



医疗有性价比但两极分化

医疗保障是养老的核心需求之一，泰国的医疗体系在东南亚地区颇具口碑，但其服务质量和价格呈现明显的两极分化，这也成为中国老人在泰养老需要重点考量的因素。

“清迈大学附属医院的医疗水平很高。”王大叔告诉笔者，他去年因为高血压住院，在清迈大学附属医院住了5天，总共花费约8000泰铢，折合人民币1600元，“而且医院里有中文护士，沟通起来很方便”。

泰国的医疗体系分为公立医院和私立医院两大类。公立医院由政府出资建设，收费低廉，基本能满足居民的基础医疗需求，但存在排队时间长、服务态度一般等问题；私立医院则设备先进、服务周到，医护人员大多能讲英语，部分热门医院还配备了中文服务，但收费相对较高。

“私立医院的服务确实好，住院期间有专门的护工照顾，还能提供定制化的餐饮，但价格也确实贵，要是没有保险，真的不敢轻易去。”张阿姨说。对于在泰养老的外籍人士来说，医疗保险是必不可少的。根据泰国养老签的要求，申请人必须购买涵盖泰国境内的医疗保险，保险金额不低于10万泰铢，最基础的医



疗保险每年费用约3600元人民币。“我每年都会买一份综合医疗保险，保费大概5000元人民币，涵盖住院、门诊、急诊等项目，这样生病的时候也能有个保障。”王大叔表示。

不过，泰国的养老保险制度对外国人并不友好。据亚太环球移民的研究显示，泰国的养老保险主要针对在泰工作的本地公民和持合法工作许可的外国人，退休签证持有者并不自动纳入养老保险体系，只能依赖个人储蓄、投资收益或商业保险。“我们在国内有退休金，足够日常开销，但养老保障主要还是靠国内的医保和自己的存款，泰国的养老保险体系基本用不上。”张阿姨说。

上图：泰国市场摊位上五颜六色的水果和蔬菜。

生活基础开销可控

相对低廉的生活成本，是泰国吸引中国老人养老的重要原因之一。但实际消费水平因人而异，基础生活开销可控，若追求高品质生活，成本则会大幅上升。

“我和老伴在清迈养老，每月生活费大概3000元人民币就够了。”王大叔算了一笔详细的开销：房租1500元，伙食费1000元，水电费300元，交通费200元，偶尔买点生活用品，基本没有其他开销。“清迈的物价很便宜，早上在菜市场买一碗泰式船面只要40泰铢，折合人民币8元；买一把青菜5泰铢，比国内还便宜。”