

适老化理念下养老建筑设计的改造路径与人文关怀

赵 阳

河北建筑设计研究院有限责任公司, 河北 石家庄 050000

[摘要]随着我国人口老龄化问题的日益严峻,养老问题已成为社会各界关注的热点话题。根据相关研究数据显示,我国60岁及以上人口占总人口的比例逐年上升,预计在未来短时间内这一趋势不会发生显著逆转。人口老龄化的加剧不仅对社会保障体系提出了更高要求,也对养老建筑的设计与改造带来了新的挑战。在此背景下,适老化理念作为一种以老年人需求为核心的设计思想,逐渐受到建筑设计领域的重视。适老化理念强调从老年人的身体机能、心理状态及行为特征出发,通过科学合理的空间规划与功能配置,为老年人提供安全、舒适且便捷的居住环境。因此,在既有养老建筑的改造过程中,引入适老化理念不仅是应对老龄化社会需求的必然选择,也是提升老年人生活质量的重要途径。

[关键词]养老建筑设计;改造路径;人文关怀

DOI: 10.33142/ec.v9i3.19249

中图分类号: TU246.2

文献标识码: A

The Renovation Path and Humanistic Care of Elderly Care Building Design under the Concept of Aging Adaptation

ZHAO Yang

Hebei Institute of Architectural Design & Research Co., Ltd., Shijiazhuang, Hebei, 050000, China

Abstract: With the increasingly severe problem of aging population in China, the issue of elderly care has become a hot topic of concern for all sectors of society. According to relevant research data, the proportion of the population aged 60 and above in China's total population has been increasing year by year, and it is expected that this trend will not significantly reverse in the short term in the future. The intensification of population aging not only puts forward higher requirements for the social security system, but also brings new challenges to the design and renovation of elderly care buildings. In this context, the concept of aging adaptation, as a design idea centered on the needs of the elderly, has gradually gained attention in the field of architectural design. The concept of aging adaptation emphasizes providing a safe, comfortable, and convenient living environment for the elderly through scientific and reasonable spatial planning and functional configuration, starting from their physical functions, psychological states, and behavioral characteristics. Therefore, in the renovation process of existing elderly care buildings, introducing the concept of aging adaptation is not only an inevitable choice to meet the needs of an aging society, but also an important way to improve the quality of life of the elderly.

Keywords: elderly care building design; transformation path; humanistic care

1 研究目的与意义

本研究旨在探索适老化理念下养老建筑设计的有效改造路径,并在其中融入人文关怀元素,从而全面提升老年人的居住品质。具体而言,研究将聚焦于如何通过优化空间布局、完善无障碍设施以及体现对老年人精神需求的关注,实现养老建筑的适老化改造。这一研究具有重要的理论价值与现实意义:一方面,它能够丰富适老化设计理念在建筑设计领域的应用,为相关理论研究提供实践参考;另一方面,通过改善养老建筑的环境品质,可以有效缓解老龄化社会带来的居住压力,推动社会养老事业的可持续发展。此外,研究还将探讨如何在改造过程中平衡成本与技术应用的问题,为未来养老建筑的设计与改造提供可操作性的策略支持。

2 适老化理念与养老建筑设计概述

2.1 适老化理念内涵

适老化理念是一种以老年人身心特点为核心的设计

思想,旨在通过科学合理的空间规划与功能配置,满足老年人在生活、安全、社交等多方面的需求。这一理念涵盖了生理和心理两个层面:从生理角度出发,适老化设计关注老年人因年龄增长而出现的身体机能退化问题,例如视力减弱、行动不便等,通过无障碍设计、安全设施的完善以及环境舒适度的提升,为老年人提供便利的生活条件;从心理层面来看,适老化设计注重给予老年人更多的心理安慰与支持,通过视觉设计、空间布局以及文化娱乐设施的设置,帮助老年人缓解孤独感与失落感,增强其归属感与自我实现感。因此,适老化理念不仅是对建筑功能的优化,更是对老年人全方位需求的深刻回应。

2.2 养老建筑设计现状

当前我国养老建筑设计在空间布局与设施配置方面仍存在诸多不足,难以充分满足老年人的实际需求。首先,在空间安全性方面,许多养老建筑未能充分考虑老年人行动不便的特点,例如走廊缺乏扶手、地面防滑处理不到位

