

基于适老化理念的养老建筑设计思路分析

李杏芝¹ 唐夏阳²

1. 广西华景城建筑设计有限公司, 广西 南宁 530000

2. 华蓝设计(集团)有限公司, 广西 南宁 530000

[摘要]近年来,我国出现了老龄化问题日趋严重的现象,人口老龄化趋势已呈逐年递增态势。面对人口数量日益增长的老年人群,社会中出现了越来越多的养老机构,与此相对应的适老化理念下的养老建筑空间设计技术也备受当代人们的关注,人们力图为广大老年人群提供一个舒适、惬意的养老居住环境。下面,文中就我国养老建筑空间设计的现状展开分析与讨论,并提出一些基于适老化理念的养老建筑空间设计的设计原则及具体的设计细则,旨在帮助设计工作者设计出更加符合老年人群实际需求的养老建筑。

[关键词]适老化理念;养老建筑;建筑设计;设计思路

DOI: 10.33142/ucp.v1i4.14154

中图分类号: TU241.93

文献标识码: A

Analysis of Design Ideas for Elderly Care Buildings Based on the Concept of Aging Adaptation

LI Xingzhi¹, TANG Xiayang²

1. Guangxi Huajingcheng Architectural Design Co., Ltd., Nanning, Guangxi, 530000, China

2. Hualan Design (Group) Co., Ltd., Nanning, Guangxi, 530000, China

Abstract: In recent years, China has experienced an increasingly serious aging problem, and the trend of population aging has been increasing year by year. Faced with the increasing population of elderly people, more and more elderly care institutions have emerged in society. Correspondingly, the design technology of elderly care building spaces under the concept of aging adaptation has also attracted the attention of contemporary people. People strive to provide a comfortable and pleasant living environment for the elderly population. Below, the article analyzes and discusses the current situation of space design in elderly care buildings in China, and proposes some design principles and specific design rules based on the concept of aging friendly elderly care building space design, aiming to help designers design elderly care buildings that better meet the actual needs of the elderly population.

Keywords: aging adaptation concept; elderly care buildings; architectural design; design ideas

随着全球老龄化的加速,养老服务需求的增长日益显著,养老建筑设计理念面临着新的挑战与机遇。基于适老化理念的设计,旨在通过科学合理的空间布局与人性化设施配置,满足老年人在生理与心理上的多重需求。这一理念不仅关注老年人的基本居住条件,更强调生活质量与心理健康,致力于为他们创造一个安全、舒适且便捷的居住环境。无障碍性、可持续性与智能化,构成了适老化设计的核心要素。这意味着在建筑设计中,必须充分考虑老年人的行动能力、感官需求及社交互动的可能性,从而提供一个能够促进独立生活的空间。在这样的背景下,本文将分析养老建筑设计的需求与原则,探讨当前空间设计的现状,并提出基于适老化理念的现代养老建筑设计思路,涵盖建筑通行空间、居住空间、卫浴空间及社交互动空间等多个方面。通过系统的分析,旨在为养老建筑设计提供理论支持与实践指导,从而提升养老服务的质量,实现对老年人更加人性化和细致的关怀与支持。

1 养老建筑设计的需求与原则

1.1 基于适老化的建筑设计需求

1.1.1 生理需求

在养老建筑设计中,生理需求被视为影响老年人生活

质量的关键因素。随着年龄的增长,诸多生理变化伴随而来,例如视力、听力及运动能力的下降,这使得建筑环境的设计必须充分考虑这些特殊需求。无障碍通道、合适的照明以及清晰的指示标识,显得尤为重要。这些设计元素的引入,能够确保老年人在空间中安全、便利地移动。此外,温度控制、良好的通风设计及合理的空间布局,对老年人的健康与舒适同样至关重要。全面关注这些生理需求的建筑设计,能够有效提升老年人的生活质量。

1.1.2 心理需求

在养老建筑设计中,心理需求同样不可忽视,因老年人的心理健康直接影响其生活质量与幸福感。随着年龄的增长,孤独、焦虑与失落等心理挑战,常常困扰着老年人。因此,营造温馨而亲切的氛围,应成为建筑环境设计的重点。可以考虑运用温暖的色调、自然材料以及柔和的照明,以提升空间的舒适感。社交区域、活动空间以及园艺区的设置,能够有效促进老年人之间的交流与互动,增强社区的归属感与参与感。同时,在设计中留有隐私空间,能够尊重老年人独立生活的需求,从而提升他们的自尊与自信^[1]。通过这些设计策略,老年人的心理需求能够在更大程度上得到满足。

