

WS

中华人民共和国卫生行业标准

WS/T 802—2022

## 中国健康老年人标准

The standard for healthy Chinese older adults

2022-09-28 发布

2023-03-01 实施

## 目 次

前言 .....	II
1 范围 .....	1
2 规范性引用文件 .....	1
3 术语和定义 .....	1
4 中国健康老年人标准 .....	1
5 评估实施 .....	1
6 评估标准 .....	2
附录 A（规范性） 中国健康老年人评估表 .....	3
附录 B（规范性） 中国健康老年人相关指标评估量表 .....	6
参考文献 .....	12

## 前 言

本标准由国家卫生健康标准委员会老年健康标准专业委员会负责技术审查和技术咨询，由国家卫生健康委医疗管理服务指导中心负责协调性和格式审查，由国家卫生健康委老龄健康司负责业务管理、法规司负责统筹管理。

本标准起草单位：北京医院(国家老年医学中心)、中南大学湘雅医院、中国科学院心理研究所、中国人民解放军总医院、中国人民大学、华中科技大学同济医学院附属同济医院、四川大学华西医院、山东省疾病预防控制中心、中华医学会老年医学分会、中国老年保健医学研究会、中国心理学会、中国老年学和老年医学学会、中国老年医学学会。

本标准主要起草人：于普林、王建业、胡建中、刘尚昕、韩布新、何耀、杜鹏、张存泰、马吉祥、高松柏、陈琼、董碧蓉、黄伟红、张力涓。

# 中国健康老年人标准

## 1 范围

本标准规定了中国健康老年人标准、评估实施和评估标准。

本标准适用于医疗卫生机构、养老服务机构人员等对60周岁及以上中国老年人健康状态的评估。

## 2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本标准必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本标准；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本标准。

WS/T 484 老年人健康管理技术规范

MZ/T 039 老年人能力评估

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本标准。

### 3.1

#### **健康老年人 healthy older adults**

指60周岁及以上生活自理或基本自理的老年人，躯体、心理、社会三方面都趋于相互协调与和谐状态。其重要脏器的增龄性改变未导致明显的功能异常，影响健康的危险因素控制在与其年龄相适应的范围内，营养状况良好；认知功能基本正常，乐观积极，自我满意，具有一定的健康素养，保持良好生活方式；积极参与家庭和社会活动，社会适应能力良好等。

## 4 中国健康老年人标准

中国健康老年人应满足下述要求：

- a) 生活自理或基本自理；
- b) 重要脏器的增龄性改变未导致明显的功能异常；
- c) 影响健康的危险因素控制在与其年龄相适应的范围内；
- d) 营养状况良好；
- e) 认知功能基本正常；
- f) 乐观积极，自我满意；
- g) 具有一定的健康素养，保持良好生活方式；
- h) 积极参与家庭和社会活动；
- i) 社会适应能力良好。

## 5 评估实施

### 5.1 评估人员

医疗卫生机构和养老服务机构内接受过中国健康老年人标准、评估实施和评估标准培训的医疗卫生、护理、养老等专业人员。

### 5.2 评估地点

评估对象现居住地或其所在养老服务机构、医疗机构等。

### 5.3 评估内容及权重

包括健康三个维度（总和满分为100分），即：

- 躯体健康（0~50分）；
- 心理健康（0~30分）；
- 社会健康（0~20分）。

具体评估指标见附录A的表A.1“中国健康老年人评估表”中“二、评估项目”。

### 5.4 评估方法

评估人员通过询问评估对象或其照顾者，填写附录A.1“中国健康老年人评估表”中“一、基本信息”的内容；按照附录A.1“中国健康老年人评估表”中“二、评估项目”进行逐项评估，填写每个三级指标评分，并计算躯体健康、心理健康、社会健康每个维度的分值。

## 6 评估标准

### 6.1 中国老年人健康各维度状态评估标准

躯体健康、心理健康、社会健康的每个维度的健康状态评估标准见表1，按此标准评估的各维度健康状态填写在附录A的表A.1“中国健康老年人评估表”的“三、各维度评估结果”中。

