

# 无障碍适老性居住空间设计研究

张烈鑫 黄炳强

广州市北达技工学校

**摘要：**随着我国人口老龄化速度的加快，各个城市地区老年人口呈现出了逐年增多的趋势，由于老年人身体机能的特殊性，对居住空间方面提出了更高的要求。针对目前我国老年人居住空间方面的布局情况进行分析后发现，我国老年人居住空间方面存在着一些问题，比如缺乏无障碍设施、居住空间布局不合理、居住空间内的部分功能不够完善等，这些都对老年人日常生活造成了较大的影响。本次研究针对我国老年人居住空间方面存在的问题提出了一些无障碍适老性居住空间的设计方案。

**关键词：**无障碍；适老性；居住空间；设计方案

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2022.06.225

社会的发展过程中也逐渐呈现出了一些社会化方面的问题，在人口老龄化的大环境下，我国也要从多个方面为老年人提供一个安全、舒适的居住环境，所以要充分的考虑到与老年人群相适合的居住空间方面的问题。老年人身体各项机能减弱，运动功能降低，对居住空间的便捷性、舒适性要求更高，原有的居住空间已经无法满足老年人的日常生活需求，比如原有的居住空间中厨房、卫生间、卧室以及客厅中的一些物品对老年人的日常活动造成了障碍，给老年人的日常活动带来了极大的不便。所以相关工作人员要加强对老年人居住空间方面问题的分析，对老年人居住空间进行合理的规划，为老年人提供一个舒适并且无障碍性的居住空间，为老年人提供更加便捷的生活体验与感受。为了做好此项工作，相关工作人员首先要对目前我国老年人居住空间方面的问题进行分析，在明确老年人居住空间方面现存问题的基础上遵循一定的原则，设计出适合老年人居住的空间结构。

## 一、我国老年人居住空间方面存在的问题

### （一）缺乏无障碍设施

老年人身体机能减弱，伴随行动不便，如果在居住的室内空间内缺乏安全设施的规划，则会增加老年人在行动过程中的摔倒概率。比如日常生活中卫生间和厨房等空间内的用水比较多，而老年人居住空间里这些区域的地板忽略了防滑性，导致老年人在行动的过程中出现了打滑而摔倒。还有一些老年人居住空间内的卫生间区域未能安装安全扶手，导致老年人在上卫生间的过程中极易出现滑倒。目前还有一些老年人居住空间内，在公共电梯内未能规划相应的扶手及座椅，忽略了老年人日常生活中对居住空间安全设施方面的实际需求，导致老

年人生活质量降低。

### （二）居住空间布局不合理

目前，在我国老年人居住空间方面，居住空间布局不合理是最常见的问题之一，比如居住空间内的餐厅、卧室、卫生间等均是老年人活动比较频繁的场所以，但是各个场所之间的距离比较远，或者是在这些场所内放置的一些家具对老年人的日常行动造成了阻碍，增加了老年人磕伤、撞伤、碰伤的风险。由于老年人身体机能减弱，大部分老年人出现了夜间起床上厕所、喝水等情况，而正是由于居住空间布局方面出现了不合理的情况，在很大程度上增加了老年人受伤的概率或者风险，严重的甚至对老年人的生命安全造成了威胁。还有一些老年人居住空间内的室内规划缺乏科学性，比如卫生间和卧室的规划面积比较小，一些行动不便的老年人在生活中会使用到轮椅，而狭小的空间对老年人的行动造成了极大的阻碍。还有一些老年人居住空间内采光和通风条件均非常差，都在很大程度上降低了老年人日常生活中的舒适感和居住体验感。

### （三）居住空间内的部分功能不够完善

在对我国多个城市老年人居住空间方面存在的问题进行分析后发现，大部分城市地区老年人居住的区域均为老旧小区，这些小区的建设年代比较久远，受到老旧小区建设期间建设理念、建设技术等多个因素的影响，在居住空间设计方面未能充分地考虑到老年人生活需求，依然存在着一些问题。比如装饰装修方面床的高度设计缺乏合理性，老年人上床与下床非常不便，甚至存在着安全隐患。居住空间内的橱柜高度比较高，晾衣架比较高，使用起来不方便，为了发挥出其功能，老年人踩板凳完成，安全隐患也比较高。卫生间空间狭小，

地面设计布置方面缺乏防滑处理，对老年人的日常生活造成了极大的影响。

### 二、老年人居住空间设计需要遵循的原则

#### （一）适用性原则

无障碍适老性居住空间设计的过程中还要遵循适用性原则，设计人员要结合老年人的身体尺度、生理功能情况以及心理感受进行空间内各方面的设计，根据老年人所处的空间、使用的家具以及对无障碍安全设施的需求情况等，对老年人居住空间内部结构进行合理的设计。