1.2 养老建筑设计原则

1.2.1 无障碍设计原则

无障碍设计原则在养老建筑中显得尤为重要,其目的是为所有老年人提供安全、便利的使用体验。考虑到老年人可能面临的身体机能下降问题,如行动不便或视力减退,环境的无障碍性在建筑设计中必须得到充分保障。这包括设置宽敞的通道、无障碍坡道、适当高度的扶手,以及易于操作的门把手,以确保老年人在移动时不受障碍物的影响。同时,公共区域及服务设施的布局应保持简洁明了,以便老年人能够迅速找到所需空间。照明设计应充分考虑老年人的视觉需求,阴暗角落与强烈的眩光应被避免,以增强空间的可读性。

1.2.2 安全性原则

安全性原则在养老建筑设计中占据核心地位,其目的在于确保老年人居住环境的安全与稳定。考虑到老年人身体机能的下降,设计应优先消除潜在的安全隐患,例如滑倒、跌倒及其他意外事故的风险。为此,地面材料应选用防滑且耐磨的类型,特别是在走廊与卫生间等关键区域。此外,合理的照明设计能够显著提高空间的可视性,从而降低夜间活动时意外发生的概率。紧急呼叫系统与监控设备的安装在意外发生时能及时提供帮助与响应,进而增强居民的安全感。消防设施的配置及紧急疏散通道的设计同样不可忽视,以确保老年人在突发事件中能迅速、安全地撤离。

1.2.3 适老性原则

适老性原则在养老建筑设计中发挥着重要作用,其目标在于根据老年人的特殊需求与生活习惯,创造一个舒适、便利的居住环境。这一原则强调设计应具有人性化特征,关注老年人的生活方式与心理感受。居住空间的布局应便于老年人进行日常活动,确保家具的高度与摆放符合其使用习惯,以减少因使用不便而产生的疲劳感。此外,室内环境的温度、湿度及空气质量应得到充分关注,以保障老年人的健康与舒适。在视觉设计方面,清晰的色彩对比与简单的图案的选择,有助于老年人更好地识别空间与物品,进而提升其自主性与安全感。

2 养老建筑空间设计现状

当前,养老建筑的空间设计呈现出多样化的发展趋势,但仍存在一些亟待解决的问题。许多养老设施在功能性上偏重,常常忽视了老年人的生活体验与心理需求,导致居住环境缺乏温馨感与归属感。此外,部分建筑在无障碍设计方面存在不足,通道狭窄、扶手设置不合理,未能有效保障老年人的安全与便利。尽管一些现代养老建筑已开始引入自然采光与绿化空间等设计元素,以提升居住的舒适度,整体设计理念仍未完全围绕适老化展开,缺乏针对性与系统性。社交空间的设置往往不足,难以满足老年人社交活动的需求,从而加重了孤独感^[2]。通过对这些问题的分析,养老建筑设计的推动势在必行,需向更加人性化与适老化的方向发展。

3 基于适老化理念的现代养老建筑设计思路

3.1 科学选择建筑场地

科学选择建筑场地是现代养老建筑设计中基于适老

化理念的核心环节,这一过程涉及多个维度的综合考量,以确保为老年人创造安全、舒适且便利的生活环境。交通便利性被视为选址的重要考量,理想的场地应靠近主要交通枢纽及公共交通线路,从而便于老年人轻松抵达医院、商超、文化中心等生活必需场所。自然环境的优越性同样不可忽视,选择阳光充足、绿树成荫的区域,将有助于改善居住者的身心健康,提升生活质量,并减轻焦虑与抑郁等情绪问题。此外,周边配套设施的可达性,例如医疗机构、社区服务中心、健身场所及文化活动空间,也应纳入考虑,以增强老年人的社交互动及生活参与感,从而有效降低孤独感。地形地貌是另一个关键因素,选址时应避免坡度过大或路况复杂的区域,以降低老年人因行动不便而面临的摔倒风险。环境噪音与空气质量同样不容忽视,理想的选址应远离噪音污染源,如繁忙的交通道路及工业区,以提供安静、宁和的居住环境。此外,气候因素亦应受到关注,选择适宜的气候条件,避免极端天气对老年人生活的影响。

