

创造室内设计的健康风格 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/472/2021\\_2022\\_\\_E5\\_88\\_9B\\_E9\\_80\\_A0\\_E5\\_AE\\_A4\\_E5\\_c67\\_472836.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/472/2021_2022__E5_88_9B_E9_80_A0_E5_AE_A4_E5_c67_472836.htm)

风格的追求，使设计界出现了空前的繁荣，但是风格主义的设计是不全面的，它们并不真正关心人的健康问题，而仅仅关心人们暂时视觉上的满足，如同许多著名的时装设计一样，虽然有极佳的视觉效果，但却限制了身体各部分的自然运动，这种情况之于时装设计，似乎还看不出太大的问题，因为作为时装，只是在某些特殊场合或者表演时才会穿着。但如果这种情况发生在室内环境上，那么问题就要严重得多，因为人们绝大多数的时间是在室内度过的，如果室内环境不够“健康”，那么人身体的危害就会明显地表现出来。目前，许多设计是建立在“时髦”的基础上的，你越是“创造性”地发挥就越有害于人类，一些设计已完全被忽视生存环境和人类健康的商业主义所左右。那么健康的标准是什么呢？《辞海》的定义是：“人类各器官系统发育良好，功能正常，体格健壮，精力充沛并且有良好劳动交通的状态。通常用人体测量、检查和各种生理指标来衡量”。而世界卫生组织（WHO）的定义则是“在身体上，精神上，社会上完全处于的良好的状态，而不只是没有疾病或虚弱”。由此看来，过去那种仅仅于身体没有疾病的观念是非常片面的，我们所要追求的应该是一种整体状态下的完满。设计中的“健康”要领，国外一有识之士早已提出。早在90年代初，英国皇家工业设计师Alan Tye先生就率先提出了“健康的工业设计（Healthy Industrial Design）”这一概念。1992年，他应无锡轻工大学设计学院的邀请，

为当时产品设计和室内设计专业三年级的学生担任了为期六周的“室内用品设计”课程，本人担任了Alan Tye先生的全部翻译工作，因此有机会对Alan Tye先生的设计思想作较为全面的了解。Alan Tye先生在“设计的十条原则”中明确提出：“设计的重要目的是保持世界的健康，我们在设计时必须时时考虑健康问题。产品必须有利于人们的健康”。他的“健康工业设计”以人的健康和娱乐为中心，以改善和净化人类为目的，把“形来源于功能”、“形来源于美”这两种现代工业设计理论推到了一个新的高度：“形来源于健康”。健康高于一切！当然，我们并不是说要了健康，就不要风格，而是既要追求风格，更要注意健康，健康高于一切。风格应该是建立在健康基础上的。一个风格“独特”，形式“优美”，而通风极差的歌舞厅，光从照片上看也许会很美。但是，一旦在某个炎热的夏夜，当你在其中饱尝过因人头拥挤、通风不畅而积聚起来的阵阵酸臭，当你在其中因憋闷而欲赶紧退到室外呼吸一口新鲜空气的时候，你也许就会体会到，这种所谓的“优美风格”是何等的脆弱，何等的没有意义！因此，室内设计应该充分考虑人的健康因素。要做到这一点，设计师就必须从人的生理与心理等多方面入手，对室内环境作全方位的考虑

### 一、灵活的功能布置

即使是低年级的学生也都知道，任何一件物品、一座建筑、一个房间首先必须满足使用功能的要求，要求有合理的功能安排。但是，实际上许多人对“功能第一”的理解是不全面的，比如一个家庭的设计，似乎吃饭就应该是吃饭的地方，会客就应该是会客的地方，各就各位，不能混淆，一旦完成，就不能改变。这样虽然满足了当时的功能要求，但却忽视了人的个性发展的需

