实现职工、居民长护险城乡全覆盖后，青岛开始探索从“凭经验”到“按标准”的专业队伍建设——

持证上岗，让失能失智照护从“有”到“优”

□青岛日报/观海新闻记者 黄 飞

在青岛，“长期照护”一路走来

2012年
作为全国最早试水长护险的城市，率先迈出探索步伐

2016年
入选全国第一批长护险试点城市

2025年
入选全国长护险转型示范城市，同年成为山东省首批长期照护师职业技能等级认定试点城市，确定1家认定机构和4家培训机构

目前
全市长护险从业人员达1.6万人，其中照护服务人员约8000人，持有长期照护师证、养老护理员证书的人员超过70%

已组织6期认定考试，1300余名长期照护师持证上岗

已实现职工、居民长护险城乡全覆盖，医保累计支付67亿元，惠及17万名重度失能失智人员

清晨7点，32岁的长期照护师张雪晶乘渔船登上了田横岛。她来到79岁失能老人江翠兰的炕头，一边仔细检查老人关节严重变形的双腿，一边嘱咐驻岛护理员何彩注意预防压疮。服务结束后，满怀感激的老人家属把热乎乎的鸡蛋硬塞到她手里。

张雪晶上岛服务的背后，是一套运行了十余年的制度。作为全国最早试水长期护理保险（简称长护险）的城市，青岛于2012年率先迈出探索步伐，2016年入选全国第一批长护险试点城市。历经多年迭代完善，如今青岛已实现职工、居民长护险城乡全覆盖，制度红利精准送达农村、海岛等偏远薄弱区域，医保累计支付67亿元，惠及17万名重度失能失智人员。

在这个过程中，照护队伍年龄偏大、专业性不足等全国共性问题制约了长护险提质升级。

2025年，青岛入选全国长护险转型示范城市，同年成为山东省首批长期照护师职业技能等级认定试点城市。持证上岗，正是青岛为破解照护队伍建设难题落下的关键一子。截至目前，青岛已组织6期认定考试，1300余名长期照护师持证上岗，正在改变这座城市的长期照护生态。

1 从“凭经验”到“按标准”

制度领先，并不完全等同于服务领先。即墨区华益德护养院业务院长潘磊对此体会很深。

54岁的潘磊已从事长护险服务12年。护养院成立之初，招聘的照护人员大多是50岁以上未经过专业培训的人员，长期照护靠的是经验和责任心。照护经验能解决很多问题，但也意味着不可复制、难以量化，底线全靠个人责任心撑着。

随着长护险覆盖面扩大，失能失智人员的需求越来越多元，“经验型照护”和“专业化需求”之间的鸿沟也越来越深。照护队伍青黄不接、年龄偏大、专业性不足，成了制约长护险高质量发展的核心瓶颈。

转机出现在2024年。国家医保局与人社部联合发布长期照护师国家职业标准，把这一新职业划分为初级、中级、高级三个等级，从生活照护到疾病护理、功能维护、心理照护都有了明确的技能要求，力图为长期照护服务确立可复制、可考核的专业标准。2025年，青岛被列为山东省首批试点城市，确定1家认定机构和4家培训机构，把持证上岗作为定点协议签订的刚性要求，倒逼照护人员参与培训考证。

潘磊虽然是院长，但她坚持参加培训和实操，考取了首批初级长期照护师资质。“以前我们给老人翻身时垫枕头，更多是为了防褥疮，现在才知道，这跟康复护理直接相关，正确的肢体摆放能预防关节痉挛和肌肉萎缩。”潘磊把新的照护标准和技术带回护养院，组织23名护理员分批参加培训，目前已有5人实现了持证上岗，未来的目标是全员持证。

潘磊的经历不是孤例。当越来越多的“潘磊”走进考场，持证上岗正从个别机构的尝试变成全行业的共同行动。目前，全市长护险从业人员达1.6万人，其中照护服务人员约8000人，持有长期照护师证、养老护理员证书的人员超过70%。一支从“凭经验”走向“按标准”的专业照护队伍，正在青岛加速成形。



