

康养建筑设计理念与实践探索

白辰山

机械工业第六设计研究院有限公司 河南 郑州 450000

摘要：康养建筑旨在为人们提供健康舒适的生活空间，其设计理念与实践探索意义重大。本文聚焦康养建筑，深入剖析设计理念，从空间布局规划、环境营造、设施配置、智能技术应用等关键要素展开探讨。通过对实际案例的分析，展示这些理念与要素在实践中的运用，总结经验与成果，为推动康养建筑设计的发展提供理论支持与实践参考，助力打造更优质的康养环境。

关键词：康养建筑；设计理念；实践

引言

随着人们健康意识的提升以及老龄化社会的加剧，对康养建筑的需求日益增长。康养建筑作为融合健康、养老等功能的建筑类型，其设计不再局限于传统建筑标准。如何在设计中融入先进理念，满足使用者身心需求，成为亟待解决的问题。本文从康养建筑设计理念入手，详细阐述关键要素，并结合实践案例分析，旨在探索出更科学合理的康养建筑设计路径，推动行业发展。

1 康养建筑设计理念概述

康养建筑设计理念，作为一种综合性的设计哲学，旨在通过融合健康、康复与休闲的元素，为使用者提供一个全方位、多层次的健康生活环境。这一设计理念不仅响应了社会老龄化趋势的加剧，也契合了现代人对高品质健康生活的追求。在康养建筑设计中，健康理念是核心基础，它强调通过科学的空间布局、合理的功能配置以及优质的室内环境，促进居住者的身心健康，这包括确保建筑内部具有良好的通风、采光条件，以及运用环保、无害的材料，以减少对居住者健康的不良影响。设计中还需考虑无障碍设施的设置，以满足老年人和身体不便者的特殊需求，确保他们在建筑内部能够自由、安全地活动。康复理念的融入，使得康养建筑在提供基础居住功能之外，还具备了专业的康复服务，这要求建筑内部需设置专业的康复区域，配备先进的康复设备和专业的康复人员。康复区域的设计需充分考虑到康复流程的科学性和合理性，以及居住者在康复过程中的心理需求，营造一个温馨、舒适且高效的康复环境。休闲理念的加入，则进一步丰富了康养建筑的功能内涵。通过设置多样化的休闲娱乐设施和活动空间，如健身房、图书馆、游泳池等，康养建筑能够满足居住者多样化的兴趣爱好和需求。这些休闲设施不仅能够提供身体锻炼和放松的机会，还能促进居住者之间的社交互动，增强社

区的凝聚力和归属感。康养建筑设计还注重与自然环境的和谐共生。通过合理的景观规划和绿化设计，康养建筑能够营造出一种宁静、舒适的室外环境，为居住者提供一个亲近自然、放松身心的空间。这种与自然环境的融合，不仅有助于提升居住者的生活质量，还能在一定程度上促进他们的身心健康。康养建筑设计理念是一个全面、系统的概念，它涵盖了健康、康复与休闲等多个方面，旨在为使用者提供一个高品质、全方位的健康生活环境。

2 康养建筑设计关键要素

2.1 空间布局规划

在康养建筑设计中，空间布局规划扮演着举足轻重的角色，它不仅关乎建筑的美观与实用性，更直接影响到使用者的生活品质、便利性与舒适度。一个精心设计的康养空间，能够显著提升使用者的居住体验，促进其身心的全面康复。从功能分区的角度来看，康养建筑内的动静区域必须明确划分，公共活动空间，如健身房、活动室、多功能厅等，是使用者进行社交、娱乐和锻炼的重要场所，应设置在相对独立且远离休息区的位置。这样不仅可以有效避免活动产生的噪音对休息区造成干扰，还能确保使用者在不同功能区域间自由转换时，能够迅速进入相应的状态。休息区作为使用者放松身心、恢复体力的关键区域，其设计需注重安静与私密性，通过合理的布局和隔音措施，为使用者营造一个宁静、不受外界干扰的休息环境。休息区内的设施也应充分考虑使用者的需求，如设置舒适的床铺、柔和的照明等，以提升其居住的舒适度。在康养建筑的空间布局中，无障碍设计同样至关重要，考虑到使用者可能存在的身体状况差异，无障碍设计应贯穿于整个建筑空间。从卫生间、浴室等私密空间到公共区域的通道、楼梯等，都应设置合理的无障碍设施，如扶手、抓杆、防滑地面等，

