

多功能适老化空间在城市养老建筑中的应用研究

付琳凤

四川省建筑设计研究院有限公司 四川成都 610041

DOI: 10.12238/ems.v7i5.13213

[摘要] 随着城市化进程的加速与老龄化社会的到来,养老问题愈发成为社会关注的焦点。多功能适老化空间作为提升老年人生活质量的重要组成部分,逐渐在城市养老建筑中得到应用。本研究通过对多功能适老化空间设计理念的分析,探讨其在城市养老建筑中的应用现状、问题与优化方向。文章旨在为相关领域的设计者、政策制定者提供有益参考,为建设更加人性化、可持续发展的城市养老环境提供理论支持。

[关键词] 适老化空间; 城市养老建筑; 多功能设计; 老龄化社会; 空间规划

引言:

随着人口老龄化的加剧,养老问题成为了社会关注的重要议题。在城市化进程中,传统的养老方式已无法满足老年人日益增长的需求。多功能适老化空间在城市养老建筑中的应用,作为一种创新性设计理念,为老年人提供了更加丰富的生活体验和便利的生活条件。本文将探讨适老化空间在城市养老建筑中的应用现状,分析其面临的挑战,并提出优化设计的相关策略,以促进老年人群体的生活质量提升。

1. 适老化空间的概念与设计原则

1.1 适老化空间的定义与发展历程

适老化空间指的是在建筑设计和室内布局中考虑到老年人群体特殊需求的空间,旨在为老年人提供一个安全、舒适、便利的居住和活动环境。这种空间设计不仅注重物理空间的适应性,还涉及到老年人的心理和社会需求。适老化空间的概念起源于20世纪60年代的欧美国家,随着老龄化问题的日益严峻,适老化设计逐渐成为建筑设计中的重要组成部分。从最初的无障碍设计到如今的多功能适老化空间,设计理念经历了从简单功能性到综合性、多元化的转变,逐步形成了一个完整的适老化设计体系。在发展的初期,适老化空间更多的是以无障碍设计为主,强调空间的通行和安全性,如宽敞的门窗、坡道、扶手等基础设施的配置。而随着社会对老年人生活质量的关注不断提升,适老化空间的设计逐渐融合了更多的人性化、智能化元素,例如集成智能家居系统、社交活动空间等,旨在促进老年人的身心健康。

1.2 适老化空间的设计原则与核心要素

适老化空间设计的原则主要包括安全性、便利性、舒适性、可达性和人性化。安全性是适老化空间设计的核心,设计时需要避免尖锐的物体、滑倒的风险,并确保通道和地面平整无障碍。便利性则强调空间设计应符合老年人的日常生活习惯,例如合理的家具布局、易操作的设施以及清晰的指示标志等。舒适性则要求空间要保持良好的采光、通风、温湿度控制,营造适宜的居住环境。可达性指的是空间的无障碍设计,保证老年人能够轻松出入各个空间,不受物理障碍的限制。无论是电梯、楼梯还是门窗设计,都应满足老年人行动不便的需求。人性化设计强调老年人情感和社交需求的满足,设计中应考虑到老年人的社交空间、活动空间和个性化需求,确保他们能够享受独立生活的同时,维持良好的社交与心理健康。

1.3 适老化空间的功能性要求与设计标准

适老化空间的功能性要求主要体现在对老年人日常生活活动的支持,包括日常起居、休闲娱乐、社交互动以及医疗护理等方面。设计时应注重空间的灵活性与适应性,以便随着老年人身体状况的变化进行调整。例如,厨房和卫生间应采用符合人体工程学的设计,使老年人能够轻松使用;床、沙发等家具的高度和舒适度也应根据老年人的体型和需求进

行调整。在设计标准方面,适老化空间应遵循相关国家和地区的建筑规范,如《无障碍设计规范》、养老建筑设计标准等。这些标准对门宽、楼梯坡度、卫生间设施、扶手设置等提出了具体要求。还应结合现代建筑技术,如智能化设施的集成,提升老年人对环境的控制感与安全感。例如,自动化门窗、智能照明、紧急呼叫系统等设施,能够在突发情况下及时响应,提高老年人的安全保障。通过结合上述功能性要求与设计标准,适老化空间可以在满足老年人基本生活需求的同时,提升其生活质量,帮助老年人更好地适应和享受晚年生活。