表1 中国老年人健康各维度状态评估标准表

健康状态	躯体健康	心理健康	社会健康
健康	40~50分，且该项三级指标中任一项评分不为零	24~30分，且该项二级指标中任一项评分不为零	16~20分
基本健康	30~39分，且该项三级指标中任一项评分不为零	18~23分，且该项二级指标中任一项评分不为零	12~15分
不健康	29分及以下，或该项三级指标中任一项评分为零	17分及以下，或该项二级指标中任一项评分为零	11分及以下

### 6.2 中国老年人健康状态评估标准

中国老年人健康状态评估总分为计算躯体健康、心理健康、社会健康三个维度的评分之和，具体健康状态评估标准见表2。评估员可参照表2对老年人整体健康状态做出判定，并填写在附录A的表A.1“中国健康老年人评估表”的“四、健康评估结果”中。

表2 中国老年人健康状态评估标准表

健康状态	评估标准
健康	80~100分，且健康评估三个维度均为健康
基本健康	不满足“健康”和“不健康”评估标准
不健康	59分及以下，或躯体健康维度为不健康，或心理健康维度为不健康，或社会健康维度总分为零

附录 A  
(规范性)

## 中国健康老年人评估表

表A.1 中国健康老年人评估表

一、基本信息				
姓名		性别		出生年月
证件号码				联系电话
民族			宗教信仰	<input type="checkbox"/> 有, ( )教; <input type="checkbox"/> 无
婚姻状况	<input type="checkbox"/> 未婚 <input type="checkbox"/> 已婚 <input type="checkbox"/> 离婚 <input type="checkbox"/> 丧偶	文化程度		<input type="checkbox"/> 文盲; <input type="checkbox"/> 小学; <input type="checkbox"/> 初中; <input type="checkbox"/> 高中/技校/中专; <input type="checkbox"/> 大专; <input type="checkbox"/> 本科及以上
居住地址	_____省_____市_____区/县_____街道/乡(村)_____			
居住情况 (可多选)	<input type="checkbox"/> 独居; <input type="checkbox"/> 与配偶/伴侣居住; <input type="checkbox"/> 与子女居住; <input type="checkbox"/> 与父母居住; <input type="checkbox"/> 与兄弟姐妹居住; <input type="checkbox"/> 与其他亲属居住; <input type="checkbox"/> 与非亲属关系的人居住; <input type="checkbox"/> 养老机构; <input type="checkbox"/> 其他_____			
经济来源 (可多选)	<input type="checkbox"/> 养老金; <input type="checkbox"/> 子女补贴; <input type="checkbox"/> 亲友资助; <input type="checkbox"/> 其他			
医疗费用支付	<input type="checkbox"/> 城镇职工基本医疗保险; <input type="checkbox"/> 城乡居民基本医疗保险; <input type="checkbox"/> 商业医疗保险; <input type="checkbox"/> 公费医疗; <input type="checkbox"/> 全自费; <input type="checkbox"/> 其他			
联系人姓名		与评估对象关系		联系人电话
联系人地址	_____省_____市_____区/县_____街道/乡(村)_____			
二、评估项目				
一级指标	二级指标	三级指标	分值	具体评估标准及分值
躯体健康	一般状况	营养状态	( )分	4分, 良好, 微营养评定法(简表)(见附录B中表B.1)评分 $\geq 12$ 分
			( )分	2分, 一般, $8 \leq$ 表B.1评分 $\leq 11$ 分或 $25 <$ 体质指数(BMI) $< 30$
			( )分	0分, 差, 附录B中表B.1评分 $< 8$ 分或BMI $\geq 30$
		睡眠状况	( )分	4分, 良好, 无睡眠障碍
			( )分	2分, 一般, 有睡眠障碍, 不影响日常生活, 不引起焦虑、抑郁
			( )分	0分, 差, 有睡眠障碍, 影响日常生活或引起焦虑、抑郁
		视力(若平日佩戴老花镜或近视镜, 应在佩戴眼镜的情况下评估)	( )分	4分, 良好, 能看清书报上的标准字体
			( )分	2分, 一般, 视力有限, 看不清书报上的标准字体
			( )分	0分, 差, 没有视力, 眼睛不能跟随物体移动
		听力(若平时佩戴助听器, 应在佩戴助听器的情况下评估)	( )分	4分, 良好, 可正常交谈, 能听到电视、电话、门铃的声音
			( )分	2分, 一般, 正常交流有些困难, 需在安静的环境或大声说话才能听到
			( )分	0分, 差, 完全听不见
	进食情况	( )分	4分, 良好, 正常饮食	
		( )分	2分, 一般, 半流质饮食	
		( )分	0分, 差, 流质饮食	