等问题较为普遍,这极大地增加了老年人发生意外事故的风险。其次,在心理需求关注方面,现有设计往往忽视了老年人对社交互动与精神文化生活的需求,导致建筑内部公共活动空间不足,文化娱乐设施匮乏,进一步加剧了老年人的孤独感与隔离感。此外,部分设计师对适老化理念的理解较为片面,往往仅注重细节改造而缺乏整体规划,导致建筑空间的使用效率低下,无法真正满足老年人的居住需求。这些问题的存在表明,我国养老建筑设计在适老化转型过程中仍有较大的提升空间。

3 适老化理念下养老建筑设计的改造路径

3.1 空间布局优化

3.1.1 公共空间改造

在适老化理念的指导下,公共空间的改造应着重于提升老年人的社交互动与生活质量。通过设置专门的休闲娱乐区和交流区,可以有效促进老年人之间的沟通与情感联系,从而营造温馨的社区氛围。例如,在公共区域设置图书馆、健身房以及多功能活动室等设施,不仅能够满足老年人的文化娱乐需求,还能为其提供多样化的社交场景。此外,合理规划公共空间的动线设计,确保各功能区域之间的连贯性与可达性,有助于老年人更加便捷地参与各类活动。研究表明,老年人对公共空间的使用频率与其心理健康状况密切相关,因此,优化公共空间布局不仅是功能性的提升,更是对老年人精神需求的回应。通过引入自然光与绿化景观,进一步改善公共空间的环境质量,使老年人在其中感受到舒适与安心,从而增强其归属感与幸福感。

3.1.2 居住空间调整

居住空间的调整应基于老年人的生活习惯与身体特点,以提升其居住舒适度为核心目标。首先,在卧室设计中,应充分考虑老年人的睡眠质量与安全性需求。例如,选择柔和的照明系统与隔音材料,以减少夜间光线与噪音对老年人睡眠的干扰;同时,在床边设置扶手或护栏,防止老年人因起身不便而发生意外。其次,在厨房与卫生间的设计中,需注重功能布局的合理性。厨房的操作台面高度应根据老年人的身高进行调整,避免其因长时间弯腰操作而感到疲劳;卫生间则需设置足够的抓杆与防滑设施,以降低老年人摔倒的风险。此外,居住空间的色彩搭配也至关重要,宜采用温暖且柔和的色调,以营造轻松愉悦的居住氛围,缓解老年人的心理压力。通过这些细节化的调整,可以使居住空间更好地契合老年人的实际需求,从而提高其生活品质。

3.2 无障碍设施完善

3.2.1 交通无障碍

交通空间的适老化改造是实现老年人出行便利的重要保障。在走廊、楼梯及电梯等交通节点中,设置无障碍通道与扶手是改造的关键内容之一。例如,在走廊中安装连续且高度适宜的扶手,可以帮助老年人在行走过程中保

持平衡,尤其是在紧急情况下提供额外的支撑。对于楼梯而言,应在踏步边缘设置明显的防滑条,并在两侧加装扶手,以减少老年人上下楼梯时的安全隐患。此外,电梯的设计也应充分考虑老年人的使用需求,如增大电梯按钮的字体与触感,方便视力或行动不便的老年人操作;同时,确保电梯内部空间足够宽敞,以容纳轮椅的使用。研究表明,完善的交通无障碍设施不仅能够提高老年人的出行效率,还能显著增强其独立生活能力,从而提升其自信心与生活质量。

3.2.2 生活无障碍

生活空间的适老化改造主要集中于卫生间、浴室等高频使用区域,旨在通过安装防滑设施与抓杆等设备,最大限度地保障老年人的生活安全。例如,在卫生间地面铺设防滑瓷砖,并在淋浴区与马桶旁安装稳固的抓杆,可以有效预防老年人因湿滑而摔倒的风险。此外,浴室的淋浴设施宜采用坐式设计,以减少老年人在洗浴过程中的体力消耗;同时,可在墙面上安装可折叠的座椅,为老年人提供更为舒适的洗浴体验。除了硬件设施的改进,还应在细节设计上体现人文关怀。例如,在卫生间内设置紧急呼叫按钮,并将其置于老年人易于触及的位置,以便在发生意外时能够及时求助。通过这些生活无障碍设施的完善,不仅可以降低老年人在日常生活中面临的安全风险,还能为其营造一个更加便捷与安心的生活环境。