3.2 加强室内外绿色设计

加强室内外绿色设计是现代养老建筑中基于适老化理念的重要组成部分,其目标是为老年人营造一个健康、舒适且可持续的居住环境。在室外设计方面,自然地形和植被的合理利用不仅提升了建筑的美观性,也提供了阴凉的休闲区域,帮助老年人在户外活动时避免阳光直射带来的不适。通过设置花园、步道及休闲区,老年人被鼓励参与锻炼与社交,从而增强与自然的联系,进而促进身心健康。

步道设计需遵循无障碍原则,确保宽度充足且地面平整,使老年人能够轻松步行或使用轮椅。室内设计同样应注重绿色理念,环保材料的选用,如低挥发性涂料及可再生资源,能够降低室内空气污染,改善居住环境的空气质量。同时,合理的采光设计应引入充足的自然光,以减少对人工照明的依赖,提升居住空间的舒适度与温馨感。高效的通风系统被视为必不可少,以保持空气流通,防止湿气与霉菌的滋生。在家具选择上,应遵循人体工程学原则,以确保老年人在使用时的舒适性与安全性^[3]。例如,沙发与床的高度应适宜,方便老年人轻松坐下或起身。

3.3 完善各个区域建筑设计思路

3.3.1 建筑通行空间设计

建筑通行空间设计在现代养老建筑中基于适老化理念占据重要地位,其目标在于为老年人提供一个安全、舒适且易于导航的移动环境。通行空间的宽度设计需充分考虑老年人使用轮椅及助行器的需求,建议通道宽度至少应达到1.2米,以便在双向通行时避免拥挤。地面材料的选择被视为至关重要,推荐使用防滑、耐磨且易于清洁的类型,以降低滑倒风险,特别是在湿滑环境中。地面应保持平坦,避免高低不平或突出的障碍物,确保老年人在行走时的稳定性与安全感。在空间布局方面,应尽量减少复杂的转角及多余的障碍物,采用简洁、直观的线性布局,使老年人能够轻松找到前往各个功能区的路径。视觉引导系

统的设计同样不可忽视,需设立明显的标识与指示牌,以帮助老年人清晰辨识方向,减轻迷路的焦虑。照明设计应确保通道明亮且均匀,避免阴暗角落,并使用无眩光灯具,以保护老年人敏感的视力。为了提升舒适度,可在通行空间中设置适量的休息区和座椅,便于老年人在长时间行走后随时停下来放松。此外,考虑到社交互动的需求,通道旁的小型交流空间可布置适合的座椅及植物,以营造温馨的氛围。

3.3.2 建筑居住空间设计

建筑居住空间设计在现代养老建筑中基于适老化理念至关重要,其核心在于为老年人提供一个安全、舒适且功能齐全的生活环境。布局方面,开放式设计应优先考虑,以促进自然采光与通风,增强空间感,减轻封闭感带来的压抑情绪。每个居住单元需设有独立的卫生间与厨房,功能区的划分应明确,以确保老年人能够独立完成日常活动,从而提升自我管理能力。在选材上,环保、无毒的材料被推荐,以保障室内空气质量。同时,考虑到老年人的健康需求,易于清洁和维护的表面材料应被选择,以减少日常清理的负担。家具的选择应遵循人体工程学,考虑老年人的身高与活动能力,确保沙发、床及椅子的高度适中,便于进出。此外,应尽量避免尖锐边角的家具,以降低意外碰撞的风险。照明设计在居住空间中同样重要,需结合自然光源与人工照明,确保白天与夜晚均能提供足够的亮度,尤其是在过道、卫生间及厨房等关键区域。可调节的照明设备应被使用,以便老年人根据个人需求进行调节,从而提升舒适度。为增强居住空间的温馨感,个性化的装饰元素,如家庭照片、艺术品或植物,可以融入设计中,以营造有归属感的环境。