表A.1 中国健康老年人评估表（续）

一级指标	二级指标	三级指标	分值	具体评估标准及分值
躯体健康	日常生活活	基础性日常生活活动	( ) 分	10分（80岁及以上者此项为20分），能力完好，按照MZ/T 039 附录B中表B.1.1~B.1.10评估，评分100分
				6分（80岁及以上者此项为12分），轻度受损，评分65~95分
				0分，中重度受损，评分≤60分
	动能力	工具性日常生活活动（80岁及以上者不必填写）	( ) 分	10分，能力完好，工具性日常生活活动量表（见附录B中表B.2）评分20~24分
				6分，轻度失能，表附录B中表B.2评分12~19分
				0分，中重度失能，表附录B中表B.2评分0~11分
	疾病状态	影响健康的危险因素	( ) 分	5分，良好，血压、血糖、血脂等指标都控制在达标范围内
				3分，一般，血压、血糖、血脂等指标部分控制在达标范围内
				0分，差，血压、血糖、血脂等指标控制均不达标
		慢性疾病	( ) 分	5分，无或控制良好，不影响日常生活活动
				3分，控制一般，轻微影响日常生活活动
				0分，控制差，严重影响日常生活活动
心理健康	认知功能	( ) 分	10分，正常，按照WS/T 484 表C.1中的方法和痴呆评估标准（老年人受教育程度：文盲（未受教育）应>17分；小学（受教育≤6年）应>20分；中学（包括中专）应>22分；大学（包括大专）应>23分）	
			6分，下降，按照WS/T 484 表C.1中的方法和痴呆评估标准（老年人受教育程度：文盲（未受教育）应≤17分；小学（受教育≤6年）应≤20分；中学（包括中专）应≤22分；大学（包括大专）应≤23分）	
			0分，无法配合（如听觉障碍、视觉障碍、精神疾患等评分仅作参考）	
	焦虑	( ) 分	5分，正常，广泛性焦虑障碍量表（GAD-7）（见表B.3）评分0~9分	
			3分，中度，附录B中表B.3评分10~14分	
			0分，重度，附录B中表B.3评分15~21分	
	抑郁	( ) 分	5分，正常，简版老年抑郁量表（GDS-15）（见附录B中表B.4）评分0~8分	
			3分，中度，附录B中表B.4评分9~11分	
			0分，重度，附录B中表B.4评分12~15分	
	生活满意度	( ) 分	5分，满意	
			3分，基本满意	
			0分，不满意	
	健康素养	理解衰老	( ) 分	1分，理解
				0分，不理解
		合理膳食（一日三餐所提供的营养必须满足人体各种生理、体力活动的需要）	( ) 分	1分，合理
0分，不合理				

表A.1 中国健康老年人评估表（续）

一级指标	二级指标	三级指标	分值	具体评估标准及分值
心理健康	健康素养	规律、适度运动	( )分	1分, 是
				0分, 否
		戒烟限酒	( )分	1分, 是
				0分, 否
		遵医嘱用药, 定期体检	( )分	1分, 是
				0分, 否
社会健康	社会参与	过去一年内, 参与社会和家庭活动的频率	( )分	5分, 经常参加, 每月至少一次
				3分, 偶尔参加, 平均每月不到一次
				0分, 从不参加
	社会适应	适应社会环境的程度	( )分	5分, 良好, 老年人社会发展适应和精神文化适应两维度量表(见附录B中表B.5)评分 $\geq$ 28分
				3分, 一般, 附录B中表B.5评分20~27分
				0分, 差, 附录B中表B.5评分低于20分
	社会支持	获得社会支持的情况	( )分	10分, 良好, Lubben社会网络量表(见附录B中表B.6)评分 $\geq$ 24分
				6分, 一般, 附录B中表B.6评分12~23分
				0分, 差, 附录B中表B.6评分低于12分
三、各维度评估结果				
躯体健康			( )分, <input type="checkbox"/> 健康 <input type="checkbox"/> 基本健康 <input type="checkbox"/> 不健康	
心理健康			( )分, <input type="checkbox"/> 健康 <input type="checkbox"/> 基本健康 <input type="checkbox"/> 不健康	
社会健康			( )分, <input type="checkbox"/> 健康 <input type="checkbox"/> 基本健康 <input type="checkbox"/> 不健康	
四、健康评估结果				
老年人健康状态			( )分, <input type="checkbox"/> 健康 <input type="checkbox"/> 基本健康 <input type="checkbox"/> 不健康	
评估人员签字:				年 月 日
评估机构意见: <input type="checkbox"/> 健康 <input type="checkbox"/> 基本健康 <input type="checkbox"/> 不健康				
签名(盖章):				年 月 日

