



近年来,越来越多的北京退休职工走出京城,到外地去生活。异地养老,在带来全新舒适体验的同时,看病不便、报销困难、远离家人等问题也困扰着他们。他们迫切希望这些问题能尽早得到解决,免除后顾之忧,幸福安度晚年。

# 北京职工京外养老的喜与忧

□本报记者任洁 张晶/文 白莹任洁/图

## 【养老故事】

### 喜:南方适宜生活滋养身心

北京人齐先生2017年与老伴双双投奔在海南乐东买房的亲戚,一住就是一个冬天。

齐先生退休已有近10年,之前一直是街道志愿者,隔三差五去做志愿服务。但两年前他得肺病留下后遗症,一遇雾霾天和季节交替就咳嗽不止,还容易感冒,脸色越来越差。爱人李女士急在心里,多次建议他去温度合适的地方休养,最终打动了齐先生。

老两口来到了海南乐东一个小区住下。这处房子是利女士亲戚前两年买下的,46平方米只花了30多万元,如今总价已翻了一倍。小区内有游泳池、温泉池、儿童乐园和健身器材园,房屋配电梯,全部供业主免费使用。目前入住率超过八成,基本上为老年人。

每天早上,小区门口都有附近菜农来摆摊卖菜,9点半才撤摊。菜价基本比北京便宜,比如冬天的韭菜只卖2元一斤,素菜没有超过6元的。“到了这里,每月每人的基本生活费用不超过500元,比北京便宜多了。”齐先生说。

小区离最近的镇上走路需要半小时,每天班车循环往返,所以齐先生有时会坐班车去镇上逛逛,采购点大件。镇子离三亚有70公里,既可以坐动车过去,也可以从小区挑选私家车搭车。小区门口每天还有旅游服务商招徕客人,几十元就能载去旅游景点。

平时没事他和老伴就在小区里呆着,早上买菜、锻炼,回家做饭,午休一小时,下午泡温泉或游泳,晚上去小区广场遛弯,这也是一天中遇到人最多的时候。跳各种舞的、模特队练习的、唱卡拉OK的,大家各占一块区域,玩得尽兴。春节里物业组织了一场室外联欢会,为齐先生冲淡了不少思乡之苦。

当地气温冬季在20℃以上,空气质量极佳,生活又有规律,齐先生的身体状况好转,脸色重新红润起来,咳嗽比在北京时少多了。今年3月中旬,齐先生两口子回到离开5个月的北京家里。一下火车,就被浓重的雾霾天呛到,他的老毛病又犯了,不禁感叹,“这天气是逼着我回海南啊。”

与齐先生相似,在某市属高校工作的冯教授退休后也选择了京外养老,他和妻子没有为儿女带孙子孙女,而是去了福建厦门一处老年公寓居住。他说辛苦了一辈子,孩子们有自己的生活,是时候为自己而活了。这处公寓是他的同学4年前入住后觉得不错推荐的,他们应邀前往实地查看后极为满意,也定了一个双人间,每月6000元,伙食费一人1500元,两个人的养老金支付起来并不吃力。公寓里有阅览室、书法室、棋牌室、琴房、健身房等设施,他们全年都住在这里,只有春节时才回北京与家人团圆。如今,冯教授和老伴又介绍了三个朋友来此居住,平时互相串门,一点也不寂寞。

### 烦:无人聊天闷得慌 看病没有好医院

与上述两位不同,陈阿姨是意外当上“候鸟”族的。

“这边空气可好了,风景也美,我跟我们家老头白天除了吃饭基本都不怎么在屋里待着,爱出去转悠。”今年是陈阿姨第二年去海南过冬。她告诉记者,他们本打算三月中旬就回北京,可是听女儿说北京不是雾霾就是沙尘,所以返京的时间一推再推。

陈阿姨和老伴今年都是63岁,退休前两口子都是国企职工,精打细算过了一辈子,从来没想过到海南来养老。几年前,他们通过朋友介绍购买了一个理财产品,回报颇丰,陈阿姨没禁不住诱惑,把大半辈子的积蓄投到里面,开始还不错,后来出现问题,那家金融机构的老板资金周转不善,只得拿海南的房产抵债,就这样,陈阿姨两口子意外地加入了“候鸟”一族。

“这边环境是真不错,但就是觉得有点闷得慌,除了老伴,连个能聊天的人都找不到。”陈阿姨说,他们的邻居中有不少从北方过来养老的人,可人家之前不是当官的就是经商的,完全跟她聊不到一块儿去,见面顶多就是打个招呼寒暄两句,这可把喜欢热闹的陈阿姨愁坏了。“其实我就是想找几个人跟我一起跳跳广场舞,没想到这么难啊!”她略显失落地说。

除了找不到人聊天,另外一件让她忧心的事儿便是看病问题。“这边附近没有好医院。我跟老伴现在身体还算不赖,但是难保过几年老了,身体有啥大毛病啊。”陈阿姨说,他们在海南过冬的第一年赶上过一次病,是因为老伴吃东西不注意拉了肚子。因为知道原因,他们没往医院跑,自己到药店买了点对症的药,第二天就好了。“前阵子看新闻,说是有很多人大代表、政协委员已关注到跨省医保结算这一难题,我们很盼着能尽快出些政策。”陈阿姨说道。

