

# 人均预期78.6岁,如何迎接长寿“新常态”?

□新华社记者

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岁也不再稀罕。与新中国成立时相比,中国的人均预期寿命翻了不少一番。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,对生活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)研究人均预期寿命测算的学者很难预测到,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。

什么是人均预期寿命?简单来说,它是通过统计各个年龄段的死亡率,推算出新生人口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、人口生活质量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论文指出,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中,收入增长和营养充足占了大约25%,其它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人口缺乏医疗保障。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部署,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。

全球医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靳晓春看来,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、大学的孩子们包了“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贫困。

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,学历为高中及以上学历超过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,这为促进“老有所为”、积极开发老年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年人群价值的认知。

(新华社北京12月18日电)

# 9小时! 神十九乘组刷新中国航天员单次出舱活动时长纪录

新华社北京12月17日电(记者 李国利 黄一宸)神舟十九号航天员蔡旭哲、宋令东、王浩泽密切协同,于17日完成首次出舱活动,用时9小时,刷新了中国航天员单次出舱活动时时长纪录。

此前的纪录为约8.5小时,是由神舟十八号航天员乘组创造的。

神十九乘组这次出舱活动中,航天员宋令东成为我国首位进行出舱活动的“90后”航天员。截至目前,中国航天员已圆满完成18次出舱活动。

据中国载人航天工程办公室介绍,按计划,神舟十九号载人飞行任务期间还将实施人员和应用载荷出舱活动,并开展大量科学实验与技术试验。

## 财政部出台新规 推动管好行政事业性国有资产

新华社北京12月18日电(记者 申铖)为进一步推动行政事业性国有资产管理提质增效,财政部18日对外发布通知,明确全面强化制度执行,提出了落实资产管理职责、夯实基础管理工作、规范资产管理行为、推动资产盘活利用、用好一体化系统等举措。

行政事业性国有资产涉及面广、类型多样、情况复杂。通知明确,落实资产管理职责,强化管理制度执行。各级财政部门、各主管部门和各单位应当按照《行政事业性国有资产管理条例》规定,落实“国家统一所有、政府分级监管、各部门及其所属单位直接支配”的资产管理体制,进一步提升资产管理效益。

通知提出,夯实基础管理工作,确保家底清晰准确。各主管部门、各单位要严格做好各类资产登记和核算,所有资本性支出应当形成资产并予以全程登记,准确完整登记资产信息卡,

按照国家统一的会计制度等要求,及时准确进行会计核算,避免已取得或已处置资产不做账务处理、已交付使用的在建工程未按照规定转入相关资产、无形资产未按照规定入账等问题。要落实资产定期盘点制度,每年至少盘点一次,确保账实、账卡、账账相符。

通知要求各主管部门、各单位要严格按照规定标准配置资产,严禁违规超标准配置资产;没有明确规定配置标准的,要结合单位履职需要、资产存量、使用状况和财政承受能力,在充分论证的基础上合理配置。

在推动资产盘活利用方面,通知明确,各单位要优化在用资产管理,最大限度发挥在用资产使用价值,切实做到物尽其用。要及时掌握资产闲置、低效运转等使用情况,建立待盘活资产台账并动态更新,结合资产实际情况制定盘活方案。

## 特朗普或对美电动汽车政策进行重大改革

新华社华盛顿12月17日电 据路透社日前报道,美国当选总统特朗普的过渡团队建议进行广泛改革,以切断对电动汽车和充电桩的政策支持。该团队还建议对全球所有电池材料征收关税。

报道指出,建议提出之时正值美国电动汽车转型停滞不前之际。在此前竞选活动中,特朗普承诺将放宽对化石燃料汽车的管理,并推翻他所称的拜登总统的“电动汽车强制令”。整体来看,这些建议与拜登政府推动向电动车转型的政策相悖。

该团队此前还呼吁取消拜登政府

为消费者购买电动汽车提供的7500美元税收抵免。报道认为,当前许多传统汽车制造商正向美国市场推出更多电动车型,而这些可能出台的新政策或对美国电动汽车生产和销售造成打击。

分析人士认为,这一政策转向并不出人意料。特朗普在7月举行的共和党全国代表大会上正式接受共和党总统候选人提名并阐述其施政纲领时就曾表示,他要终止拜登的电动汽车政策,重振本土汽车制造业。特朗普还表示,要加强美国的石油和天然气钻探,摒弃拜登政府的新能源政策。

## 《自然》杂志:2025年这些科学事件值得关注

新华社伦敦12月17日电(记者 郭爽)英国《自然》杂志网站17日刊发文章,列举了2025年值得关注的科学事件,涉及新药研发、太空探索、应对气候变化等多个领域。

文章指出,继今年司美格鲁肽以及其他胰高血糖素样肽-1(GLP-1)受体激动剂减肥药物大获成功后,2025年可能会迎来针对肥胖症的新一轮药物研发成果。此外,研究人员将探索GLP-1受体激动剂治疗帕金森病、阿尔茨海默病等其他疾病的潜力。

