

老年人居住空间研究与思考

◆ 鲍恩平

(大连工业大学 辽宁省大连市 116000)

摘要: 世界经济在快速发展, 国民的物质生活水准也在不断提升, 人们对健康的标准也提高了。世界正面临着不断增长的人口老龄化, 这种态势在中国变得越来越严重, 以至于老人的生活质量, 生活环境和相关问题也日益突出。中国的养老问题对于老年人的晚年生活快乐与否起着关键作用, 那么老年群体的生活空间和生活环境在住宅设计中日益受到了更多的关注。

关键词: 老龄化; 居住空间; 室内装修

1. 前言

据权威专家预计, 到2020年我国65岁以上老年人数几乎占全国总人数的11.9%。预测到本世纪中期, 中国的老人数量将超过4亿人。预测到2030年左右, 中国的60岁以上的老人们将增到4亿左右, 相当于当今欧洲地区15个国家的人数之和, 照当今的趋势来看, 老年人已经占据了市场需求的很大份额。我国老人的养老方式中居家养老占总数的90%。其中老年人日常生活中外出活动时间仅有4小时, 其余20小时都在家中度过。如此看来老年人的居住空间是老年人的养老生活中的重中之重。

2. 房子的区位选择

(1) 位置的选择: 因为老年人的视觉、听觉、触觉、肤觉等机体机能的衰退, 可能导致腿脚不便, 慢性病或各种突发性疾病。所以在房子的选择中的首要条件就是临近医院, 以便能够处理一些特殊状况的发生。

(2) 居住环境是否适合养老: 大多数老年人喜欢安静的环境, 例如周围不要太吵, 配套设施最好能有公园、景观、凉亭等, 能有锻炼身体的场所。

(3) 安全性: 小区的安全公共设施是否安全。社区的公共设施是否齐全、小区内是否安装报警和呼叫系统、每个楼门口是否设有无障碍设施、照明设施以及防滑防撞设施等。

(4) 楼层高度: 为老年人选择楼层的时候不宜过高, 最好是考虑电梯房。没有电梯房的小区, 为了老年人出入的方便, 最好选择比较低的楼层, 老年人上下楼梯难、腿脚不方便等问题都可以得到解决。

(5) 房子朝向: 房子的朝向最好南北通透, 应该充分利用自然采光, 必须光线充足, 通风良好, 并宜选择有两个采光方向的位置。

3. 居住面积

住房面积要适中。大房子能源消耗大、不便于打扫, 而且空荡荡的样子很容易让老人产生寂寞感。另外, 房子大使家具间隔较远, 老人很可能在发生意外时找不到可以扶一把的地方。房子太小则会导致老年人行动不便, 会对老年人的安全性造成困扰。因此, 老两口的家有2间房左右, 面积为50m²—80m²就可。

4. 室内装修

(1) 老年人居住建筑的室内装修宜采用一次到位的设计方式避免住户二次装修。

(2) 房子的结构越简单越好, 地面应平整, 避免台阶的出现, 同时应避免房间内有过多的室内走廊和死脚, 这样不仅保证了老人行走的安全性, 还给家人第一时间赶到现场提供便捷。

(3) 家具不易太繁多, 繁琐和散落的物品容易使老年人跌倒。这样不及让空间看上去干净和整洁, 而且还提高了老人在室内空间的安全性。

(4) 室内光照

老年人的室内设计要求光线充足, 明亮舒适的环境会给他们带来心理上的满足。步入老年后, 视力逐步下降, 看东西没有之前清楚, 那么室内明亮与否对于他们来说非常有必要。据分析暖光可带给人们温暖、温馨的感觉, 对于他们的生理和心理状态来说更加适合暖光, 所以室内的光线尽量使用暖光, 光线要柔和、尽量均匀, 别有太大明亮上的反差。

(5) 室内通风

吹空调导致如下情况: 1、屋子里虽凉, 但是湿度却太低, 这对老人们眼、鼻的黏膜都不利。2、空调引起的关节疼痛, 长吹空调却会有这样那样的毛病。3、空调病引起的常见大脑神经失衡反应。所以老年人的室内通风要更多采取自然通风, 每套住宅的自然通风开口面积不应小于地面面积的5%。卧室、起居室(厅)、明卫生间的直接自然通风开口面积不应小于该房间地板面积的1/20;

(6) 隔音

老年人大多数身体较差, 对声音的敏感度较常人要高, 尤其是对于神经衰弱的老年人, 要防止对睡眠产生影响。尤其要注意墙壁、门窗的隔音。可增加保温层来减噪。或在内部添加保温岩棉。在隔音的同时也能达到保温的效果。

(7) 材料选择

安全性为第一要素。由于老年人身体机能下降, 反应相对迟钝。滑倒后自己不能起来, 由此可能造成极其严重的后果所以, 一定要采用高度防滑的地板, 瓷砖等。其次家具要采用圆角边口, 避免刮伤, 蹭伤等不必要的损伤。

(8) 颜色

在颜色选择方面要选择利于老人身心健康的色调。由于老年人的特殊需求, 所以颜色尽量选择安宁、柔和的颜色比如浅暖色、浅冷色等, 避免使用纯色、艳丽的三原色等, 这几种颜色容易产生烦躁, 抑郁等不好的心理影响。

5. 总结

在社会经济发展的新常态下, 如何让“老者不再忧其屋”让更多的老年人快乐的安享晚年是当前也是未来需要解决的问题。养老居所不仅仅是一个可以满足最基础的安身之居所, 更是老年人心理、生理、精神等方面的层次, 它是与人的需要密切相关, 更是人类无限的追求。给老年人创造一个良好的生活环境。用心关爱老年人的生活, 是我们应有的责任。

参考文献:

- [1] 中华人民共和国建设部 《老年人居住建筑设计标准》公告 2003.9.1
- [2] 周燕珉 老年住宅 中国建筑工业出版社 2011.09.01
- [3] 李金春 “老年人居室空间设计” 《室内设计》2007.02
- [4] 布克 老有所居[M] 北京: 华中科技大学出版社 2013.
- [5] 成 琨 《老年人居住空间设计初探》天津大学 2013.11
- [6] 穆玉凤 《老年公寓室内空间设计应用研究》 山东师范大学 2016.5.30

作者简介: 鲍恩平(1994.6-)男, 汉族, 籍贯: 辽宁营口, 大连工业大学艺术设计学院, 17级在读研究生, 硕士学位, 专业: 设计学, 研究方向: 室内。

