

可持续建筑与老年人

作者：金兆炜 | 2017 年 6 月 28 日

在 21 世纪，我们享受着医疗保健的进步和生活环境逐渐良好。与我们的祖先相比，我们可说是过上了更好的生活，我们也因此对自己的健康不用那么费心。至今，死亡率处于历史最低水平并意味着我们生活在平均寿命较长的最佳时代，可这也会触发了一些我们以前尚未面临的危机。

应该解决的一些问题如：

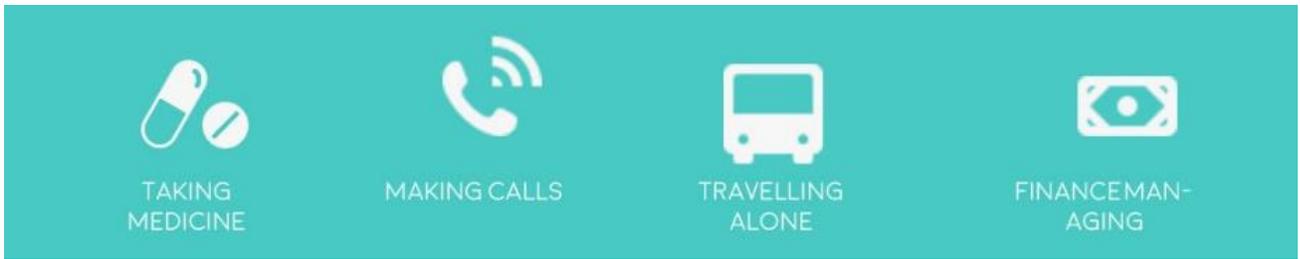
- 城市是否能够满足退休/老年人的需求？
- 未来的孩子是否能够在照顾退休父母的同时面对工作？
- 老年人生病的可能性很高，需要重症监护，临终关怀中心或老人院是他们将来希望被安置的地方吗？

以下是一些让我们了解如何联系老年人和未来城市起来的资讯：



以上显示了普通人每天能够毫不费力地执行的简单基本技能。如果一个人无法做到任何一项，他或她需要重症监护。此人最终将需进入特殊的训练设施，疗养院，老人家或临终关怀中心。



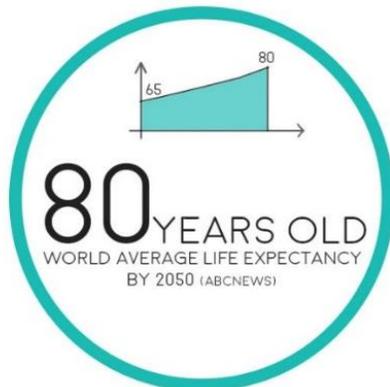


以上是生活在 21 世纪社会的必要技能。但是，如果一个人无法执行上述任何的任务，他或她还可以依靠其他人来协助完成这些任务。这就是家庭佣工，房屋管家和私人助理通常被雇用的原因。



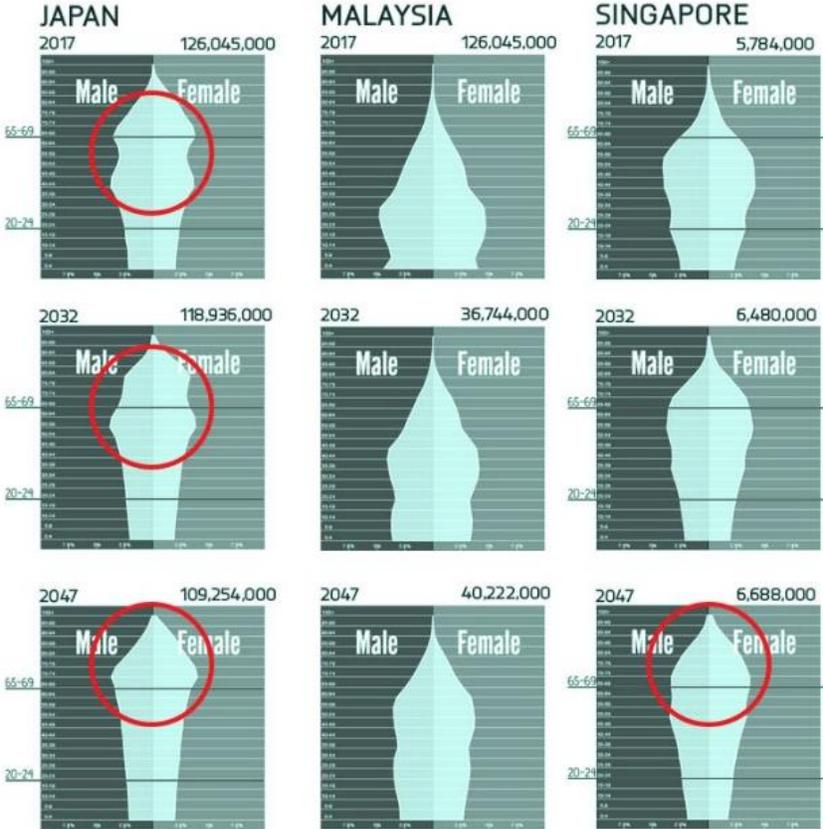
一项令人震惊的统计数据显示，每年有 3 名老年人中就有 1 人会摔倒！反而，受到车辆撞击的事故率是 113 分之 1，这实在是一个令人担忧的现象，那老人摔倒了该如何应对？