### 愁:报销不方便 单据凑不齐

虽然在海南住得很愉快,但齐先生也有担心之处,最烦的就是看病难和报销不便。镇上没有三甲医院,只有一所很小的卫生院,缺好大夫和好药,看大病要去三亚。齐先生曾经发烧牵扯肺部旧疾,只能赶到三亚的医院看急诊,花了500多元。他感叹这次幸好是看急诊,如果是普通门诊,都无法在北京报销。

回京后,他去报销医药费,没想到还是遇到问题:工作人员说单据里缺少了医生诊断和底方,无法完成报销手续,他顿时懵了。“诊断书医生根本没开,底方就给了一张,拿药时被收回去了,我哪知道报销还要啊?这下可麻烦了,总不能为这点事回一趟海南吧,来回路费都不值。可如果是冬季回去补,当地医院是否承认且不说,就是补齐了单据估计也过了北京医保报销时间了。”

冯教授也为看病犯愁。“我老伴有心脏病和糖尿病,老年公寓虽然有专门的医疗人员待命,但只能开点常见药、看看头疼脑热,生大病他们可解决不了,需要请工作人员送我们去厦门市,很麻烦。”

北京的好医院多,看病缺什么单据可以及时去补充,异地看病难、报销不便让退休老人们很头疼,极大地制约了他们异地养老的热情,老人们都希望尽快实现异地联网报销。此外,长期远离儿女,养老金支取不便等问题,也让老人心烦,阻碍了他们长期在异地生活的决定。

## 【应对政策】

### 异地就医备案后住院费可直接结算

就陈阿姨担忧的异地就医问题,北京市人力资源和社会保障局工作人员作出了解答。去年,本市启动基本医疗保险跨省异地就医备案登记工作,参保人员完成备案后,异地就医住院医疗费用可进行医保直接结算。

记者了解到,办理异地就医住院医疗费用直接结算备案,整个流程简单来说就是:查询医院、下载填写表格、单位盖章、持卡办理。

参保人员需首先登陆人力资源和社会保障部“社会保险网上查询系统(网址: <http://si.12333.gov.cn>)”,查询可供选择直接结算的“全国异地定点医疗机构”,记录要选择的异地医疗机构名称及医疗机构编码。

然后,参保人员登陆“北京市社会保险网上服务平台(网址: [www.bjrbj.gov.cn/csbiz](http://www.bjrbj.gov.cn/csbiz))”,阅读《北京市基本医疗保险跨省异地就医住院医疗费用直接结算知情同意书》,并可自网上服务平台下载并填写《北京市基本医疗保险跨省异地就医住院医疗费用直接结算备案登记表》一式两份,同时可选择同一地区两家异地结算定点医疗机构和一家北京市定点医疗机构。

之后,由参保人员所在用人单位(无用人单位的参保人员由街道社保所代为办理)持参保人员社会保障卡及相关表格到参保地所属的医保经办机构办理社保卡

卡的“住院激活”手续。参保人员曾经持社保卡在本市办理过住院结算手续的,无需办理“住院激活”手续。异地就医住院费用直接结算备案完成后,次日生效。

目前,本市仅支持异地就医住院医疗费用医保直接结算,门急诊结算仍需回京手工报销,参保人员办理了异地就医医疗费用手工报销备案,且所提供的就医票据、明细完整,即可享受与在北京相同的报销比例。

如何办理参保人员所需办理异地就医医疗费用手工报销备案?市人社保局工作人员表示,参保人员需填报《北京市基本医疗保险跨省异地就医医疗费用手工报销备案登记表》一式两份,若选择的定点医疗机构在“全国异地定点医疗机构”内,则不需异地医院和医保经办机构盖章;若不在该名单内,则仍按原流程需要异地定点医疗机构和医保经办机构盖章确认。

本市近年来鼓励京籍老人异地养老、旅游养老、候鸟式养老,其中京津冀三地民政部门已开展养老服务协同发展试点,合力破解跨区域养老服务壁垒。2017年10月,河北一家养老机构居住的1000多名京籍老人收到每月100元的交通补贴,这是北京运营补贴首次异地发到京籍老人手中。11月,京津冀养老服务协同发展试点机构增至9家。

## 【专家建议】

### 老人外地养老 子女应多给关爱

北京市职工服务中心心理咨询师表示,老人背井离乡,来到一个陌生的环境中养老,难免会在心理上出现不适应的感觉,如果此时不能及时找到合适的对象倾诉,时间一长,容易出现心理问题。

而对于老年人的心理健康问题,往往是以预防为主,在这方面子女的关爱显得尤为重要。父

母远在异乡,子女应定期打电话与父母聊聊天,哪怕是说些家长里短的事情都可以,如果发现父母突然变得暴躁易怒或是沉默寡言,应特别注意。

与此同时,异地养老的老人可以多培养一些兴趣爱好,比如养花、跳舞、书法等,让自己的精神有个寄托,更利于心理健康。