

老龄化社会背景下的养老设施无障碍设计策略

邹杭志

中冶南方工程技术有限公司 四川 成都 610056

摘要：球老龄化趋势加剧的背景下，养老设施无障碍设计成为提升老年人生活质量的关键。本文阐述了老龄化社会的特征与需求，以及无障碍设计的概念，深入分析老年人身体机能、养老设施功能类型等影响因素，并从交通、居住、公共活动等空间提出具体设计策略，同时给出宣传教育、行业合作等推广应用方法，旨在为养老设施无障碍设计提供理论参考与实践指导。

关键词：老龄化社会；养老设施；无障碍设计策略

1 老龄化社会与养老设施无障碍设计概述

1.1 老龄化社会的特征与需求

全球人口结构持续演变，老龄化已成必然趋势。依据联合国标准，60岁以上人口占比超10%，或65岁以上占比超7%，即为老龄化社会；占比超14%和20%，则分别进入深度和超老龄化阶段。当前，发达国家多处于深度或超老龄化，我国也正快速迈向深度老龄化。老龄化社会呈现三大特征：一是老年人口规模庞大且增长迅猛，加剧养老保障与医疗服务压力；二是老年人健康状况复杂，身体机能衰退，慢性病高发，行动、感知和认知能力下降；三是精神文化需求显著提升，渴望参与社会活动^[1]。基于这些特征，老年人对养老设施需求特殊。居住上，需安全舒适的空间；出行时，要求交通无障碍；精神文化方面，期待有适宜的公共活动区域。因此养老设施无障碍设计对提升老年人生活质量意义重大。

1.2 无障碍设计的概念

无障碍设计诞生于20世纪中叶，旨在打造全龄友好环境，让所有人都能平等、独立、安全地使用，其核心原则为通用性、安全性、便利性与舒适性，覆盖建筑、交通、信息交流等多领域。在养老设施场景中，无障碍设计聚焦老年人身心特点，通过优化空间布局、合理配置设施、注重细节处理，消除各类障碍。具体表现为无台阶、设坡道、装扶手、优化标识等设计，助力老年人自主活动，维护其尊严。同时，还通过色彩搭配、材质选择等，营造温馨适老氛围，满足老年人情感需求，让他们在养老设施中享有高品质生活。

2 养老设施无障碍设计的影响因素分析

2.1 老年人身体机能因素

老年人身体机能的衰退是影响养老设施无障碍设计的首要因素。在生理机能方面，随着年龄增长，老年人的肌肉力量减弱，骨骼密度降低，关节灵活性变差，导

致行动迟缓、平衡能力下降，容易发生跌倒等意外。因此养老设施的地面需采用防滑材质，通道宽度要足够宽敞，以便老年人借助拐杖、轮椅等辅助器具顺利通行。在感官机能上，老年人的视力和听力逐渐下降，视力衰退使他们对光线变化更加敏感，难以看清昏暗环境中的障碍物；听力减弱则影响他们对声音提示的接收。这就要求养老设施在照明设计上要保证充足且均匀的光线，避免眩光，同时在标识设计中采用大字体、高对比度的颜色，配合图形符号增强视觉传达效果；在信息提示方面，除了声音提示外，增加视觉提示，如闪光警示灯等。另外，老年人的认知能力也可能出现不同程度的下降，方向感变差，容易迷路，因此养老设施的空间布局应简洁明了，标识系统要清晰易懂，帮助老年人快速识别和定位。

2.2 养老设施功能类型因素

不同功能类型的养老设施对无障碍设计有着不同的要求。从服务对象来看，介护型养老设施主要接收失能、半失能老人，这类老人行动能力严重受限，需要更多的辅助设施和护理空间。房间内要预留足够的空间便于护理人员操作，卫生间需安装助力扶手、紧急呼叫装置等，以保障老人的安全和护理工作的顺利进行。而活力型养老社区面向健康、有自主生活能力的老年人，更注重公共活动空间的无障碍设计。例如，配备多功能活动室、健身房、图书馆等，这些空间要便于老年人聚集、交流和开展各类活动，通道要连接顺畅，设施设备的高度和操作方式要符合老年人的身体特点。从建筑规模来看，大型养老机构功能分区复杂，需要建立完善的无障碍交通系统，确保各功能区域之间的便捷联系；小型养老设施则要在有限的空间内合理规划，实现功能与无障碍设计的平衡。