**附录 B**  
**(规范性)**  
**中国健康老年人相关指标评估量表**

- B.1 微营养评定法（简表）见表B.1。  
 B.2 工具性日常生活活动量表见表B.2。  
 B.3 广泛性焦虑障碍量表（Generalized Anxiety Disorder-7, GAD-7）见表B.3。  
 B.4 简版老年抑郁量表（Geriatric Depression Scale-15, GDS-15）见表B.4。  
 B.5 老年人社会发展适应和精神文化适应两维度量表见表B.5。  
 B.6 Lubben社会网络量表见表B.6。

**表B.1 微营养评定法（简表）**

指标	分值			
	0分	1分	2分	3分
过去3个月是否有因食欲减退、消化不良、咀嚼或吞咽困难而减少食量	食量严重减少	食量中度减少	食量没有改变	—
过去3个月体质量丢失	>3 kg	不知道	1~3 kg	无
活动能力	长期卧床或坐轮椅	可以下床或离开轮椅，但不能外出	可以外出	—
过去3个月是否受到心理创伤或有急性疾病	是	—	否	—
精神心理问题	严重痴呆或抑郁	轻度痴呆	无精神心理问题	—
体质指数（BMI） （kg/m <sup>2</sup> ）	BMI<19	19≤BMI<21	21≤BMI<23	BMI≥23
如果无法得到BMI，用小腿围（CC）	CC<31 cm	—	—	CC≥31 cm
得分：				
注1：“—”表示无此项评分赋值。 注2：得分为选择相应选项后的分值总和。				

表B.2 工具性日常生活活动量表

项目	评估内容	评分
使用电话能力	能独立使用电话，查电话号码、拨号等	3分
	仅可拨打熟悉的电话号码	2分
	仅会接电话，不会拨打电话	1分
	根本不能用电话	0分
购物	能独立进行所有需要的购物活动	3分
	能独立购买日常生活用品	2分
	任何购物活动均需要陪同	1分
	完全不能进行购物	0分
备餐	能独立计划、烹制和取食足量食物	3分
	如果准备好原料，能烹制适当的食物	2分
	能加热和取食预加工的食物或能准备食物	1分
	需要别人帮助做饭和用餐	0分
整理家务	能单独持家，或偶尔需要帮助（如重体力家务需家政服务）	4分
	能做一些轻的家务，如洗碗、整理床铺	3分
	能做一些轻的家务，但不能做到保持干净	2分
	所有家务活动均需要在帮忙的情况下完成	1分
	不能做任何家务	0分
洗衣	能洗自己所有的衣服	2分
	能洗小的衣物，漂洗短袜以及长筒袜等	1分
	所有衣物必须由别人洗	0分
使用交通工具	能独立乘坐公共交通工具或独自驾车	4分
	能独立乘坐出租车并安排自己的行车路线，但不会坐公交车	3分
	在他人帮助或陪伴下能乘坐公共交通工具	2分
	仅能在他人陪伴下乘坐出租车或汽车	1分
	完全不能出门	0分
个人服药能力	能在正确的时间服用正确剂量的药物	3分
	需要提醒或少许协助	2分
	如果别人提前把药物按单次剂量分好后，自己可以正确服用	1分
	不能自己服药	0分
理财能力	能独立处理财务问题（做预算，写支票，付租金和账单，去银行）	2分
	能完成日常购物，但需要别人的协助与银行的往来或大宗买卖	1分
	无管钱能力	0分
得分：		
注：每个项目的评分以最近一个月的表现为准，得分为选择相应选项后的评分总和。		