■“00后”长期照护师崔磊在床前为老人服务。韩 星 摄



■于慧芳为平度的长期照护人员进行照护技巧培训。黄 飞 摄

2 从“出不了岛”到“送护上岛”

标准树立起来后，下一个要解决的问题是如何将这套标准送到最偏远的地方去。作为青岛长护险保障网辐射最远的角落之一，也是“城乡全覆盖”最难触达的地方，田横岛的专业长期照护师团队是一个值得关注的样本。

田横岛上有310多户人家，居民绝大多数是老人，风湿病、关节炎等疾病高发。岛上医疗条件有限，老人遇到急症或者重症，只能自己坐船出岛，再转车去镇上的药店或医院。但岛上还有16名失能老人无法出门，医疗照护和生活照料上存在的难题困扰着他们。

79岁的江翠兰就是其中之一。她双侧股骨头坏死，每天半躺在炕上，疼得不敢动，吃饭、擦身、翻身等全靠年近八旬的老伴照顾。长护险服务团队的到来，给他们家带来了“一束光”。

2023年春天开始，护士张雪晶和田横诊所医生宋军组成了长护险服务团队。他们一大早出门，先到码头搭乘渔船上岛，再搭三轮车到村口，最后步行入户。护理员何彩是岛上人，以前靠铸笼子、种菜、养鸡鸭为生，后来通过培训成了驻岛护理员，经常去江翠兰家服务。

“张护士每周都上门量血压、指导吃药，我们不需要经常坐船出岛看病，省心也省钱。”江翠兰说。何彩则定期帮她擦身、洗头、理发，让疲惫的老伴有了喘息之机。

这仅仅是开端。今年5月，张雪晶考取了初级长期照护师证；9月，又在青岛市第二届长护险照护行业职业技能大赛中拿下护士组一等奖，获得高级长期照护师资质，她的照护服务也明显“提档升级”。

“以前我主要关注老人的腿不再继续恶化，考取长期照护师资质后，我的思路变了，不光要守住底线，还要往康复的方向多走一步。”张雪晶说，按培训里学的照护规范，她帮助江翠兰将患侧肢体保持功能位，并配合轻柔的被动关节活动，促进部分功能恢复。“大娘，你这腿疼归疼，但不能老搁着不动，关节‘锈’住了更麻烦，得让它慢慢转起来。”在张雪晶的指导下，何彩的生活照料也换了章法。以前她擦身洗头，干净利索就行，现在她按标准化流程，先试水温、再护住患侧腿，翻身擦背时重点看骶尾部和足跟有没有发红，一有苗头就赶紧处理。今年9月，何彩也顺利考取了长期照护师证。在两名专业长期照护师的照料下，江翠兰的腿疼轻了，身上清爽了，精神头也比从前好了不少。

为了岛上的16名失能老人，长护险基金年支出约14万元，支持持证长期照护师跨海而来，把标准化的照护送到失能老人的炕头上。



■张雪晶在青岛市第二届长期护理保险照护行业职业技能大赛中拿下护士组一等奖。 黄 飞 摄

3 从“有人管”到“专业管”

长期照护，不仅注重服务的可及性，更要将标准化服务落实到失能失智老人的生活质量上。

52岁的高秀华来自崂山区万林到家诊所，在青岛市首届长护险照护行业职业技能大赛中获得护理员组三等奖，是青岛为数不多的高级长期照护师之一。她每天穿梭于崂山区的多位失能老人家中，用高标准的上门照护服务改变着他们的生活。

高秀华照护的一位老人因帕金森病导致吞咽功能退化，每次喂饭老人都会反复呛咳。一旦食物渣被呛进肺里，就很可能引发吸入性肺炎。“我在大赛前的培训里学到了解决方法——吞咽评估。”高秀华说。所谓吞咽评估，就是在喂饭前先评估老人的吞咽能力，再调整食物稠度和老人的姿势，让老人坐直、头微微前倾、每勺少一点、喂完检查口腔。应用新标准后，老人呛咳次数明显减少，能好好吃饭，营养也跟上了。城市居家长护服务环境复杂、不确定性高，只有长期照护师高标准的专业能力才能转化为老人居家生活的安全与尊严。