4 适老化理念下养老建筑设计的人文关怀体现

4.1 满足精神需求

4.1.1 文化娱乐设施

在适老化理念的指导下,养老建筑设计中文化娱乐设施的设置对于丰富老年人精神生活、提升其生活幸福感具有重要意义。图书馆作为知识传播的重要场所,不仅为老年人提供了阅读和学习的空间,还能够满足其对信息获取的需求,从而延缓认知功能的衰退。此外,健身房的配置则有助于老年人保持良好的身体状态,通过适量的体育锻炼增强体能,同时促进社交互动,形成积极健康的生活方式。老年大学作为一种特殊的教育形式,为老年人提供了继续学习的机会,使其在退休后仍能实现自我价值,获得成就感。这些文化娱乐设施的设计应充分考虑老年人的实际需求,例如设置无障碍通道、提供舒适的座椅以及调整照明强度,以确保老年人能够安全、便捷地使用这些设施。通过合理配置文化娱乐设施,不仅可以满足老年人的精神需求,还能有效提升其生活质量与幸福感。

4.1.2 社交活动组织

组织各类社交活动是适老化理念下养老建筑设计的重要组成部分,旨在通过多样化的活动形式增强老年人的社交互动,减少孤独感。兴趣小组的设立为老年人提供了共同爱好交流的平台,例如书画班、合唱团或手工制作小组等活动,不仅能够激发老年人的参与热情,还能帮助其

建立新的社会关系网络。节日庆典则是另一种有效的社交活动形式,通过定期举办春节联欢、中秋晚会等活动,营造浓厚的节日氛围,使老年人感受到家庭般的温暖与归属感。此外,社区还可以组织定期的户外旅行或文化讲座,为老年人提供更多与外界接触的机会,拓宽其视野并增强社会参与感。研究表明,积极参与社交活动的老年人更容易保持心理健康,且对生活满意度较高。因此,在养老建筑设计中,应预留足够的公共空间用于社交活动的开展,并通过合理的布局与设施配置,为老年人创造良好的互动环境。

4.2 关注心理健康

4.2.1 环境心理影响

室内色彩与装饰对老年人心理的影响不容忽视,合理的设计能够营造温馨、舒适的居住环境,从而提升老年人的心理健康水平。研究表明,温暖柔和的色彩如米黄色、浅蓝色等能够有效减轻老年人的心理压力,使其感到放松与安心。相比之下,过于鲜艳或冷色调的颜色可能引发焦虑情绪,不利于老年人的心理健康。此外,自然光与绿植的引入也是改善室内环境的重要手段,充足的自然光不仅能够提升空间亮度,还能调节老年人的生物钟,改善睡眠质量。绿植的摆放则增加了空间的生机与活力,有助于缓解老年人的孤独感与压抑情绪。在装饰方面,应避免过于复杂的设计语言,选择简洁而富有美感的元素,以减少视觉疲劳并提升空间的整体舒适度。通过综合考虑色彩、光线与装饰等因素,可以打造出符合老年人心理需求的居住环境,从而促进其身心健康的全面发展。

4.2.2 心理服务支持

提供心理咨询与陪伴服务是适老化理念下养老建筑设计关注老年人心理健康的重要体现。随着年龄的增长,老年人往往面临记忆力衰退、情绪波动等问题,这些问题若得不到及时干预,可能导致抑郁或其他心理障碍。因此,在养老建筑中设立心理咨询室,并配备专业的心理咨询师,能够为老年人提供定期的心理评估与辅导服务,帮助其应对生活中的困扰与挑战。此外,陪伴服务的引入也尤为重要,通过安排志愿者或护理人员定期与老年人进行交流,可以有效减少其孤独感,增强安全感与归属感。例如,在老人生活用房中安装观察窗的设计,不仅方便了护理人员对外观察老人的活动状态,也为老年人提供了随时获得帮助的安全感。这些心理服务支持措施的实施,需要结合老年人的实际需求进行个性化调整,以确保每位老年人都能得到适当的关怀与帮助,从而更好地适应养老生活。

5 适老化理念下养老建筑设计改造面临的挑战与应对策略

5.1 面临的挑战

5.1.1 改造成本问题

适老化理念下养老建筑设计的改造往往伴随着较高

的成本,这成为制约其推广和实施的重要因素之一。一方面,既有建筑的空间布局调整、无障碍设施完善以及公共设施与服务的改进均需要大量的资金投入;另一方面,老年人对居住环境的特殊需求进一步增加了设计和施工的复杂性,从而推高了改造成本。此外,资金筹集渠道单一、政府补贴有限以及社会资本参与度不足等问题,导致改造项目常因资金短缺而陷入停滞或无法达到预期质量。这种资金压力不仅影响了改造进度,也在一定程度上削弱了适老化改造的实际效果,使得部分项目难以真正满足老年人的需求。