#### （二）舒适性原则

无障碍适老性居住空间设计的过程中首先要遵循舒适性原则，增强老年人在居住空间内的舒适感。老年人日常生活中受到一些因素的影响可能无法接受松懈的生活环境，在情感上表现出了一些不适感。还有一些年龄较大的老年人，长时间居家会感受到无聊，加上受到疾病以及身体生理因素等的影响无法正常出门，居住在不舒适的环境中生活质量降低。无障碍适老性居住空间设计人员要充分的遵循舒适性原则，从室内空间色彩搭配、装饰物摆放等各个方面进行调整，比如空间大小、室内安全设施、安全设施的扶手、安全扶手上面的纹理等，增强老年人居住过程中的舒适感，为老年人提供舒适、安全的空间，要以人性化为主，根据老年人的应用需求，全面满足老年人对居住空间舒适性的需求，让老年人能够老有所乐。

#### （三）安全性原则

随着老年人年龄的增长，其四肢功能减弱，四肢的灵活性降低，导致老年人在日常生活中出现摔倒、站不稳、站不住等情况，加上老年人记忆力降低，日常生活中经常容易遗忘一些事情从而引发危险事件。老年人居住去大多为老旧小区，早在多年前并没有进行针对老年人的家居设计，老年人日常生活安全性较低。所以在进行无障碍适老性居住空间设计的过程中，一定要遵循安全性原则，通过合理的居住空间设计，减少老年人才日常生活中摔倒、滑倒、磕碰等风险事件的发生，还要结合实际情况对老年人居住空间内的界面以及家具进行改良、优化，为老年人的居住安全性做好保障。

### 三、无障碍适老性居住空间设计的具体方式

#### （一）公共空间无障碍适老性居住空间设计

老年人居住空间内，还应加强公共空间无障碍适老性居住空间的设计，比如应设计连续性的安全扶手，为老年人起床、坐位、站立行走、下躺等行为提供便捷，为各行为的安全性做好保障。需要注意的是在选择安全扶手的材质以及色彩时，一定要与老年人实际情况与使用需求相结合，不但要尽可能满足老年人心理方面的需求，还要满足老年人生理方面的承受度，比如所选择的扶手材料应使用软性材质的材料，在保证其性能的同时还要保证具备一定的摩擦度。尤其要避免使用金属扶手，如果不得不使用金属材质扶手，则需要采用纤维材料或者软性物质材料将金属扶手的表面进行缠绕，增强老年人使用时的舒适感。无障碍适老性居住空间内地面应该尽可能保持平整性，避免老年人行走过程中出现磕碰，为借助轮椅、拐杖等进行活动的老年人提供安全保障。老年人居住空间内的转角位置应尽可能设计成圆角，如果受到一些因素的影响需要设计成直角，那么使用过程中需要采用一些软性物质将直角边进行包裹，减少老年人摔倒后对脑部以及身体其他部位造成的磕碰风险。老年人视觉功能减退，视力降低，在室内空间内还应设计盲道，室内空间内的盲道对老年人的日常生活，尤其是夜间活动非常重要，忙到能够让老年人通过感受脚步踩踏感来决定前进与否，可有效避免老年人在行走中出现磕碰。在设计室内盲道地板颜色时，也应该应用有凸起并且防滑性能较佳的材料。

#### （二）卫生间无障碍适老性空间设计

在老年人的居住空间内，卫生间也是老年人活动非常频繁的场合之一，无障碍适老性空间设计方面，设计人员应该将卫生间的门设计成外开或者推拉门，避免老年人不慎摔倒后堵住门口无法在有效的时间内得到救援。卫生间地面瓷砖设计方面，要在保证平整性的基础上增强地面的防滑功能，要尽可能减少卫生间内台阶的设计，为老年人出入卫生间提供便利。如果老年人行动不便，在洗脸或者上下厕所时需要借助扶手或者其他保护设施才能完成，为了保证老年人身体的平衡性，应该结合实际情况在洗脸台、马桶旁边、洗浴区域设计安全扶手，避免出现紧急情况。还应该在卫生间室内设计紧急呼救设施，为老年人的生命安全做好保障。如果老年人出行需在轮椅的辅助下完成，应将洗脸台设计成壁挂式，同时还要在系列台下方预留充分的空间为轮椅进出