要，因为各个部分均已定死，已没有了变化的可能，从而扼杀了主人自我发挥的热情和理想，时间一长，早晚会对眼前的东西看腻了，看烦了，但自己却又无能为力，因为对于一般的家庭，不可能再花那么多的人力和财力再去装修一次。另外，一旦家庭人口发生，如家庭添了人丁等，问题就更难解决。大自然是千变万化的，变化者自然发展的真谛。因此，我们在室内设计时，应该首先考虑布置的灵活性。不论是整体功能，还是局部装饰，都应该预见性地考虑今后发展的需要，或者是在某些地方故意留白，给主人一方自己的天地，任其自由发挥。或许我们可以称之为功能和形式上的可持续发展。

## 二、符合使用者的空间尺度

对于室内空间尺度的考虑，通常的依据是人体工学。只有遵循人体工学，才可以发挥最大的工作效率，保证身体各部位的健康。由于人体工学是通过对某地区范围内居民群体尺度的统计研究而提出的，因此其值是一个变化的范围。但是，照人体工学，我们只知道某一尺度合理的变化范围，如写字台的高度应为73 - 76厘米之间的尺寸都可能是合理的，但实际上我们却不能保证这些尺寸都是合理的，比如说通常我们取写字台的高度为75厘米，这对标准身高的人说，无疑是合理的，但如果主人是一名身高1.90米的篮球运动员，那么，这个尺寸显然就矮了，也许地其尺寸应该选择上限，甚至超过上限，这就要求我们根据具体的情况来确定实际的尺寸，而不能死守教条。然而，目前一些不负责任的设计师，自以为已经熟记了人体工学各种数据，在设计时不管三七二十一，在人体工学尺度范围内随意找一个尺寸，就以为是合理的，其实这是对人体工学的一种误解。运用人体工学，还应该考虑主人的生活习惯。

过去由于条件的限制与认识的不足，家庭电视常常放在五斗柜、写字台等较高的家具上，后来，随着人们认识的提高，对人体工学的不断了解，再加上室内设计师的广泛宣传与强调，人们认识到这种做法是不利于人体健康的。在沙发上看电视，电视机的位置不宜太高，一般为55厘米左右，于是家具商店出售的电视柜的高度都在55厘米左右。应该说，这是人们认识水平上的一大进步，但是随之而则是死守教条的尴尬。有些设计师不管电视机的具体位置与使用情况，一律将电视柜的高度设计成55厘米，走向了另一个极端。事实上，电视机高度还与观者所处的位置以及观赏的方式有关。比如在卧室里，有些人习惯在床上半卧半坐地看电视，这时，电视机的高度就应该适当提高，则会影响观看，甚至引起某些颈椎疾病。

三、恰如其分的色彩应用 室内色彩应根据房间所处的具体位置、房间的使用功能、使用者的个人情况等因素综合考虑。对于室内设计中色彩在视觉形式上的运筹，各类文章已多有阐述。这里要强调的是，室内色彩除了形式上的考虑以外，更应该考虑健康的因素。室内设计师应该充分利用色彩的特性，创造一个有利于身体健康的室内色彩环境，这种健康应该同时包括生理的和心理的两个方面，因为人在不符合心理卫生的色彩环境的长期作用下，很容易引起某些生理上的不适或疾病。比如，如果长期生活在色彩对比异常强烈的环境中，就容易引起情绪不安、思想无法集中、思维混乱等病症。反之，如果长期生活在一个色彩非常单调的环境中，则又会引起烦躁不安、精神萎靡等精神症状。我们应该鼓励对环境色彩的系统研究。