5.1.2 技术融合难题

在适老化理念下,新技术与传统建筑设计的融合是提升养老建筑功能性和智能化水平的关键环节。然而,这一过程面临诸多挑战。例如,智能化设备在养老建筑中的应用需要克服技术兼容性、操作便捷性及成本可控性等问题。同时,由于老年人对新技术接受程度较低,如何设计出既符合其使用习惯又能发挥技术优势的系统,成为一大难题。此外,当前建筑设计行业中缺乏具备跨学科知识背景的专业人才,导致技术研发与实际应用之间存在脱节现象。这些问题不仅限制了新技术在养老建筑中的推广,也影响了适老化改造的整体质量和效率。

5.2 应对策略

5.2.1 资金筹集策略

为缓解适老化理念下养老建筑设计改造的资金压力,需采取多元化的资金筹集策略。首先,政府应加大补贴力度,通过设立专项基金或提供税收优惠政策,鼓励更多社会资本参与养老建筑改造项目的投资与建设。其次,可探索公私合作模式(PPP),吸引企业、金融机构等多方力量共同承担改造成本,实现资源共享与风险分担。此外,还可以通过发行债券、引入慈善基金等方式拓宽融资渠道,以保障改造项目的顺利实施。这些措施不仅能够缓解资金短缺问题,还能促进养老建筑改造市场的健康发展。

5.2.2 技术融合策略

推动新技术在养老建筑设计中的合理应用,需要从技术研发、人才培养及产业协作三个方面入手。首先,应加强针对适老化改造的技术研发工作,特别是智能化设备与老年人需求匹配的技术创新,以提高设备的适用性和易用性。其次,需培养一批既懂建筑设计又熟悉信息技术的复合型人才,通过高校教育、职业培训等途径提升从业人员的专业素养。最后,应促进产学研用深度融合,推动科研机构、企业与设计单位之间的合作,加快技术成果的转化与应用。通过这些策略,可以有效解决技术融合难题,为适老化理念下养老建筑设计的改造提供坚实的技术支撑。

6 结论

6.1 研究总结

本研究聚焦于适老化理念下养老建筑设计的改造路

径与人文关怀,旨在通过科学的空间布局优化、无障碍设施完善以及深层次的人文关怀体现,提升老年人的居住品质与生活幸福感。研究表明,适老化理念不仅关注老年人的生理需求,还注重其心理和精神层面的需求,这种全面性的设计方法能够有效应对当前养老建筑设计中的诸多不足。例如,在空间布局优化方面,合理规划公共活动区域和居住空间,可以显著增强老年人的社交互动与居住舒适度;在无障碍设施完善方面,交通空间和生活空间的安全设计能够保障老年人的日常生活安全。此外,通过设置文化娱乐设施、组织社交活动以及提供心理服务支持,养老建筑不仅能满足老年人的基本生活需求,还能为其创造丰富的精神生活,减少孤独感,促进心理健康。这些研究成果对于推动社会养老事业的发展具有重要意义,为未来养老建筑的设计与改造提供了理论依据和实践指导。

6.2 未来展望

随着社会老龄化的不断加剧,适老化理念下养老建筑设计的改造将面临更多机遇与挑战。未来的发展方向主要体现在智能化和个性化趋势的深度融合。一方面,智能化技术的应用将成为养老建筑设计的重要突破口,例如通过智能家居系统实现环境监测、紧急呼叫等功能,从而进一

步提升老年人的生活便利性和安全性。另一方面,个性化设计将更加注重老年人的个体差异,根据其生活习惯、兴趣爱好和心理需求进行定制化设计,以打造真正适合老年人居住的养老建筑空间。同时,随着建筑技术的不断进步和先进材料的广泛应用,未来的养老建筑设计有望在节能环保、可持续发展等方面取得更大突破,为老年人提供更加健康、舒适的居住环境。总之,适老化理念下养老建筑设计的改造不仅需要关注当前的实际需求,还应积极探索未来的发展趋势,以更好地应对人口老龄化带来的社会挑战。

[参考文献]

- [1]郭淳,王斌,张冀友.基于适老化理念的养老建筑空间设计研究[J].居业,2021(12):40-41.
- [2]周晓婷.基于适老化理念的养老建筑空间设计[J].门窗,2022(18):91-93.
- [3]满洗尘,汪江.基于适老化理念对既有建筑设计与改造的探究[J].风景名胜,2019(5):132-132.

作者简介:赵阳(1992.11—),男,汉族,毕业院校:中国矿业大学(北京),现就职单位:河北建筑设计研究院有限责任公司。