

《老年人跌倒预防与跌伤康复规范》

团体标准编制说明

一、目的和意义

随着社会经济和医疗卫生技术的快速发展，中国人口老龄化现象加速以及人口平均预期寿命的增长，高龄老人的数量及其在老年人口总数中所占的比例不断上升。据第七次人口普查数据显示，我国 60 岁以上老年人口达到 18.7%，其中 65 岁及以上老年人口占总人口 13.5%。预计到 2050 年，老年人口将达到 4.83 亿。

在增龄过程中，随着机体整体平衡功能退化、肢体灵活性下降，跌倒事件的发生不断增加。因此，跌倒在老年人口中较为常见。跌倒的发生受到个体内在因素、行为和生活方式、环境因素和社会经济状态的共同影响，并且具有个人多次跌倒事件高发，易于造成致伤、致残等严重后果的特点。而对于老年人跌倒风险的及时评估、识别和干预，可以有效避免或减少老年人跌倒；积极有效的跌伤康复则可以防控老年人因跌伤导致的长期卧床、残疾以及其他并发症，进而提高老年人生活质量、减小社会家庭经济负担，具有重要的社会意义与现实价值。

近年来，在国家政策和社会需要的双重驱动下，老年人跌倒预防方面得到了越来越多的关注与重视。但是，我国在对于老年人跌倒风险评估方法的选择方面仍缺乏统一标准，风险评估、跌倒预防与跌伤康复诊疗等环节仍未形成系统、完整的体系。

本标准旨在填补现行举措的不足之处，研究制定一体化的老年人跌倒预防与跌伤康复规范，从多学科视角，将防残与康复，家庭、机构与社会有机结合在一起，建立老年人跌倒风险评估—预防干预—诊疗康复—居家照护的“控康一体化”系统工程，并将其逐步推广到全国，以实现老年人及其照护人等全人群的统筹管理，风险筛查、预防、诊疗、康复等全链条的统一评估，基础设施、公共环境等全方位的优化建设，从而切实有效的预防和减少老年人跌倒事件发生，防治或改善跌伤后致残，保障老年人口健康与安全，助力国家积极老龄化建设。

二、任务来源

中国残疾人康复协会于 2021 年 3 月发布《关于征集 2021 年团体标准计划项目的通知》（残康协发〔2021〕7 号），启动 2021 年团体标准计划项目征集工作。中国残疾人

康复协会发布《关于下达 2021 年第二批团体标准制定计划的通知》（残康协发〔2021〕40 号），《老年人跌倒预防与跌伤康复规范》正式获批立项，计划编号为 CARD202114。

本标准由中国残疾人康复协会归口，由北京大学亚太经合组织健康科学研究院（HeSAY）/北京大学人口研究所牵头作为主要起草单位编制。

三、主要工作过程

1. 立项申请与起草

2021 年 5 月至 7 月，北京大学亚太经合组织健康科学研究院（HeSAY）/北京大学人口研究所根据《关于征集 2021 年团体标准计划项目的通知》（残康协发〔2021〕7 号）要求，确定团体标准制定方向，研究相关资料，起草拟申请立项的团体标准内容，并组建多学科专家团队反复讨论，充分听取各单位意见，最终形成并提交《老年人跌倒预防与跌伤康复规范》立项申请表与团体标准草案。

2. 立项评审

中国残疾人康复协会标委会于 2021 年 8 月 10 日召开团体标准立项评审会，会上向评审专家汇报标准的主要内容、必要性和可行性，并回答专家提问。

2021 年 9 月 13 日，中国残疾人康复协会发布《关于下达 2021 年第二批团体标准制定计划的通知》（残康协发〔2021〕40 号），《老年人跌倒预防与跌伤康复规范》正式获批立项。

3. 征求意见

根据立项评审专家意见，起草组对标准内容进行进一步的修改与完善，形成《老年人跌倒预防与跌伤康复规范》征求意见稿，面向社会广泛征求意见与建议。

四、主要条款、技术指标的说明

1. 跌倒预防

（1）建立社区老年居民健康档案：通过入户调查、健康体检等多种方式，基层行政单位（乡镇政府和街道办事处）应为所辖区域内的所有老年居民建立社区老年居民健康档案。社区老年居民健康档案的建立、使用、保存与终止应按照《国家基本公共卫生服务规范（第三版）》中《居民健康档案管理服务规范》执行。其内容应包括《国家基本公共卫生服务规范（第三版）》中规定的内容，并记入跌倒风险评估记录。