3.3.3 建筑卫浴空间设计

建筑卫浴空间设计在现代养老建筑中基于适老化理念至关重要,旨在为老年人提供一个安全、便捷且舒适的洗浴环境。设计时,无障碍功能应优先考虑,确保出入的便利性,门宽需满足轮椅及助行器的通行要求。地面材料应选用防滑且耐磨的类型,以有效降低摔倒的风险。在卫浴空间内部,扶手的合理设置尤为重要,特别是在马桶和淋浴区域,为老年人提供必要的支持,从而确保安全使用。淋浴区应设计为无台阶形式,并配备可调节的喷头与座椅,以便老年人能够舒适洗浴。照明设计也不容忽视,建议使用柔和且均匀的光源,以避免强烈眩光,提升可视性,尤其在夜间使用时。此外,卫生设施的高度应根据老年人的使用习惯进行调整,马桶与洗手盆的高度需符合人体工程学,从而确保使用的便捷与舒适。

3.3.4 建筑人际交往空间设计

建筑人际交往空间设计在现代养老建筑中基于适老化理念发挥着重要作用,旨在促进老年人之间的社交互动,增强社区归属感与心理健康。这些空间应合理布局,舒适的座椅和休闲区域应配备,以鼓励老年人聚集交流。设计时,温馨的色调及柔和的照明可选用,以营造友好与放松

的氛围。此外,空间应与自然环境相结合,窗户或阳台的设置能够提供良好的视野与充足的自然光,以帮助老年人保持积极的心态。在布局方面,开放式设计有助于减少隔断,促进视线流动,使居民能够轻松找到朋友进行互动^[4]。为了满足多样化的活动需求,不同功能区域可灵活设置,如阅读角、棋牌室及小型活动室,以支持各种社交活动的开展。通过这些设计考量,建筑人际交往空间能够有效提升老年人的社交质量与生活幸福感。

3.3.5 建筑机电设计与医疗保健空间设计

建筑机电设计与医疗保健空间设计在基于适老化理念的现代养老建筑中发挥着重要作用,旨在保障老年人的健康与安全。设施的易用性与可靠性应在机电设计中优先考虑。电梯的设置需确保充足的承重能力及宽敞的空间,以便于轮椅与助行器的顺利使用。同时,清晰的指示标识与紧急呼叫系统的配备,能够显著提高使用过程中的安全性。照明系统应采用节能且易于调节的设计,以确保各区域光线充足,特别是在通道与公共区域,减少意外事故的风险。在医疗保健空间的设计方面,考虑到老年人可能需要的医疗设施与服务至关重要。专业护理室的设置应可接入医疗设备,并配备必要的医疗器械与急救设施。此外,医护人员的工作流程需优化,以确保他们能够便捷地与老年人进行沟通与照顾。

4 结语

基于适老化理念的养老建筑设计不仅回应了老年人的基本居住需求,更深切关注了他们的身心健康与社会参与感。通过对养老建筑设计需求、原则及空间布局的系统分析,本文强调了无障碍设计、舒适的居住环境、安全性以及智能化功能的重要性。这些设计理念不仅能有效提升老年人的生活质量,更激励他们在日常生活中保持独立性与自信心。展望未来,随着社会对老龄化问题的关注不断加深,养老建筑设计将面临更多创新与挑战。适老化设计的多元化路径应持续探索,结合最新技术与人性化理念,为老年人创造一个温馨、安全且充满活力的生活空间。最终目标在于使每位老年人都能在这样的环境中安享晚年,体验身心的愉悦与满足,从而为社会的可持续发展贡献力量。

[参考文献]

- [1] 李柄宏. 基于适老化理念的养老建筑空间设计[J]. 建筑结构, 2023, 53(10): 164-165.
- [2] 薛楠楠. 基于绿色建筑理念下的养老建筑设计分析[J]. 居舍, 2022(36): 102-105.
- [3] 李恒. 现代养老建筑设计理念分析[J]. 低碳世界, 2021, 11(6): 192-193.
- [4] 明秀英. 适老化理念在养老建筑空间设计的应用探讨[J]. 科学技术创新, 2019(23): 125-126.

作者简介: 李杏芝(1984.8—), 毕业院校: 西南民族大学, 所学专业: 城市规划, 当前工作单位: 广西华景城建筑设计有限公司, 职务: 建筑施工图所副所长, 职称级别: 工程师。