<sup>[6]</sup>，以此组建跨学科科研团队。

## 3. 政策与保障体系建设

第一，优化资金支持。政府应将符合条件的临床康复技术服务纳入长期护理保险、基本医疗保险支付范围，在一定程度上减轻康养服务的费用标准。

第二，制定规范标准。政府应联合行业组织机构，共同制定关于老年人康复服务的标准、规范与评价体系，形成明确的行业规范。

第三，建立激励机制。对积极引入临床康复技术且提供高质量康复服务的养老机构、社区中心等，应提供税收减免、运营补贴等激励。

## （二）临床康复技术与老年人康养服务深度整合

### 1. 服务模式创新

第一，深化“医养结合”。应突破传统“医院+养老院”的服务模式，建立“综合医院康复科→康复专科医院→社区康复中心→家庭康复”的四级联动服务范式<sup>[7]</sup>，为老年人提供逐层递进的转诊与技术支持系统。

第二，建立“康养一体”的社区服务模式。应围绕社区建立枢纽系统，建立“日间康复照料中心”。该机构白天为老年人提供专业的康复训练、社交和文娱活动等服务，而晚上老年人可以正常回归家庭，实现康复与养老的协同。

### 2. 技术整合与应用

第一，融合远程医疗。针对行动不便或偏远地区的老年人，可以通过线上平台提供远程医疗服务。比如可以通过专家视频指导、可穿戴设备数据传输等方式，提供远程康复监护与指导服务。

第二，深化人工智能应用。可以建立老年康养服务大模型，通过分析老年人的运动数据提供实时指导建议，也可以通过自然语言处理技术分析老年人的心理对话，建立抑郁风险预警机制<sup>[8]</sup>。此外还可以基于大数据信息建立个体画像，以此作为个性化康复技术实施方案的决策支持。

第三，应用虚拟现实技术。可以基于VR/AR技术建立沉浸式、游戏化的康复训练场景，提高老年人参与康复训练的趣味性与依从性，并达到精准化与量化目标。

### 3. 社会支持体系建设

第一，家庭支持体系。在老年康养服务体系中，家庭是多数老年人希望回归的养老环境，因此家庭支持体系的建设至关重要，也是临床康复技术得以广泛普及应用的关键举措。具体来说应从技能培训入手，通过对家属提供康复知识与照护技能培训专题活动或线上课程，使其创建良好的家庭康复环境，具备协作完成康复训练的能力。

第二，社区支持体系。在现代城市中，社区在老年康养体系中的重要性也在日益提升，社区支持体系的建设应从两个层面展开。一方面，社区自身应积极参与到老年康养体系建设工作中，既要为社区老年居民提供必要的康养环境、锻炼场地、康复设备等外部支持，又要提供一定的社区服务工作人员以及志愿者，以此为老年居民创造良好的生活环境与便捷的康养渠道。另一方面，社区应推动老年互助网络体系的建设，比如可以组织社区内不同年龄层、不同身体状态的老年人组建老年志愿服务队，以此建立低龄老人服务高龄老人、健康老人协助患病老人的可持续互助体系<sup>[9]</sup>，不仅可以让老人之间互相提供康复服务，而且还能形成相互陪伴的交际环境，对老人身心状态也有积极影响。

第三，社会组织参与。除了家庭与社区外，还可以引导公益组织、社会工作机构等提供必要的支持与服务，比如心理疏导服务、资源支持服务、生活陪伴服务等，为康养服务提供情感与精神层面的支持。

#### （三）适应老年人需求的临床康复技术服务平台建设

##### 1. 平台设计与功能分析

第一，在用户端，应为老人与家属提供至少以下五项功能。

一是以健康数据、评估报告为核心的电子档案；二是建立康复方案库，为用户提供推送图文、视频形式的个性化训练计划；三是进度追踪服务，需要用户通过手动录入或设备自动同步记录训练数据；四是在线咨询功能，用户可以通过平台与治疗师、医生实时沟通；五是社交服务功能，可以支持老人加入兴趣小组，分享康复心得<sup>[10]</sup>。

##### 2. 数据安全与隐私保护

第一，技术层面，应全面采用数据加密、安全传输协议（HTTPS）等技术，并建立定期安全审计机制。

第二，管理层面，建立数据访问权限管理制度，根据规范合理授权数据查询权限。

##### 3. 平台运营与维护管理

第一，可持续运营模式。可以构建“政府购买服务 + 机构付费 + 个人增值服务”三位一体的多元盈利机制。

第二，持续迭代升级模式。应根据用户反馈与技术发展，定期更新平台功能，并提供新的康复案例。

## 三、结语

综上所述，临床康复技术是提升老年人康养服务内涵与质量的关键驱动力。本文系统论证了从需求出发的技术选择与个性化方案制定，是服务精准化的基础；而从环境创设、深度整合到智能化平台建设的多维路径，则是实现技术广泛应用与可持续发展的保障。

## 参考文献

- [1] 於欣琳, 戴安琪, 吴依娜, 陈思怡, 滕秋玲. 银发时代下数字赋能智慧养老高质量发展路径探析 [N]. 市场信息报, 2024-12-23(015).
- [2] 赵建名, 刘继红. 老年人医养结合康养机构模式选择与服务供需研究 [J]. 攀枝花学院学报, 2024, 41(S1): 7-9.
- [3] 江泽慧, 胡文琪, 钟嘉雯, 朱庆怡, 林文琴, 李莹颖, 徐铁龙. 智慧医疗在社区智慧养老中存在的问题与对策研究 [J]. 中国医院, 2024, 28(11): 74-76.
- [4] 杨旭兵. 基于“互联网+”医养结合智慧养老模式的探究 [J]. 大众标准化, 2024, (17): 148-150.
- [5] 刘建威, 郭敏, 陈艳. 推进“互联网+智慧养老”打通居家养老服务“最后一公里”[N]. 惠州日报, 2024-09-10(002).
- [6] 郑碧丽, 花文苍. 健康老龄化背景下智慧养老服务体系优化研究 [J]. 石家庄铁道大学学报(社会科学版), 2024, 18(02): 57-62+83.
- [7] 段宏莉, 刘珊, 丁熊, 潘华华, 陈德腾. 老年人康养产品新零售服务设计中的共情思维 [J]. 包装工程, 2024, 45(14): 108-116.
- [8] 李静. 推动智慧养老高质量发展的实践探索与优化路径 [J]. 长沙民政职业技术学院学报, 2024, 31(01): 14-16+27.
- [9] 陈建梅, 郑岚之. 黑龙江省医养结合智慧养老服务发展路径研究 [J]. 绥化学院学报, 2024, 44(03): 55-57.
- [10] 张榆, 丁玎, 陈俊峰, 董汝春, 王烨棋. 国内智慧养老研究的现状、热点与展望 [J]. 中国农村卫生事业管理, 2024, 44(02): 148-152+131.