以确保行动不便者也能自由、安全地穿梭于各个区域。空间的开放性与私密性也需得到平衡，公共活动空间应具有足够的开放性，以促进使用者之间的交流互动，增强社交氛围。这有助于打破孤独感，提升使用者的心理健康水平。而卧室、休息区等私人空间则应注重私密性，通过合理的建筑结构和隔音材料，为使用者提供一个安静、不受干扰的私人天地。康养建筑的空间布局规划需综合考虑功能分区、无障碍设计、开放性与私密性平衡等多个方面。通过科学合理的布局设计，可以显著提升使用者的生活便利性与舒适度，为其创造一个温馨、舒适、安全的居住环境^[1]。

2.2 环境营造

康养建筑的环境营造，是一个综合考量自然、室内与声音环境等多个维度的复杂过程，它深刻影响着使用者的身心健康与居住体验。在自然环境的引入上，康养建筑应充分尊重并融入周边的自然景观。保留和利用原有的树木、湖泊、山丘等自然资源，不仅能够打造出舒适宜人的室外活动空间，还能让使用者在亲近自然的过程中，享受到阳光、空气和绿色景观带来的身心愉悦。散步道、休闲亭等设施的巧妙设置，更是为使用者提供了与自然亲密接触的绝佳机会，有助于他们放松心情，恢复体力。室内环境的营造同样至关重要。在色彩搭配上，选择柔和、温暖的色调，如米黄色、淡蓝色等，能够营造出一种温馨、舒适的氛围，有助于缓解使用者的紧张情绪，提升他们的居住体验。装修材料的选择也应注重环保和健康，避免使用含有有害物质的材料，以确保使用者的身体健康不受侵害。绿植的引入是改善室内环境质量的有效手段，通过合理布置绿植，不仅能够提升室内空气质量，增加空气湿度，还能为室内空间增添生机与活力。在选择绿植时，除了考虑其净化空气的能力和观赏价值外，还应关注其养护难度，以确保绿植能够长期存活并发挥最大的生态效益。声音环境的控制也是康养建筑环境营造中不可忽视的一环。采用隔音材料和技术，降低外界噪音对室内的干扰，能够为使用者提供一个安静的休息环境。在室内设计中，也应注重减少噪音的产生，如选择静音效果好的设备，采用吸音材料铺设地面等，以减少脚步声等噪音的传播，进一步提升使用者的居住舒适度。康养建筑的环境营造是一个系统工程，需要综合考虑自然环境、室内环境和声音环境等多个方面。通过科学合理的规划与设计，可以打造一个既舒适又健康的居住环境，为使用者的身心健康提供有力保障^[2]。

2.3 设施配置

完善的设施配置是康养建筑满足使用者多元化需求的关键所在，它不仅关乎到使用者的身体健康，还涉及到其生活质量与精神享受。在医疗设施配置上，康养建筑需配备一系列基本的医疗检查设备，包括但不限于血压计、血糖仪、心电图机等，这些设备能够辅助医护人员对使用者的身体状况进行日常监测，及时发现并处理潜在的健康问题。小型医疗室的设置也至关重要，它能够处理常见的疾病和突发状况，为使用者提供初步的医疗救治，专业的医护人员全天候待命，确保在紧急情况下能够迅速响应，有效减轻使用者的病痛。与周边大型医院建立紧密的合作关系，并开通绿色通道，以便在需要时能够迅速转诊，确保使用者得到及时、专业的医疗救治。生活设施的配置同样不容忽视，厨房设施需注重安全与便捷性，操作台面的高度应适应不同身高的使用者，以确保烹饪时的舒适度，烹饪设备和餐具应配备齐全，满足不同饮食习惯和烹饪需求。卫生间设施的设计需兼顾安全与舒适，防滑地面、扶手等安全措施能够有效防止使用者跌倒受伤。坐便器、淋浴设施等应便于使用者使用，位置和高度需合理设置。卧室家具则以简洁实用为主，床的高度和硬度需适中，方便使用者上下床，足够的储物空间能够满足使用者的日常收纳需求，保持室内整洁有序。在休闲娱乐设施方面，康养建筑应设置图书馆、棋牌室、书画室等场所，为使用者提供学习、娱乐和交流的平台，丰富其精神文化生活。健身房则应配备适合老年人和康复者使用的健身器材，如慢走机、按摩椅等，帮助他们进行适度的身体锻炼，增强体质。室外空间则可设置健身广场、儿童游乐区等，满足不同年龄段使用者的需求，营造温馨和谐的社区氛围。完善的设施配置是康养建筑满足使用者需求的重要保障，通过科学合理的规划与设计，康养建筑能够为使用者提供一个安全、舒适、便捷的生活环境。