在平度，青岛安和康医疗管理有限公司第一门诊部的于慧芳面对的是一张覆盖城乡600多名失能人员的照护网络，她负责90多名照护人员的培训及长护业务管理工作。2026年9月，于慧芳获得青岛市第二届长护险照护行业职业技能大赛长期照护师组一等奖，也成为一名高级长期照护师。

“大赛把日常照护中不经意的动作拆解成一步步可复制、可教学的规范流程，强调容易忽略的细节，而且学了就能用、用了就见效。”于慧芳说。门诊部90多名护理员大多来自农村地区，没有接受过专业的学习，每人自成一派，照护方案不统一，导致农村失能老人享受的长期照护服务与城市失能老人存在差距。

于慧芳带回了一整套标准化的照护方案。她定期组织技能培训，统一操作步骤、统一质量要求——翻身要先完成良肢位摆放，喂饭先评估吞咽功能再定食物稠度和进食姿势，擦浴先试水温，翻身先护患侧，压疮高发部位每次上门必查。一名高级长期照护师，带动的是一支队伍照护水平的整体抬升。如今，90多名护理员把同质化、标准化的照护落实到600多名农村失能老人身边，让每一次上门服务都稳定、可预期。

从高秀华的一顿饭到于慧芳的一张网，越来越多高水平长期照护师把标准化照护送进城市楼宇和农村院落，城乡失能失智老人的生活质量在一次次规范照护中不断提升。

4 让“新面孔”走进“新赛道”

城乡长期照护质量提升后，仍然有一个核心问题需要解决：这个行业能不能招来年轻人、留住年轻人，能不能真正成为一个新就业方向？

近年来，长护险正在为越来越多年轻人打开就业新通道，也为一座城市的康养服务生态注入更多青春力量。但这番新气象背后，长护险从业人员“老龄化”问题依然突出，50岁以上的群体仍然是主力。行业要持续发展，需要更多“90后”乃至“00后”参与，为专业照护汇聚源源不断的新生力量。

长期照护师设置了从五级到三级的技能等级，持证的长期照护师不仅意味着可以获得更高的薪资，还可以通过不断学习逐级晋升，高级长期照护师能够转岗到管理、培训、督导等岗位。职业有奔头，年轻人才愿意留下来。

2002年出生的崔磊是养老护理专业的毕业生，入职青岛弘宇老年公寓后，他参加了山东省首批长期照护师职业技能等级认定考试，成为青岛最早一批持证上岗的长期照护师。“同班同学里，不少人干了几个月就转行了。我选择留下来，是因为真能学到东西。”崔磊说，考取长期照护师证后，他又先后拿下康复治疗师和助理医师资格，“技能往上走一步，照护老人的底气就足一分，长期照护这条路我想一直走下去。”

崔磊学到的真本事，每一项都直接用在了失能失智老人身上。他负责长期照护的老人，因脑出血呈半植物人状态，一直带着胃管。以前转移老人，资深护理员直接动手，胃管只是“稍微固定一下”。持证后的崔磊把规范流程带回了岗位：先把胃管妥善固定在老人的脑后侧，然后才转移老人，可以有效防止胃管脱落，受到污染。“以前的培训方式是师傅带徒弟，细节靠自己摸索。现在每一步都有标准，心里踏实。”崔磊说。

变化不止发生在崔磊一个人身上。弘宇老年公寓40多名护理员中，已有35人考取了长期照护师证。为实现全员持证的目标，崔磊每周都会给同事做实操培训，“00后”新人成了年长同事的带教老师，标准化的操作在老年公寓内迅速普及。

1300余名持证长期照护师，放在1.6万人的从业队伍里占比还不到一成。但这1300多人就像一颗颗种子，把标准化的照护理念带进机构、带进社区、带进海岛和农村。当越来越多长期照护师循着这条职业化路径走进来，长护险的民生温度才会真正抵达每一位失能失智老人的床前。