此外，81%的跌倒死亡人群是 65 岁及以上老人。也就是说，老人跌倒后有 5 分之 4 的可能性是致命的。为了正确看待事物，一旦我们达到 65 岁及以上，我们将有大约 27% 的机会跌死。相比之下，坐在飞机上比在 65 岁的身体里走动要安全得多。



到 2050 年，我们大多数人将能够活到 80 岁；这算是好消息，但也有坏的隐患。想象一下，我们将用 15 年的岁月（之前平均岁数为 65 岁）来填补我们的生活。当我们只有几个同伴并最终失去生命的目的时，这将会变得更加糟糕。

除此之外，急用时才开始注册疗养院，那费用也不会便宜（甚至无法考虑服务质量）。养老院居民将需要每月 7,300 令吉（1,600 美元）的惊人费用。十年处在疗养院将需要接近 RM1,000,000.00（考虑到通货膨胀后），即使不考虑医药费和其他杂项费用，这对大多数人来说是负担不起的。



日本已经开始体验老龄化的影响，老年人比年轻人尤其是有工作能力的人口更多。想象一下，这会需要多少护士和专业看护人士才能满足日益增加的老龄化人口需求呢？

幸运的是，我们仍然可以从现在开始做出改变。一下有一些解决方案可以减轻社会对照顾老人方面花费资源的负担。先进的汽车可以载老人去不同的地点；先进的生物技术将能够增强老年人肌肉的力量；智能城市将能够降低摔倒的可能性，区块链管理将能够优化最有需要的老年人可使用的资源。这显示了设计和建设对老年人友好的未来城市是有无限的方式来开始的。



POSSIBLE FUTURE SOLUTIONS

可持续性这一部分，应纳入建筑设计的考虑因素，以便将来我们（现在的年轻一代）能够在未来的老年生活中受益。在建筑实践方面，我们可以施加新的指导方针和严格的执法，以便可以纳入这类设计考量。此外，我们还可以将现有的住宅空间重新定义为对老年人和其他人更友好使用的空间。以下的思维架构是一些可以为这大局观做出贡献的想法和概念：

1. 改进指南

- a. 老人住宅区的防滑地板整理。
- b. 放置湾软地板在不同位置，以尽量减少撞击造成的伤害。
- c. 必须有辅助家具和夹具，如栏杆，坡道等。
- d. 密度控制促进睦邻关系。
- e. 绿色和自然保护区的增加并增加可用空间，如花园，公园，农场等。
- f. 靠近住宅的医疗机构，以减少路上花费的时间
- g. 电梯需要适合担架出入（在紧急期间使用）。
- h. 清晰的标牌和易于识别的外观或功能，以帮助阿尔茨海默氏症群体居住。
- i. 严格执行日光和通风要求，为老年人提供更好的可以得到日照和通风空间，而不是经常留在空调空间。

2. 建筑创新

- a. 重新定义老年人医疗保健设施的建筑设计，可以转型为度假村般的设施，以促进放松生活与热爱生活的心境。
- b. 重新定义与家人共同居住的老人住宅单元，以鼓励年轻一代与老人住在一起或更靠近老人。这将增强两/三代人之间的联系。
- c. 推出人类宠物住宅单元，鼓励老年人养宠物，这有助于减轻对同伴需求的依赖性。
- d. 增加多功能空间的整合，以满足老年人的需求，因为他们可能难以长途旅行。

- e. 引入新的社区中心，以满足老年人的社交和锻炼需求，因为目前的社区中心设计类型对周围社区而言没有太大的价值（大多数年轻一代的工作，没有时间使用这些设施）。
- f. 引入幼儿园和老人院结合在一起的中心，让老年人可以与年轻一代互动，而年轻一代可以从老年人的指导中受益。

金兆炜

建筑师

IPM 专业咨询服务

***本中文译本仅供参考之用。如中文译本之文义与英文原文有歧义，概以英文原文为准。*