2.4 智能技术应用

智能技术在康养建筑中的应用，无疑为使用者带来了前所未有的便捷、高效与安全的生活体验。这一领域的创新不仅体现在硬件设施上，更深入到日常照护、健康监测及安全防护等多个层面，为康养建筑注入了强大的科技动力。智能安防系统作为康养建筑安全防线的核心，通过集成先进的摄像头、门禁系统与烟雾报警器等设备，实现了对建筑内外环境的全方位、无死角监控。这些系统能够迅速识别并响应非法入侵、火灾等紧急情况，自动触发警报机制，并即时通知安保人员或紧急服务部门，确保事件得到及时处理，有效保障了使用者的生命财产安全。智能健康监测系统则利用可穿戴设备如

智能手环、智能手表等,实时采集使用者的心率、血压、睡眠质量等关键生理数据。这些数据通过云端传输至健康管理平台,医护人员可以随时随地访问并分析,从而及时发现潜在的健康风险,为使用者提供个性化的健康建议和治疗方案,这种主动健康管理的方式,不仅提升了使用者的健康水平,也降低了突发疾病的风险。智能家居系统的引入,更是将便捷与舒适推向了新的高度。通过手机APP或智能控制面板,使用者可以轻松实现对家中灯光、空调、窗帘等设备的远程控制,无论是提前开启空调调节室温,还是夜晚躺在床上通过手机关闭灯光和窗帘,都只需动动手指即可完成。这种智能化的家居生活方式,不仅提升了生活的便利性,也极大地增强了使用者的居住舒适度。智能护理辅助设备如智能护理床、智能助行器等,更是为行动不便的使用者提供了极大的帮助,这些设备通过自动化、智能化的设计,减轻了护理人员的工作负担,提高了护理效率,也为使用者带来了更加安全、便捷的照护体验。智能技术在康养建筑中的广泛应用,不仅提升了康养服务的质量和水平,更为使用者创造了一个更加安全、健康、舒适的生活环境^[1]。

3 康养建筑设计实践案例分析

(1) 东阳市养老中心设计实践。该项目位于浙江省东阳市,秉承以人为本的设计理念,融合国内外先进的养老服务理念,运用现代美学手法,精心打造了一个集高端景观、休闲养生配套于一体的养老空间。该项目采用“医养结合,智慧养老”的模式,将医疗与养老资源深度融合,为老年人提供全方位的护理服务。通过智能化系统的引入,整合多媒体监测设备、云医院、健康分析等服务,让养老生活更加便捷、舒适。在空间布局上,采用“二轴三庭”的设计理念,以礼仪主轴和生活主轴为骨架,串联起各个功能空间,营造兼具人文关怀与山水情怀的花园式、居家型的休养怡人社区。该项目充分尊重老年人的生活习惯与特殊需求,通过差异化的功能设置、空间布局与细节设计,创造一个根植于社会和家庭的“关怀与被关怀”的温暖平台与一站式康养示

范基地。(2) 阿尔茨海默疗养村设计实践。该项目位于法国达克斯,是法国第一家为痴呆症患者设计的疗养院。建筑师将养老居民、医护人员、当地文化以及自然纳入考虑,使疗养村建筑群与自然融为一体,将既有的古松树特色景观转化为休闲空间,并设置一条贯穿景观的小路,形成闭环,避免居民迷路。疗养村内还设有理发店、集市广场、餐厅等功能区,并对周边社区开放,使老年痴呆症疗养村的居民有了与当地人接触的机会,从而生活在一个重视有尊严养老的环境中。(3) 重庆龙湖颐年公寓康复花园设计实践。该项目位于重庆龙湖新壹城颐年公寓屋顶,是专门针对老人设计的康复花园。它按照养老群体的功能使用需求,划分为园艺疗养、活动广场、休憩交流三部分。园艺疗养区让老人在园艺活动中愉悦身心;活动广场调动老年人锻炼积极性;交流休闲区提供户外观景、交谈场所,促进交流,有助于老年人心理健康。屋顶花园采用全场地无台阶设计,所有通道宽度均大于2.4米,保证老人使用的便利与通畅^[4]。

结语

综上所述,康养建筑设计理念与实践探索是一个不断发展的过程。通过对空间布局、环境营造等关键要素的把控,以及智能技术的应用,能有效提升康养建筑品质。实践案例分析也验证了科学设计理念的重要性。未来,应持续关注新技术、新理念,不断优化设计,以适应多元化的康养需求,让更多人受益于优质的康养建筑,为健康中国建设贡献力量。

参考文献

- [1] 岗晓宁.建筑设计中的绿色理念与实践探索[J].建筑工程与设计,2024,3(10):96-98.
- [2] 相玥悦.建筑装饰设计中生态理念的应用实践探索[J].散装水泥,2022(2):173-175.
- [3] 祝江龙.现代城市中的绿色建筑:设计理念与实践探索[J].电脑爱好者(普及版)(电子刊),2022(4):1489-1490.
- [4] 西良.建筑设计中绿色设计理念的融合与应用[J].建材发展导向(下),2021,19(5):168-169.