表B.3 广泛性焦虑障碍量表（GAD-7）

在过去两星期，有多少时候您受到以下任何问题困扰？（在您的选择下打勾）	无	7天以内	一半以上日子	几乎每天
1. 感觉紧张，焦虑或急切	0分	1分	2分	3分
2. 不能够停止或控制担忧	0分	1分	2分	3分
3. 对各种各样的事情担忧过多	0分	1分	2分	3分
4. 很难放松下来	0分	1分	2分	3分
5. 由于不安而无法静坐	0分	1分	2分	3分
6. 变得容易烦恼或急躁	0分	1分	2分	3分
7. 感到似乎将有可怕的事情发生而害怕	0分	1分	2分	3分
得分：				
注：得分为选择相应选项后的分值总和。				

表B.4 简版老年抑郁量表（GDS-15）

根据下述问题，请为你在过去的一周内的感受选择最佳答案	是	否
1. 你对生活基本上满意吗	0分	1分
2. 你是否放弃了许多爱好和兴趣	1分	0分
3. 你是否觉得生活空虚	1分	0分
4. 你是否常感到厌倦	1分	0分
5. 你是否大部分时间精力充沛	0分	1分
6. 你是否害怕会有不幸的事落到你头上	1分	0分
7. 你是否大部分时间感到幸福	0分	1分
8. 你是否常感到孤立无援	1分	0分
9. 你是否愿意待在家里而不愿去室外做些新鲜事	1分	0分
10. 你是否觉得记忆力比以前差	1分	0分
11. 你觉得现在活着很开心吗	0分	1分
12. 你是否觉得像现在这样活着毫无意义	1分	0分
13. 你觉得生活充满活力吗	0分	1分
14. 你是否觉得你的处境已毫无希望	1分	0分
15. 你是否觉得大多数人比你强得多	1分	0分
得分：		
注：得分为选择相应选项后的分值总和。		

表B.5 老年人社会发展适应和精神文化适应两维度量表

项目	完全 不符合	比较 不符合	一般	比较 符合	完全 符合
1. 如果有机会,我乐意参加村/居委会的某些工作	1分	2分	3分	4分	5分
2. 我常常想再为社会做点什么事	1分	2分	3分	4分	5分
3. 我现在喜欢学习	1分	2分	3分	4分	5分
4. 我觉得,我还是个对社会有用的人	1分	2分	3分	4分	5分
5. 社会变化太快,我很难适应这种变化	5分	4分	3分	2分	1分
6. 现在,越来越多的观点让我难以接受	5分	4分	3分	2分	1分
7. 当今越来越多新的社会政策让我难以接受	5分	4分	3分	2分	1分
8. 现在的社会变化越来越不利于老年人	5分	4分	3分	2分	1分
得分:					
注:得分为选择相应选项后的分值总和。					

表B.6 Lubben 社会网络量表

问题	没有	1 个	2 个	3~4 个	5~8 个	9 个及以上
1. 您一个月至少能与几个家人/亲戚见面或联系	0 分	1 分	2 分	3 分	4 分	5 分
2. 您能和几个家人/亲戚放心地谈您的私事（不可代答）	0 分	1 分	2 分	3 分	4 分	5 分
3. 当您需要时，有几个家人/亲戚可以给您提供帮助	0 分	1 分	2 分	3 分	4 分	5 分
4. 您一个月至少能与几个朋友见面或联系	0 分	1 分	2 分	3 分	4 分	5 分
5. 您能和几个朋友放心地谈您的私事（不可代答）	0 分	1 分	2 分	3 分	4 分	5 分
6. 当您有需要时，有几个朋友可以给您提供帮助	0 分	1 分	2 分	3 分	4 分	5 分
得分：						
注：得分为选择相应选项下的分值总和。						

### 参 考 文 献

- [1] DB11/T 1754—2020 老年人能力综合评估规范.
- [2] 郭起浩. 神经心理评估（第三版）[M]. 上海：上海科学技术出版社, 2020.
-