2. 城市养老建筑中的多功能适老化空间现状

2.1 国内外城市养老建筑中适老化空间的应用现状

在国内,随着老龄化社会的到来,越来越多的城市养老建筑开始注重适老化设计。近年来,政府和社会各界逐步认识到老年人群体的特殊需求,特别是在城市化进程中,传统的养老模式已难以满足老年人日益增长的生活需求。因此,多功能适老化空间逐渐成为养老建筑设计的重要方向。国内一些城市已经开展了多种形式的适老化空间应用,如在养老院、老年公寓中设立专门的活动区、健身区和休闲娱乐区,以提升老年人的生活质量。而在国外,尤其是欧美国家,适老化空间设计起步较早,已经形成了较为成熟的设计理念和实践经验。许多城市养老建筑不仅仅满足老年人生活的基本需求,还注重社交活动的场所,如共享厨房、社区花园等,使老年人能在独立生活的同时,保持与社会的联系。国外的适老化空间设计还融入了智能技术,如智能照明、环境调节、远程医疗等,提升了老年人的居住舒适度和安全性。

2.2 多功能适老化空间的优势与不足

多功能适老化空间的最大优势在于其能够满足老年人多样化的生活需求。这类空间设计强调空间的灵活性与可变性,可以根据老年人身体状况的变化进行调整,确保他们的独立生活。多功能空间还鼓励老年人参与到集体活动中,促进社交互动,有助于减少老年人的孤独感与心理压力。多功能适老化空间也存在一定的不足。首先,在实际设计和建设过程中,部分建筑没有充分考虑老年人的生活习惯与特殊需求,导致功能性空间配置不合理。其次,过于复杂的空间布局可能使得一些老年人感到困惑,特别是那些行动不便或有认知障碍的老年人,可能难以适应复杂的设计。此外,由于建筑成本和土地资源限制,一些项目的适老化空间可能存在面积不足、功能局限等问题。

2.3 适老化空间设计中常见问题与挑战

适老化空间设计中常见的问题主要体现在空间布局、设施设计、老年人个性化需求满足等方面。首先,许多养老建筑在空间布局上存在不足,常见的问题包括空间狭小、通道不畅、功能区域划分不明确等,这些都影响了老年人活动的自由度和安全性。其次,尽管多功能空间的设计初衷是为了满足老年人多样化的需求,但在实际设计中,许多建筑过于

强调空间的美观性而忽视了功能性,导致空间使用效率低下。适老化空间的设计应充分考虑老年人的身体健康状况和心理需求,但由于缺乏针对性的个性化设计,许多建筑仍未能完全满足老年人对居住环境的期望和实际需求。智能化技术的应用虽然逐渐得到重视,但在部分地区,智能系统的普及和使用仍面临技术成熟度和用户接受度的问题。

3. 多功能适老化空间在城市养老建筑中的应用模式

3.1 适老化空间的空间布局与功能组合

适老化空间的空间布局是确保老年人舒适、安全生活的关键因素。合理的空间布局应考虑到老年人的行动能力、视觉和听力的变化、生活习惯等方面。一般来说,适老化空间布局应遵循简洁、流畅的原则,避免复杂的通道设计。居住空间、休闲活动区、公共设施区之间要有明确的分区,同时确保无障碍通行。居住空间与卫生间、厨房等功能区应相对紧凑,确保老年人能够轻松活动。功能组合方面,适老化空间不仅需要满足老年人的基本生活需求,还应融入休闲、健身、社交等功能。通常会设置多功能活动室、娱乐区域以及老年人健身区等,满足老年人在保持身体健康、社交互动和休闲娱乐等方面的需求。多功能空间的设计应保持灵活性,以便根据老年人群体的不同需求进行调整,增加空间的可用性与舒适性。

3.2 多功能适老化空间在社区养老中的应用

在社区养老中,多功能适老化空间的应用模式主要体现在社区服务设施的共享与优化。社区养老旨在实现老年人更高层次的独立性和社会融合,因此,社区内的适老化空间不仅要提供基本的生活设施,还应创造有利于老年人社交、活动和参与公共事务的环境。例如,社区内可以设置共享活动中心、健身房、图书室等多功能空间,供老年人自由使用,提升其社交互动和精神愉悦感。适老化空间设计还需要与社区的医疗、交通、文化等资源相结合,形成一个有机的养老服务体系。例如,设置紧急呼叫系统、远程医疗服务设施以及无障碍交通通道等,为老年人提供全天候的生活照护和医疗服务,确保老年人的安全与健康。

