

# 养老机器人“上岗”，科技重塑养老生活

## 数字时代，AI能填补老人的精神空缺吗？

品尝机器人制作的菜肴，去跟机器人下两盘象棋，再来一杯机器人泡的普洱……

3月12日，在北京经济技术开发区荣华街道，全球首个智慧康养机器人养老驿站（以下简称“北京机器人养老驿站”）启动运营。这个使用面积约1100平方米的4层空间内，24家企业生产的40余款机器人产品集中“上岗”，覆盖餐饮、休闲、康养等多个领域。这些形态各异的机器人，不仅能照顾老年人的起居、监测健康动态、辅助康复训练，还能提供情绪价值，为老年人的生活带来了诸多便利。

当养老机器人开始批量进入老年人的日常生活，“AI+养老”成为人们探讨的热门话题，我们不禁要问：AI究竟能给老年人带来什么？能填补老人的精神空缺吗？

# AI

### AI融入日常，重塑养老生活

在北京机器人养老驿站里，炒菜机器人精准烹制各色佳肴，迎宾机器人有问必答，艾灸机器人依托AI视觉技术智能定穴控温，外骨骼机器人助力老人轻松爬楼，下棋机器人陪老人对弈切磋，泡茶机器人挥动机械臂演绎“一键式”茶艺。“今天体验了艾灸机器人，身体都轻快多了！”72岁的社区居民张女士在这里一边体验一边点赞。80岁的居民庄磊这几天常来体验：“我和机器人下棋、唱卡拉OK，看机器人泡茶、摊煎饼，一天一晃就过去了，最大的收获是开心快乐。”

北京机器人养老驿站的探索正在向全国蔓延。据央视网报道，面对超3.2亿老年人口与护理人员缺口的现实需求，中国多地养老机构正加快智慧康养场景落地，从生活照料、安全防护到康复理疗，智慧康养机器人正从试点走向普及。

2026年2月，青岛建成全国首个具身康养机器人实训场，让机器人在真实场景反复训练，让“上岗即好用”成为现实。在深圳、成都、无锡等地的养老院，机器人护工可以24小时巡房，精

准识别跌倒、离床超时等风险，第一时间联动医护，有的机器人还会带老人打太极、做康复。

养老机器人有护理型、康复型，还有陪伴型。护理型一般针对失能老人，康复型主要针对半失能老人，而陪伴型机器人则主要满足老人的情感交流需求。

2025年全国首款智慧养老情感陪护机器人“裴裴”，在重庆市第一社会福利院落地。它结合了AI心理学、创新多模态情感大模型，能通过面部识别、情绪识别、语音识别等技术，及时了解老年人的心理状态及个性特点，提供陪聊和心理疏导模式，精准满足老年人在情感化人机交互方面的需求，做到像“真人”一样陪伴左右。

然而，这些“上岗”的养老机器人，仅仅是AI落地养老场景的重要形态，更多承担的是硬件载体和执行终端的角色，是物理世界中照护老年人的“手”与“脚”。AI则是支撑这些能力的“脑”与“心”，涵盖语音识别、情感计算、多模态感知、决策推理等广泛应用。

如果说机器人驿站代表的是机构养老的智能化，那么以AI为核心的更广泛的变革正在普通老年人的日常生活中悄然发生，重塑着养老生活。

浙江湖州，79岁的陈国越坐在客厅沙发上，对着手机说出了“干问，帮我点杯奶茶”。30分钟后，外卖小哥敲响了他家的门。陈国越以前是一名裁缝，扫码支付、APP下单、线上预约这些年轻人习以为常的操作，在他眼里像一道道“数字门槛”。过去点外卖，得让女儿帮忙，步骤繁琐，每一步都容易卡住。但今年春节，女儿在他手机里装上了AI应用，只教了一句话：“你想干什么，直接跟它说就行。”陈国越接过奶茶，愣了片刻笑着说：“我这辈子没想过，还能这样买东西。”

相关数据显示，2026年春节期间，通过“干问”生成的商品订单超过1.3亿笔，其中近400万用户是60岁以上的老年人，他们首次通过AI完成交易。

浙江财经大学企管系副教授赵超评价：“这不仅仅是技术的迭代，更是人机关系的深刻重构。AI正在经历一场从‘工具’到‘伙伴’的角色转变。”

### 声音

#### 科技的温度在于让老人“被看见”

◎ 吴霞

近日，全球首个智慧康养机器人养老驿站在北京亦庄正式启动运营，40余款智能机器人进驻1100平方米的空间，包罗万象的体验预示着养老正在从“生存型”迈向“生活型”。

长期以来，社会对养老服务的想象往往局限在“吃饱穿暖、安全不出事”的底线上。老人的精神需求、社交需求、自我实现需求，常常被视为奢侈品，甚至被忽视。但北京亦庄的这个驿站打破了这种思维定式。餐厨区实现全流程智能化，让老人不再为“做饭难”发愁；康养区的按摩、艾灸机器人提供专业理疗，外骨骼机器人帮助康复训练，让身体机能的维持有了科技助力；而下棋、泡茶机器人乃至机器狗障碍赛体验区，则让康养时光充满了互动与乐趣。40余款机器人各司其职，共同构建的不仅是一个服务场景，更是一个有温度的生活场域。