2.3 地域文化与环境因素

地域文化与环境对养老设施无障碍设计有着深远影响。不同地区的文化传统和生活习惯塑造了老年人不同的行为模式和心理需求。在具有传统家族文化的地区,老年人更重视家庭团聚,养老设施的设计可以融入更多适合家庭聚会的空间和设施,如宽敞的接待室、户外庭院等^[2]。地域环境因素同样不可忽视。气候条件影响着养老设施的建筑布局和设施配置。在寒冷地区,要注重建筑的保温性能,公共空间与居住空间之间的连接通道应采用封闭或半封闭形式,避免老年人在通行过程中受冻;在炎热地区,要加强通风和遮阳设计,为老年人提供凉爽舒适的环境。地形地貌也对无障碍设计提出挑战,在山地地区,养老设施的建设需要巧妙利用地形,合理设置坡道和台阶,保证老年人的安全通行。

2.4 经济与技术因素

经济因素是养老设施无障碍设计的重要制约条件。无障碍设施的建设和维护成本相对较高,例如安装电梯、无障碍卫浴设备、智能化安全系统等都需要大量资金投入。对于一些资金有限的养老机构来说,可能难以一次性实现全面的无障碍设计。在设计过程中需要根据实际经济状况进行合理规划,优先保障关键区域和设施的无障碍建设,逐步完善。技术发展则为养老设施无障碍设计提供了有力支持。随着科技的进步,智能化技术在养老设施中的应用日益广泛。例如,智能监控系统可以实时监测老年人的活动情况,及时发现异常并发出警报;无障碍电梯、自动门等设施采用先进的感应技术,方便老年人使用。新型建筑材料和施工工艺的出现,也为实现更优质的无障碍设计创造了条件,如防滑、耐磨且环保的地面材料,便于安装和拆卸的无障碍扶手等。然而技术的应用也需要考虑老年人对新技术的接受程度和使用能力,确保技术的易用性和安全性。

3 养老设施无障碍设计的具体策略

3.1 交通空间无障碍设计

养老设施的交通空间包括室内外通道、楼梯、电梯等,其无障碍设计是保障老年人安全、便捷出行的关键。室内通道宽度应不小于1.2米,对于需要轮椅通行的区域,宽度应扩大至1.5米以上,确保老年人和护理人员能够顺利通过。通道地面要平整、防滑,避免出现高低差,若无法避免,应设置缓坡过渡,坡度不大于1:12。楼梯设计要充分考虑老年人的行动特点,踏步高度应控制在13-15厘米,宽度在30-32厘米,两侧安装连续的扶手,扶手高度为0.85-0.9米,扶手表面要防滑且手感舒适。电梯是老年人垂直通行的重要工具,轿厢尺寸应足够容纳轮椅回转,内部设置低位操作面板和扶手,楼层

显示和语音提示功能要清晰明确。在室外交通空间,道路要采用无障碍设计,设置盲道和缘石坡道,与城市道路无障碍系统相衔接,在出入口、台阶等位置设置坡道,坡度符合规范要求,并安装扶手和休息平台,方便老年人上下。

3.2 居住空间无障碍设计

居住空间是老年人在养老设施中停留时间最长的区域,其无障碍设计直接影响老年人的生活质量。卧室的入口宽度应不小于0.9米,便于轮椅进出。房间内的家具布置要留出足够的活动空间,床的高度要适中,方便老年人上下床,床边可安装助力扶手。窗户的开启方式要便于老年人操作,窗台高度不宜过高,确保老年人能够欣赏窗外景色,同时保证安全。卫生间是老年人容易发生意外的区域,无障碍设计尤为重要。卫生间应采用推拉门或外开门,门宽不小于0.8米,方便轮椅进入。内部设置坐便器、淋浴间和洗手盆,坐便器高度应比普通坐便器高2-3厘米,并在两侧安装扶手;淋浴间要设置淋浴座椅和L型扶手,地面铺设防滑材料,安装紧急呼叫装置,居住空间的照明设计要合理,采用无眩光的灯具,保证夜间活动的安全^[3]。

3.3 公共活动空间无障碍设计

公共活动空间是老年人社交、娱乐、学习的重要场所,其无障碍设计要满足多样化的活动需求。多功能活动室、餐厅、图书馆等公共空间的入口要设置无障碍通道和出入口,内部空间布局要宽敞、通透,避免狭窄的通道和尖锐的转角。家具的选择要符合老年人的身体特点,桌椅高度适中,便于老年人就座和起身。在健身活动区域,配备适合老年人的健身器材,器材的安装要稳固,操作方式简单易懂。设置休息座椅和遮阳设施,方便老年人在运动过程中随时休息。对于文化娱乐空间,如棋牌室、书画室等,要保证良好的通风和采光,地面材料要防滑。公共活动空间要设置无障碍卫生间,满足老年人的基本需求。

3.4 标识与信息无障碍设计

清晰、易懂的标识与信息系统是养老设施无障碍设计的重要组成部分。标识系统应采用统一的设计标准,包括文字标识、图形标识和颜色标识。文字标识要使用大字体、高对比度的颜色,字体高度不小于3厘米,确保老年人能够清晰阅读;图形标识要简洁明了,易于理解,如用轮椅图案表示无障碍区域。标识的安装位置要醒目,高度适中,便于老年人识别。信息传达要采用多种方式,除了文字和图形标识外,还应配备语音提示和电子显示屏。在电梯、楼梯口等位置设置语音播报系