3.3 综合性养老建筑中的适老化空间设计模式

在综合性养老建筑中,适老化空间的设计需要更加综合和多元化。这类建筑不仅服务老年人群体,还可能包括不同年龄段的居民,因此,适老化空间的设计应既考虑老年人群体的特殊需求,又能够兼顾其他居民的使用需求。设计模式通常包括功能分区明确、空间灵活性强、智能化设施完备等特点。例如,综合性养老建筑中的适老化空间可能包含单独的老年公寓区、医疗护理区、社交活动区和公共服务区等。老年公寓区内设有无障碍通道和适老化家具,医疗护理区提供日常健康监测和急救服务,社交活动区则有棋牌室、读书室等设施,供老年人交友和休闲。智能化设施的应用,如智能灯光、自动化窗帘、健康监测系统等,也能提高老年人的生活质量和便利性。综合性养老建筑中的适老化空间设计模式体现了多功能、多层次的特点,旨在创造一个既能满足老年人独立生活需要,又能促进其社交和心理健康的全方位环境。

4. 优化多功能适老化空间设计的策略与建议

4.1 增强空间灵活性与可变性

为了适应老年人群体在不同生命周期阶段的需求,优化适老化空间设计时,空间的灵活性和可变性应被特别重视。随着老年人身体功能的逐渐下降,其生活需求和行动能力可能会发生变化。因此,设计应考虑空间的多功能性与适应性。例如,老年人的卧室和起居室可以采用模块化家具设计,方便根据需求调整家具的布局,既能满足日常活动,也能提供更加私密或集体的活动空间。除此之外,老年人生活空间应

具备灵活的隔断设计,能够根据需求调节空间的大小,例如通过可移动墙体或帘幕进行空间划分,既能保证隐私,又能便于老年人社交。设计应考虑到老年人群体中不同的身体条件,如行动不便、视觉障碍或听力问题等,灵活的空间布局有助于减少对辅助设施的依赖,提高其独立性。

4.2 提高无障碍设计与安全性

无障碍设计是适老化空间中的核心要素之一,设计时应重点考虑老年人群体的安全需求。这不仅包括通道的宽度和地面的平整性,还应确保门窗、楼梯、浴室等重要设施的设计符合老年人的使用需求。例如,门的宽度应至少达到 90 厘米,以适应轮椅或助步器的通行;卫生间应安装扶手、坐便器高度应适宜,避免使用过于光滑的地面材料,以减少滑倒的风险。在通道和走廊中应安装足够的照明,确保夜间活动的安全。应配置紧急呼叫系统,并保证每个居住单元的紧急出口畅通。如表 1 所示:

表 1 中展示了常见无障碍设计规范和 standards

设计要素	要求
门宽	≥90 厘米
地面材质	防滑、无反光,避免摔倒
卫生间扶手高度	距地面 70-80 厘米
紧急呼叫系统	每个房间和活动区域安装紧急呼叫按钮
照明强度	适当,避免直射光线,避免低照明造成的视力疲劳

4.3 环境与智能化技术的结合与创新

在优化适老化空间设计时,结合现代智能化技术的创新应用是提升居住质量的重要方向。智能家居系统能够为老年人提供更多便利与安全保障。例如,通过语音识别、智能灯光调控、自动窗帘等技术,老年人可以更加轻松地操作家居设施,减少物理劳动的负担。智能健康监测系统,如体温、血糖、血压监测设备的集成,可以实时监测老年人的健康状况,并通过智能系统反馈异常信息,提醒家属或护理人员。环境设计应注重绿色建筑技术的应用,如智能温控系统、空气净化设备以及节能照明设施等,提升空间的舒适度和可持续性。智能环境还可以包括自动化厨房设备、便捷的远程医疗服务以及社交平台,让老年人在居住空间中享受到更高效、便捷的服务,进而提升生活质量。

结语:

随着老龄化社会的到来,城市养老建筑的设计理念也在不断演进。多功能适老化空间的设计不仅能改善老年人的居住条件,还能提升他们的社会参与感与生活满意度。通过对适老化空间设计原则、现状以及优化策略的探讨,本文为城市养老建筑的未来发展提供了理论支持。未来,随着科技的进步与社会对养老服务需求的增加,适老化空间的设计将会更加多样化、智能化,从而更好地服务于老年人群体的需求。

[参考文献]

[1]王波,文华,杨鑫春,廖方伟.绿色建筑理念下城市养老建筑设计策略[J].科技导报,2021,39(08):60-67.
[2]徐妃,刘子通.居家养老模式下室内居住空间适老化设计研究[J].鞋类工艺与设计,2024,4(13):139-141.
[3]马志超.上海老旧社区公共空间适老化改造设计研究[D].东华大学,2022.DOI:10.27012/d.cnki.gdhhu.2022.00490.
[4]潘婷婷.基于无障碍理论下的适老化公寓设计研究[D].黑龙江大学,2023.DOI:10.27123/d.cnki.ghl.ju.2023.000608.
[5]陈云凤.社区户外活动空间适老化影响要素及更新设计策略研究[D].哈尔滨工业大学,2022.DOI:10.27061/d.cnki.ghgdu.2022.005152.