



日本現況

從醫療到預防 在家照護更幸福

寺崎肇博士來自工學的背景，對智慧機器人、穿戴式設備和健康照護系統有長時間的研究。他在專訪中說明京阪奈地區健康產業的推動願景，以及希望透過不妨礙日常生活的健康檢測，達成「從醫療到預防，從醫院到在家照護」的目標。

撰文／王湘菲 攝影／黃鼎翔

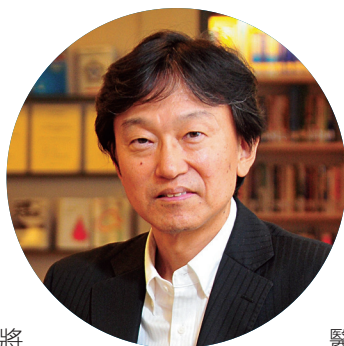
Q：京阪奈地區規畫健康照護的主要驅動力是什麼？

A：日本正從高齡化社會快速進展至超高齡社會，今天日本的老年人口約占總人口數的 24%，未來問題將更嚴峻。根據人口普查，2025 年時戰後嬰兒潮將會成為 75 歲以上的老年人口，屆時將占總人口約 18%；同時伴隨少子化的現象，人口將從現在的 1.2 億降至 2060 年的 8,600 萬人，年輕勞動人口的負擔將倍增，未來需有效控制老人年金及福利費用等支出。

因此我們計畫在京阪奈地區深化預防醫學的應用、推廣日常健康檢測，以控制醫療費用，過去醫療照護都用於急性病患，現在則以高血壓等慢性病患居多。日本男性需要醫療照護的時間大約為 9.13 年，女性為 12.68 年，最常臥床的疾病則是骨折、腦血管病變等，這些疾病皆和生活習慣息息相關，必須透過改變生活習慣來控制病情。我們希望未來可進一步縮短照護時間，並拉長健康、不需照護的時間。

Q：縮短照護年限是否和日本醫療體系現在遭遇的瓶頸有關？

A：是的。以平均住院天數來說，丹麥是 2.4 天，日本



卻是 32.5 天，足足高出好幾倍。日本厚生勞動省希望能降低住院天數，把病患從醫院移到家裡，完善的居家照護醫療設施還需要地方力量的整合。今年起政府改變醫院分級的方式，把醫院分為急性期醫院、恢復復健期或長期療養醫院等，並同時興建附設在宅照護的住宅。

除了這些制度和設施上的支持外，當病患回到社區後，還得由社區提供生活方面的照顧，故需要非營利組織、志工和老人會的協助，讓照護網更加完善。

Q：請談談京阪奈地區健康產業的未來具體規畫？

A：日本文部科學省從 2002 年開始聯合大學的力量，推動醫療福祉和運動科學等研究，並鼓勵工業團體、學界和國家研究機構負責創新開發，以形成規模經濟。其中一個共同研發成果是居家照護的裝置，去年起已在社區中實際應用。對居家照護來說，最重要是要防止復發，因此日常生活的健康量測技術非常重要，如坐在沙發上看電視就可量血壓，或睡覺時可做心電圖檢查的設備等等，此類設備可將資料直接上傳雲端，供專業人員提供醫學諮詢。由於每天監測式的健康管理需要相關人才的配合，因此人才培育也將是未來規劃的重點。■