四、恰到好处的室内照明 对照明的认识也经过了一个不断进步的过程。80年代以前，普

通老百姓对于室内照明的认识是比较肤浅的，一般仅限于把房间照亮，满足日常的看书、写字、工作的需要。80年代后，随着人们对照明在室内设计中地位的了解不断增加，人们开始认识到，要创造一个既满足工作要求，又同时满足艺术要求的室内光环境，光靠过去那种每个房间一盏灯的常规照明方式是远远不够的。室内照明应同时包括：普通照明、工作照明及气氛照明三种方式，而这三种方式又不可能是绝然分开的，只有将这三者紧密地结合起来，形成一个完整的照明系统，在不同的情况下采用各种人工照明方式，才能真正收到良好的效果，既满足物理要求，又满足健康要求。但是现在，设计师们却又开始走向另一个极端，对大自然恩赐给我们的自然光熟视无睹，有的甚至故意讳避，在室内设计中把建筑中原有的采光窗户堵掉，而强行采用各种人工照明，甚至通过降低照度来达到某种“迷人的”效果。这样做既造成了能源的浪费，同时给室内通风及卫生都带来了不良后果，有时严重影响人的身体健康，视力下降等视觉器官的损伤时有发生。那么，在室内照明中，到底应该怎样才能恰到好处，做到既能够满足光照度的需求，又能达到某种艺术氛围，同时尽量地节约能源？严格地讲，应该对室内光环境进行精确的计算。为此，室内设计师应该补上照明知识这一课，或者与照明工种师紧密合作。上海博物馆的光环境设计是一个较为成功的例子，既突出了重点——展品，达到了较好的艺术气氛，同时又节约了能源。但是，随之在全国许多地方出现的不管当地博物馆的建筑现状及良好的自然采光，而盲目仿效上海博物馆进行改建的风潮，则又令人啼笑皆非。在室内采光的问题上，对于一些传统的观点，我们也应该重新

审视。例如，过去我们常常认为写字台应该靠窗放置，但事实证明这样的布置方式并不合理，尤其是朝南房间的南窗，则更是如此。由于白天，尤其是夏天的趲光线过于强烈，长时间地在这种超亮度的环境下伏案工作，眼睛受到直射光线长时间的强烈刺激，会产生眼花、重影、头晕、思想不能集中等后果。因此，过亮与暗一样，都会对人的视健康产生不良的影响。

五、清心舒雅的室内绿化 有些住户的室内装修，尽管十分豪华，表现形式也颇为独特，但最终的效果却仍干巴巴了无生机，原因很可能就出在缺乏室内绿化上。绿是生命的象征，在房间中适当点缀一些绿化，会给整个空间增添无限生机。不要小看了这一点绿色，它是实实在在的有生命的东西，它能够加强室内与大自然之间的联系，可以籍此修身养性，使人在心理上产生一种对生命的希望，从而培养一种乐观的生活态度。另外，绿色植物还能净化空气，对室内空气的温度、湿度等都有着很好的调节作用。因此室内绿化实为一种价廉效佳，对人的心理和生理健康都大有裨益的简便易行的点缀方式。东过，也有些植物会释放出一些对人体有害的物质，还有些植物则有可能对身体造成物理操作，如一些带刺的植物。因此，在选择植物的品种时，除了其本身的外观形象，对室内环境的适应性等以外，还应注意其本身的结构形态或所释放物质的成份以及对室内物理环境的调节程度。

六、安全可靠的绿色材料 当你的住宅装修得越来越豪华，你的生活越来越舒适的时候，你可能没有想到环境荷尔蒙正悄悄地向你袭来。这个可恶的东西以一种无形的姿态不知不觉地渗入到你的周围，它被你发现时，也许正是它的阴谋得逞之日。“环境荷尔蒙”，这是一个新的名词，这是一种