卫生间区域提供便捷。

### （三）卧室无障碍适老性空间设计

卧室是老年人日常生活中极其重要的场所之一，在无障碍适老性空间设计方面，卧室设计方面不但要保证便利性，还要保证舒适性和静谧性。特别是一些需要借助轮椅或者拐杖来行走的老年人，在卧室规划方面，床与两侧墙面之间的活动空间应该保持在1米以上，这样可有效提高老年人生活起居方面的便利性。如果老年人身体状况不佳，需采用轮椅进行活动，在卧室床高设计方面，应该将床的高度与轮椅的高度控制在一致范围，如果受到一些因素的影响无法一致，床影尽可能减少床高度与轮椅高度之间的差距。老年人卧室内的衣柜设计也要尽可能设计成推拉门，减少打开衣柜过程中对过道空间的使用，避免衣柜门对老年人日常行走造成影响。在老年人衣柜内部，结合实际情况设置相应的照明装置，衣柜内的衣架也应该选择智能化自动升降衣架，卧室内如果需要设计抽屉，抽屉的高度也应尽可能与老年人膝盖位置接近，衣柜上柜的高度应与老年人身高一致，不得高出老年人的头顶，所有的结构设计都要以为老年人提供便利为主要方向，在为老年人提供便利的同时减少磕伤、摔倒等风险事件的发生。

### （四）厨房无障碍适老性空间设计

老年人居住空间内，厨房无障碍适老性空间设计也就显得尤其重要，厨房空间内地砖应该具备防滑功能，厨房内操作台的位置应该根据老年人的使用习惯来设计，尽可能减少老人体力方面的消耗。如果老年人日常生活中需要借助轮椅、拐杖等，那么在厨房空间面积设计方面应该保证宽敞性，不但要考虑到轮椅的进出，还要考虑到轮椅的回旋转弯，厨房内操作台下应该尽可能减少柜体以及抽屉等结构，保证轮椅与灶台靠近时能够有足够的空间来容纳老年人的轮椅及双腿。还可根据实际情况安装无障碍整体升降操作台。对一些特殊需求的老年人，还要在厨房空间里设置座位，保证老年人洗菜、炒菜等行为均可以坐姿完成，增强老年人的舒适感

### （五）室内整体无障碍适老性居住空间设计

无障碍适老性居住空间设计方面，设计人员还要考虑到老年人心理方面的需求，老年人日常生活中，行动不便，长期居家的过程中很容易形成孤单的心理情绪，老年人身体方面的缺陷以及居住空间内无障碍适老性

基础设施方面的缺乏，也会造成老年人心情失落，生理和心理功能减弱。在室内整体设计方面设计人员还要尽可能注重颜色搭配。颜色搭配方面应以淡雅、宁静的风格为主，选择一些舒适、明亮的颜色，为老年人提供一个轻松的居住氛围，室内装修搭配方面应该以淡黄、淡绿和黄绿色为主，舒缓老年人的心理情绪。在无障碍适老型居住空间设计方面，还要充分的应用信息化技术，居家的老年人在日常生活中可能会遇到一些危险因素，比如忘记关煤气充煤气泄漏、生活的过程中摔倒没有办法呼救、将钥匙落在屋内、疾病突发无法得到紧急救治等，为了进一步解决这些问题，设计人员在设计中应尽可能应用信息化技术，采用智能设备设施提高老年人的生活体验。比如应用智能家居，近些年来被应用在多个行业的机器人，老年人只需要通过语音就可对各项家电的功能应用情况进行指挥，如开关电视、开关空调、打开和关闭窗帘，通过应用智能化设备对老年人的日常生活情况进行监控，以便老年人在遇到危险情况时能够第一时间向相关机构或者亲人发出求救信号，及时得到救援。应用设计智能门锁，通过人脸识别、指纹识别、密码输入等多种方式解决老年人出门忘带钥匙等情况。还可设计一些智能化设备，在老年人独居时能够与老年人进行聊天、问题解答、日常生活中遇到危险情况时能够第一时间发出警示，从而为老年人的安全提供保障。

### 结束语

总之，老年人年龄的增长，其机体活动能力减弱，身体多项功能降低，特别是一些独居的老年人，日常生活中在有的居住空间可能已经无法满足老年人的安全需求，导致老年人日常生活中极易出现不便与危险。针对此种情况，老年人居住空间设计人员要针对无障碍适老性居住空间设计中存在的问题，在遵循相应原则的基础上对无障碍适老性居住空间设计方案进行不断的优化，为老年人提供更加舒适的居住空间，增强老年人生活的舒适感，提高老年人的生活质量。

### 参考文献

- [1]陶瑞峰, 杨鹤. 无障碍适老性居住空间设计研究[J]. 西部皮革, 2020, 42(13): 30-31.
- [2]王柳, 刘卓, 张雯, 等. 高龄用户无障碍交互体验需求下的居家产品设计研究[J]. 包装工程, 2020, 41(14): 181-187.