统,提示楼层信息和安全注意事项;在公共区域设置电子显示屏,发布活动通知、天气信息等。养老设施的导向标识要形成完整的系统,从入口到各个功能区域,引导老年人顺利到达目的地,避免迷路。

3.5 景观与室外环境无障碍设计

景观与室外环境是养老设施的重要组成部分,良好的无障碍设计能够为老年人提供舒适、愉悦的户外空间。室外道路要采用无障碍设计,路面平整、防滑,宽度满足轮椅通行要求,道路两侧设置连续的扶手。在景观节点和休憩区域,设置无障碍座椅和遮阳设施,座椅高度要适中,便于老年人就座和起身。绿化设计要考虑老年人的需求,选择无毒、无刺、无飞絮的植物品种,避免对老年人的身体健康造成影响。同时设置无障碍花坛和种植池,方便老年人参与园艺活动。室外环境要注重照明设计,保证夜间照明充足,避免出现照明死角,确保老年人夜间活动的安全。在出入口、台阶等位置设置警示标识,提醒老年人注意安全。

4 养老设施无障碍设计的推广与应用策略

4.1 宣传教育与培训

加强宣传教育是推广养老设施无障碍设计的重要手段。通过媒体宣传、公益广告、社区活动等多种形式,提高社会对养老设施无障碍设计重要性的认识,增强公众的无障碍意识。向老年人及其家属宣传无障碍设计的优势和作用,让他们了解无障碍环境对老年人生活质量的提升效果,从而增加对无障碍养老设施的需求。开展针对建筑设计人员、施工人员和养老机构管理人员的专业培训。培训内容包括无障碍设计规范、标准和技术要求,以及老年人的身体特点和行为需求。通过培训,提高相关人员的专业水平,确保在养老设施的设计、建设和运营过程中,能够严格遵循无障碍设计原则,落实各项无障碍措施,还可以组织专家讲座、学术交流等活动,分享国内外先进的无障碍设计经验和案例,促进技术创新和理念更新。

4.2 行业合作与创新

行业合作是推动养老设施无障碍设计发展的有效途径。建筑设计行业、养老服务行业、相关设备生产企业等应加强合作,形成产业联盟。建筑设计企业与养老机构合作,深入了解老年人的实际需求,将需求转化为

具体的设计方案;与设备生产企业合作,研发适合养老设施的无障碍产品和技术,如智能化无障碍设备、新型无障碍材料等。鼓励企业开展技术创新,加大对无障碍设计相关技术和产品的研发投入。政府可以通过政策支持、资金补贴等方式,引导企业创新,推动无障碍设计技术的进步。同时,加强产学研合作,高校和科研机构可以开展相关课题研究,为养老设施无障碍设计提供理论支持和技术储备。

4.3 用户参与与反馈

用户参与是保证养老设施无障碍设计满足老年人实际需求的关键环节。在养老设施的设计阶段,邀请老年人及其家属参与设计方案的讨论和评审,听取他们的意见和建议。老年人作为使用主体,对自身的需求有着最直接的感受,他们可以从实际使用角度出发,提出空间布局、设施配置等方面的改进建议^[4]。在养老设施运营过程中,建立用户反馈机制,通过问卷调查、座谈会、意见箱等方式,及时收集老年人对无障碍设施使用情况的反馈。针对老年人提出的问题和意见,及时进行整改和优化,不断完善养老设施的无障碍设计。另外,还可以定期组织老年人对无障碍设施的满意度调查,将调查结果作为评价养老设施服务质量的重要指标,促进养老设施无障碍设计水平的持续提升。

结束语

养老设施无障碍设计是应对老龄化社会的重要举措。通过综合考虑各类影响因素,落实具体设计策略,并积极推广应用,能切实满足老年人生活需求。未来,需持续关注行业发展,加强多方协作,不断优化设计方案,推动养老设施无障碍设计迈向更高水平,让老年人真正享受到安全、舒适、有尊严的晚年生活。

参考文献

- [1]林蕾.浅谈老年公寓居住空间设计与实践[J].福建建设科技,2023(3):18-20.
- [2]李茂源,徐江俊.关于现代养老建筑设计理念分析[J].中文科技期刊数据库(全文版)工程技术,2023(4):4.
- [3]赵子涵.无障碍环境设计教学体系建设路径探究[J].艺术科技,2024,37(13):97-99.
- [4]马小霞.社会老龄化背景下的养老服务模式创新研究[J].中国人口与发展,2022,25(2):23-28.