（2）定期对社区老年居民进行跌倒风险评估：基层行政单位应组织协调社区卫生机构（乡镇卫生院、村卫生室、社区卫生服务中心（站）），每年为辖区内老年居民提供

1 次健康体检，体检项目包括跌倒风险评估。针对跌倒危险因素，跌倒风险评估内容应包括老年人个人情况评估、体格检查与功能评估、行为习惯评估、居家环境和社区环境评估。

（3）实行跌倒风险分级管理：社区卫生机构应对具有不同程度跌倒风险的老年人实行分级管理。对于低风险老年人，继续保持每年定期进行跌倒风险评估。对于中、高风险老年人，应及时采取早期干预措施，加强随访，并将其存在的跌倒危险因素和需要采取的预防措施告知家属，争取家属的配合与共同参与。

（4）及时对高风险老年人实施早期干预：加强平衡功能训练和运动训练，倡导日常开展安全有益且简便易行的体育锻炼；积极治疗生理和心理疾病，合理使用药物，改变高危的生活习惯与行为方式，改造居住环境中存在的危险因素，促进公共设施与居家适老化，从而及时有效的对跌倒高风险老年人进行早期干预。

2. 跌伤康复

（1）建立联动预警机制：在遵循医学伦理学基本原则的前提下，基层行政单位应为辖区内老年人入户安装室内监控设备、一键呼救系统，或为老年人配备智能穿戴式监测设备（如手表）。通过多种主动和被动的监测和预警装置，实现对老年人发生跌倒等突发情况的实时监测与自动报警，第一时间通知社区卫生机构与家人实施救援。

（2）提升跌倒事件发生后的应急响应能力：基层行政单位应制定老年人跌倒事件的应急响应流程，并组织社区卫生机构建立老年人跌倒救援绿色通道。跌倒事件发生后，应能够及时有效的实施救援，避免二次伤害，并在必要时将跌伤老年人转运至上级医院尽快治疗。

（3）制定适合的个性化康复治疗方案：医疗机构和康复机构应对收治的跌伤老年人进行综合评估，结合其既往病史、预后、心理素质以及经济条件等多方面因素，制定适合的个性化康复诊疗方案，并纳入社区老年居民健康档案。

（4）积极防控二次跌倒：医疗机构、康复机构与社区卫生机构应及时确定并消除（改善）造成跌倒的原因，充分重视加强跌伤老年人的康复训练，提高其身体素质。并为跌倒过的老年人提供心理辅导，避免其产生害怕、忧虑等消极情绪。

3. 跌倒预防与跌伤康复协同发展

（1）普及跌倒防护方面的健康教育：基层行政单位应定期为社区老年人提供与其接受程度和理解能力相符的健康教育。印发跌倒防护指导手册，将宣教内容和用药指导

以图文结合的方式制作成册并按户发放，以通俗易懂的方式来普及防跌倒相关知识，增强防跌倒意识，预防老年人跌倒事件发生。为居民提供跌倒预防与跌伤康复相关问题的咨询服务，为发生跌倒的老年人提供紧急处理方案与救治指导。

（2）提高老年人居家照护质量：基层行政单位应定期对老年人的居家照护提供者（家人、社工、保姆等）进行规范化培训指导，强化其对于老年人跌倒相关知识的掌握，以便于做好老年人的日常防护与照料工作，提升居家养老照护质量。

（3）保障不同时期跌倒风险评估连贯统一：在老年人跌倒预防与跌伤康复过程中的各个环节，社区和医疗、康复机构采用统一的跌倒风险评估方式，使风险筛查及其干预效果评估连贯一致。

（4）搭建信息化管理平台：搭建跌倒预防与跌伤康复的信息化管理平台，将社区老年居民健康档案电子化，便于医疗机构、康复机构与社区卫生机构的互通共享，实现社区防控—机构诊疗—社区（家庭）康养的无缝衔接。

五、与现行有关法律、法规和强制性标准的关系

本标准在严格遵守现行有关法律、法规和强制性标准的基础上进行编制。

六、重大分歧意见的处理经过和依据

本标准在编制过程中未出现重大分歧意见。

七、采用国际标准的程序及说明

本标准不涉及国际标准。

《老年人跌倒预防与跌伤康复规范》标准编写工作组

2021年10月28日