更值得关注的是驿站的运营逻辑。它区别于传统养老驿站，首先是把基础服务、适老化改造和机器人服务场景融为一体，并向商家反馈，促进机器人的更新迭代。老人不是被动的科

技接受者，而是主动的参与者。这种“用户思维”让科技不再是冷冰冰的摆设，而是真正服务于人的工具。

科技与养老的融合，最怕的就是为了智能而智能，把老人当作新技术的试验场。亦庄的做法让老人定义需求，让科技适配老人。这种“以老人为中心”的理念，比40余款机器人本身更值得点赞。当一位老人通过外骨骼机器人重新站起来行走，当一位老人和机器人下完一盘棋后开怀大笑，当一位老人用智能设备轻松解决一顿热饭，科技的温度就实实在在地传递到了个体身上。

有人或许会问：机器人多了，人味儿会不会少了？事实上，真正的“人味儿”不是靠护工累到直不起腰换来的，而是让老人活得有尊严、有乐趣、有选择。当机器人承担了那些重复性、高强度的劳动，护工才能腾出时间去陪老人说说话、听听他们的心事。科技不是来取代人的，而是来解放人的。

亦庄的智慧康养机器人养老驿站，是一次值得肯定的探索。它证明：让每一位老人都能“被看见”、被尊重、被善待，这才是“科技+养老”该有的模样。

### “银发族”热衷AI，藏着三重精神渴望

当AI融入日常，重塑老年生活，“AI+养老”就从“科技噱头”变为了“人间烟火”。

QuestMobile 2026年1月数据显示：50岁以上月活用户最高的三款AI产品分别是DeepSeek（1020.0万）、豆包（607.1万）、蚂蚁阿福（604.1万），产品均已达到数百万量级。阿里研究院的一项调研报告也发现，银发人群中，虽然年龄越大，AI使用率越低，但一旦开始使用，黏性反而越高。对一些老年用户来说，这并不是一个“尝试性工具”，而更像是一种逐渐离不开的日常回应。

缘何如此？复旦大学老龄研究院的调研给出了答案——老年人学习AI的第一需求是“丰富日常生活与社会连接感”，其次是“对抗孤独和认知退化”。其实，当老年人拥抱AI时，他们真正渴望的，是填补精神世界的空缺。

陈雨在新西兰工作。父亲去世后母亲一个人住在中国南方一座三线城市。她回忆最初教母亲

用AI，是因为时差。母亲白天发来的消息，她往往要到傍晚才能看到。她担心母亲在等待中焦虑，就教她用语音去问AI：“就当是一个随时能回话的工具”。

陈雨过年回家帮母亲调手机设置时，发现母亲和AI助手的对话记录里，除天气、菜谱等日常问题外，还有母亲对于衰老、病痛与失眠的隐秘倾诉。她后来才知道，母亲还会换不同的说法反复问AI类似的问题，“看看它怎么回答”。因为，“AI会一直回你，不会烦”。

日常生活中，子女因工作、家庭等原因无法常伴老人左右，而传统的邻里社交、社区活动又难以覆盖所有老人。在这种情况下，一个“永远在线、永远耐心”的AI，成为了情感连接的替代品。

68岁的李建洪已经退休几年，每天的日子几乎一样——看电视、散步、做饭，很少有新的事情发生。今年春节，他在短视频平台上看到有人把老照片做成动态视频，便有了“自己也来做做

看”的念头。

下载AI应用，选照片、套模板、生成视频，在儿子的帮助下，他一次次地尝试。没多久就将一张自己年轻时的黑白照片做成一段短视频。之后老李就开始频繁用这些工具，复原老照片、将照片上的自己“放进”不同场景，给视频配音、加字幕，反复琢磨一句字幕怎么配更好，一段视频用什么音乐更合适。老李还会时不时地将这些用AI制作的短视频发到微信朋友圈。“看到评论区的点赞，感觉自己还是很有用的，也很年轻。”对老李而言，这不是在打发时间，而是有了能做的的新鲜事，让他找到了“存在感”。

AI之于老年群体，不只是冰冷的技术工具，更是一座跨越数字鸿沟的桥梁、一剂抚平孤独焦虑的良方、一扇重新通往社会与自我价值的窗口。“AI+养老”，它让老去不再意味着退场与沉默，让银发人群在数字时代，依然能发光、能创造、能被看见、能被需要。

### 从“试点”到“普惠”，“AI+养老”仍需跨越多重门槛

当下随着我国老龄化程度加深，人工智能、具身机器人、多模态大模型、毫米波感知等技术快速成熟，“AI+养老”正从概念试点走向实景落地，从单一辅助照料走向全景深度赋能，成为破解养老服务人力短缺、提升老年群体生活质量的重要支撑，但“AI+养老”仍面临现实瓶颈与多重挑战。