文章指出,2025年可能成为疼痛治疗的一个转折点。美国监管机构预计将于明年完成对一种非阿片类止痛药的审批。如获批,这种药物将成为20多年来首批治疗急性疼痛的新药之一。

在太空探索方面,文章说,2025年将是月球交通繁忙的一年。日本民间企业“太空公司”将执行国家的探月任务。美国私营企业“直觉机器”公司将向月球南极发射一个着陆器。

另外,两项研究太阳风的任务将

于2025年执行发射。中国科学院和欧洲航天局的联合项目太阳风-磁层相互作用全景成像卫星(SMILE)将研究太阳风如何与地球磁场相互作用。美国航天局的“统一日冕和日球层偏光计”(PUNCH)任务将深入太阳大气层,探索能量如何流入太阳系。

在粒子探测方面,粒子物理学家希望位于瑞典的欧洲散裂中子源能够在2025年投入使用。同时,一项关于拟在欧洲核子研究中心建造价值170亿美元超级对撞机的详细可行性研究将于2025年完成。

在应对气候变化方面,《联合国气候变化框架公约》第30次缔约方大会将于2025年11月在巴西举行,各国希望最终确定资金问题。此外,今年联合国治理塑料污染新一轮谈判未能达成一致,将于2025年择期续会,就制定关于塑料污染的具有法律约束力的国际文书进行谈判。

文章关注的其他事件还包括脑机接口、大流行病防范、特朗普重返白宫对多个科学领域的影响等。

## 江门中微子实验液体灌注启动

12月18日,江门中微子实验项目经理王贻芳院士(右二)、中国科学院高能物理研究所研究员、江门中微子实验总工程师马晓妍(右四)等在实验大厅检查液体灌注情况。

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的关键节点。江门中微子实验以测量中微子质量顺序为首要科学目标,并进行其它多项重大前沿研究,实验建成后将作为国际中微子研究的中心之一。

(新华社记者 金立旺 摄)



## 12306上线春运车票预约专区,学生和务工人员体验如何?

约购票服务”专区,预约购买2024年12月31日至2025年2月23日的火车票。为保障预约服务平稳运行,12306团队在该服务推出前提早进行准备,优化资源配置,做好应急处置准备,保障用户体验流畅。

记者在一些地方火车站的售票窗口看到,务工人员在车站工作人员的帮助下预订车票。

“每个订单可添加1个乘车日期的5个‘车次+席别’的组合,同一账户最多可同时提交3个订单。”在厦门火车站,售票员罗芳手把手教在厦门鞋厂打工的重庆人黄正林在手机上预约购票。

成功提交了多个从厦门到重庆北的车票预约组合后,罗芳叮嘱他:“您选择的票,17号系统就会发短信通知您是否预约成功。如果成功了,记得17号23点前完成支付,支付成功才算真正买到票。”

“务工人员群体涉及范围比较广,铁路部门主要通过12306大数据,安排务工人员群体集中出行的部分车次、席别提供预

约服务,无需提供证明材料,已通过实名制核验的务工人员如有需求,均可使用预约购票服务,实际上是增加了一种购票选择。”铁路12306科创中心相关负责人说。

随着高校寒假临近,许多大学生也开始规划返乡行程,通过12306手机客户端预约车票。

针对学生群体,铁路12306手机客户端推出了“学生预约购票专项服务”专区。2024年12月12日至2025年2月12日,符合条件的学生旅客可在专区预约购买2024年12月28日至2025年2月28日的火车票。

“终于不用再像之前一样卡点拼手速,也减少了在第三方购票平台尝试开会员速抢票、好友助力等方式的困扰。”中央财经大学大四学生杨璞玉说,她提交了3个回河南漯河的特约兑现预订单,回家的旅程又多了一份保障。

在江苏南京,河海大学大一学生朱晏吾16日一早便预约了2025年1月17日回

连云港的高铁票。“以前节假日要定时抢票,现在可以预约,体验好了。”朱晏吾说。

在感受预约便利性的同时,一些务工人员和学生也提出了更多期盼:

“现在务工人员只能预约部分车次,希望以后能有更多车次可供选择。”

“希望进一步优化系统,提升预约成功率,为旅客精准匹配车票资源。”春运期间特别是高峰时段,在铁路客流高度集中、极不均衡、单向流动等特点的影响下,部分时段、部分车次火车票供需矛盾突出的问题仍然存在。

据中国国家铁路集团有限公司客运部相关负责人介绍,铁路部门将及时分析预约购票的情况,为合理配置运力提供参考,更好满足旅客出行需求。今年除推出学生和务工人员预约购票这一服务外,春运期间铁路部门还将联动企业、地方人社部门开行务工人员专列,为重点人群返乡、返岗提供便利。

(新华社北京12月17日电)

## 红嘴鸥草海舞翩跹



12月17日,游客在贵州草海国家级自然保护区观赏投喂红嘴鸥。近日,贵州草海国家级自然保护区迎来大批越冬红嘴鸥,这些远道而来的

美丽“精灵”,时而与赏鸥投喂的民众和游客近距离互动,时而在湖面翩跹起舞,为冬日的草海增添生机与活力。

(新华社记者 杨文斌 摄)