“存在于客观环境中，一旦进入到生物体内便可起着同生物体的内分泌自然荷尔蒙相似的作用，并以此扰乱生物内分泌系统的化学物质”。这些环境荷尔蒙对人类的健康构成了极大的威胁。近年来，由于大量有毒化学材料在室内装修工程中的广泛应用，室内环境中所释放的环境荷尔蒙对人类的健康威胁也日趋严重，与此相关的各种疾病不断出现，症状表现为头疼、失眠、恶心、咳嗽、皮肤骚痒、过敏性皮炎、痢疾、腰疼、异常疲惫感、精神不安定等，严重时甚至会引起癌症或某些血液疾病，难怪有人将它比喻为“威胁人类存亡的定时炸弹”。要避免室内环境荷尔蒙的产生，就应该提倡使用“绿色建材”，所谓“绿色建材”是指“大量采用工业或城市废弃物为原料，少用天然资源和能源，应用清洁生产技术生产的无毒、无污染，有利于人体健康和环境的建筑材料”。目前国内外的许多厂家已充分认识到了绿色建材对环境保护和人类健康的重要性，开发了多种绿色建材，设计师的选择余地越来越大。这里要纠正一个错误的概念，那就是“天然的一定是绿色的”。曾有一段时间，由于人们对人造有毒化学材料的恐惧，纷纷选用直接来自于大自然的天然材料，如天然石材、木材等，以为只要不是人造的，就应该是天然的，其实这是一种完全错误的概念。目前我们已经知道，许多天然花岗岩中就含有大量的放射性氡元素。根据有关权威部门的研究报告，氡辐射的危害仅次于吸烟，是导致肺癌的第二大杀手，如果用于室内，就会产生难以估计的严重后果。国家有关部门应该尽快对建筑与装修材料的生产、销售、使用以及有害元素的限定等制定相应的规范。

七、良好的物理环境 要创造健康的室内设计，还应该保证有一个良好

的物理环境，包括良好的通风、采光，适当的温度和湿度，良好的噪音控制等等，虽然这些工作表面上看起来并不属于室内设计师的范畴，但实际上室内设计师应该将这根弦时刻绷紧，只有室内设计师对此有了充分的认识，才有可能与工种师们紧密合作，共同创造一个良好的物理环境。此外，尽管有些任务只能由工程师来完成，但仍有不少内容完全是室内设计师可以直接完成的，因为工程师们已经研制出了许多可供设计师直接选用的机械、电器设备，如降噪和智能型的卫生洁具，各种空气和温湿度调节设备等。创造良好的物理环境，应该注意自然与高科技的紧密结合，具体地讲就是，通过自然方式就能解决的问题，决不采用人工的方式。如果靠自然条件不能达到要求，则应通过自然方式与人工方式的结合来达到目的。诸如在具有宜人气候的地区不管青红皂白将房间全部安装空调的做法，再也不应该出现。

#### 八、便于清洁的室内空间

在室内装修中，设计师们往往会忽视一个重要的总是，那就是空间的卫生死角。由于设计欠妥，许多地方很难或永远无法清洁，形成卫生死角。这在厨房、卫生间等油烟较重、较为潮湿的空间内更为严重，比如恭桶、水池、各类机械设备与墙面之间的缝隙、水管之间交叉空间等，这些地方，正是蟑螂、老鼠等害虫以及一些有害细菌滋生藏匿的地方，这些生物给人们带来了不少的麻烦，所形成的污染也常常对人体的健康造成极大的危害。目前，国外虽已开发出了没有死角，便于清洁的种种室内用具，但国内对于此方面的研究仍显薄弱，室内设计师对这些考虑也很不够，许多室内设计师甚至根本还没有这个意识，但是，为了“健康的室内设计”这个问题必须予以高度的重视

综上所述，创造健康

的室内设计，已成为关系到人们健康甚至生存的迫切需要解决的问题，同时它又是一个长期而艰苦的工作。要创造室内设计的健康风格，首先应该在人们的思想上引起高度的重视，以形成一个维护自我生存环境的全民性热潮。对于设计师来说，则可以从多方面着手，应该在遵循生态规律和美学法则的前提下，运用现代科技手段来改造自然，创造自然与人工结合的健康美、生态美。过去那种设计师与工种师各自为政，设计师瞧不起工程师的时代应该结束了。想念只要大家都来关心这一问题，就一定会给人们带来更高的生活质量。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)