在技术层面，部分产品对方言、模糊语音、复杂环境适配不足，康复护理类机器人的精度、稳定性、续航能力仍需提升，个性化与精细化服务

能力有限；在成本层面，中高端养老机器人价格偏高，普通家庭与基层养老机构难以负担，规模化普惠应用仍有距离；在使用层面，老年群体数字素养参差不齐，复杂操作形成新门槛，数据安全、隐私保护、设备安全等问题影响着老年用户信任度；在伦理与标准层面，行业统一规范、安全认证、数据治理体系尚未完全健全，过度依赖智能陪伴可能弱化人际互动，带来情感疏离、认知依赖等风险，部分产品重功能堆砌、轻真实需求，照护温度与人文关怀不足。

要解决这些问题，“AI+养老”需要以更普惠、更智能、更有温度的形态，推动养老服务从“安身”向“安心”全面升级，让每一位老人都能共享数字时代发展红利。

全国人大代表贾少谦建议，聚焦适老康养场景需求，推动具身智能、人形机器人关键技术突破，提升产品的适配性和成熟度。出台“智能+适老康养”专门政策，打造智能康养服务综合体，推动智能机器人在居家、社区、康养等场景的应用。支持高校增设智能康养工程、老年服务与管理等相关专业，培养复合型人才；开展智能养老机器人操作与维护、康养服务技能等培训，提高从业

人员专业素养。

北京经开区管委会副主任梁靓表示，未来需要开放更多的养老场景，提供政策与服务的支持，完善需求牵引、技术突破、场景验证、产品应用、产业升级的创新体系，加速智能康养机器人规模化应用，让机器人迭代更贴合适老化的需求，让养老服务更有温度。

然而无论科技如何发展，每个人都需明确的是，AI在养老领域的终极角色，不应是“替代子女”，而应是“填补空缺”和“赋能老人”。

陈国越虽然学会了用AI点奶茶，但他依然每周最期待的是女儿的电话。在新西兰工作的陈雨，尽管母亲已经习惯AI聊天，她还是尽量多打视频。用AI制作短视频的李建宏，最渴望的依旧是能和儿子一起出门旅游拍真正的家庭视频。

当机器人在外骨骼中支撑老人行走，在厨房里为老人烹饪佳肴，在手机里耐心回答老人的每一个问题时，它解放出来的时间与空间，应当由社会、社区和家庭用真实的情感去填满。让硬核科技蕴含柔软关怀，或许正是“AI+养老”从“安身”迈向“安心”的关键一步。

（综合《人民日报》、央视网、澎湃新闻等）

### 新闻多一点

#### 机器人、脑机接口会为养老带来哪些改变？

今年2月，山东青岛市民政局建设运营了一家康养训练验证中心（以下简称训练验证中心），训练场面积有9600平方米，到2月底，首批43家企业的210余款康养产品已完成入驻。

在这家训练验证中心，各类为老年人等有需要群体提供高度智能化服务的具身机器人以及智能设备，在真实的场景中模拟测试应用，技术成熟稳定后，就可以直接服务于有需求的人群。

目前，大多数老年人选择居家养老。独居老人面临的很大的困境是子女不在身边，在家摔倒了没人知道。训练中心自主孵化的独居老人陪伴型机器人就能解决这个问题。它最主要的一项功能就是实时监测老年人的状态，一旦发生晕厥、摔倒的情况，它可以及时捕捉并通知联系人。

工作人员说，这个小机器人之所以能够精准捕捉老年人的状态，是因为安装了精准的“感知系统”：底部有一组摄像头、激光雷达、超声波雷达，搭配着摄像头，能够在跟随老人时精准导航和避障，而上面的摄像头可以通过视觉和大模型算法，捕捉到老年人跌倒和晕厥的动作。不仅如此，小机

器人的顶部还有一些按键，可以提前设置好联系人。老人如果遇到危险，可以点击机器人上面的这些按钮，联系人、子女或者社区工作人员。

除了日常生活中的照护，康复训练也同样关键。在训练验证中心的脑机接口协同训练区，脑控小车专门帮老人等有相关需求的人群锻炼专注力，戴上非侵入式头戴，里面的电极片就可以精准采集脑电信号，AI算法量化用户的专注力数值。专注度越高，小车速度越快。这项趣味活动可以帮助老人等有需要的人群做认知康复训练。

未来，这项脑机接口的前沿技术也有希望打通更多应用场景，比如失能老人通过脑电波控制轮椅、智能餐桌、各类家电等，帮助他们实现生活自理。

训练验证中心的每一项技术都直击养老刚需。据负责人介绍，训练场同时开展失能失智筛查、场地巡检等多个模块化科目训练。而这只是当地聚焦于具身机器人赋能康养领域的一个训练场。未来，这种“一个公共训练平台+多个实景训练场”的模式还将推广到更多应用场景，拓展产业发展的新赛道。

（据央视网新闻）

本版制图 龚华林

