

需求主导下的适老化康复景观设计

王瑞贤

摘要：20 世纪 90 年代以来，由于中国经济的飞速发展和医疗水平的不断提高，人的平均寿命得到了延长。2021 年全国第七次人口普查结果显示，我国 60 岁以上的人口已经占总人口的 18%，目前我国已经呈现老龄化状态。在此背景之下，适老化的康复景观设计应运而生。经过悉心设计的自然景观对于人类身心健康有着一定的积极作用，对于老年人的影响更是不容忽视。我国目前已经出现了许多康养景观，但是老年人的心理特征和对环境的需求与普通患者不同。本文将从老年患者的需求角度出发，从生理和心理两个层面来分析其对环境的需求，探讨如何进行康复性景观的适老化设计，并结合两个优秀案例，以期为今后的康复性景观适老化设计提供设计思路。

关键词：景观设计 康复景观 适老化设计

康复性景观虽然是近年来才出现的新兴词汇，但是利用自然来调养生息，起到一个疗养、修补作用的康养景观却一直存在于人类社会中，例如中国的园林景观、中世纪的修道院和日本的枯山水等等，都是康复性景观的早期表现形式。近几十年来的研究证实，景观确实能对人类的健康起到一定的作用，然而考虑到不同年龄阶段的患者对于环境的需求也有所不同，康复性景观设计也应“对症下药”。年龄的增长使老年人所扮演的社会角色发生转变，生理和心理也发生相应的改变，例如身体机能衰退、承受能力下降等，因此，针对这类人群的景观设计应该有别于全龄段社区，探讨如何根据老年人需求，进行康复景观的适老化设计十分必要。

一、康复景观的设计理论总结

（一）康复景观

康复景观是指“能恢复或保持健康”的环境。^[1]环境在帮助人类维护心理及生理健康等方面起着至关重要的作用，George L. Engel 于 1977 年提出了

“生物－心理－社会医学模式”（bio-psycho-social medical model）用以反对片面的生物医学模式。该理论强调了环境的重要性。^[2]该理论的提出使得许多研究者也开始进行了相关的研究，证实了自然环境对比城市环境确实更有益于患者的康复。

（二）适老化景观

适老化景观是指针对老年人群体的特点，对景观要素中的植物配置、地形、水系、景观小品、道路系统、空间划分、景观材料选择、景观照明等方面进行针对性设计，区别于全龄化景观设计，更加强调景观的功能性和适老性。^[3]

（三）适老化康复景观的设计要点

研究人员认为，自然景观对于恢复和保持身体健康都起到一定的积极作用。在进行康复性景观的设计应该注意对自然景观的把控，从生理和心理两方面入手，通过分析使用人群及其心理特征对功能分区与规划、物理环境和配套设施等方面进行更加全面的考量。

二、老年人的需求及老年康复景观的设计要点

老年人与其他年龄段的人群不同。埃里克森关于人生发展的八个阶段理论将 65 岁以上的人群划分为成熟期。进入中年以后，随着年龄的增长，人身体机能也在不断地衰退，埃里克森认为 65 岁的人群处于一个自我调整和绝望期的冲突阶段，因此处在这一时期的人群必须要是对自己的心理状态进行调整和适应，更应该根据这一特点做出有针对性的适老化设计，这样才有可能达到理想的康复效果。

（一）老年人的生理特点及对环境的相应需求

在进行适老化的康复景观设计时考虑使用人群的特点十分必要，老年人对环境的需求也并非都是相同的，需要在使用人群上进行更加精细化的划分。例如，由于身体机能的衰退伴随着的身体各个器官的功能逐渐减弱，可能造成不同程度上的听觉、视觉的衰退或其他运动功能的丧失。这些生理上的变化必然会影响老年人的心理状态，因此需要根据不同的障碍人群对环境相应的心理需求来进行康复性景观的设计。

使用人群	运动方式	对环境的需求	心理特征	心理需求	对环境的需求
听觉障碍患者	无法听见周围声音或听力障碍，无法感知周围环境，需要助听器或护工辅助运动。	依靠视觉、嗅觉、触觉等感知环境，在植物的种植上可考虑选择带有疗养功能的植物。	恐惧	安全需求	身体机能的下降使老年患者的身体无法灵活应对各种突发事件，因此设计时要无障碍设计和应急报警装置等。
视觉障碍患者	无法观察周围环境的视觉缺失或视觉障碍，需要依靠盲杖或导盲犬等辅助运动。	依靠听觉、嗅觉、触觉等感知环境。可选择有芳香疗养功能的植物，注意规划场地内的无障碍设计。	孤独	社交需求	退休后的老年人离开职场，加之与忙于工作的子女不能及时沟通，容易让老人产生孤独感，所以适老化的景观设计需要提供交流场所，满足老年患者的社交需要。
行走障碍患者	行走能力缺失或障碍，需要轮椅、拐杖等辅助运动。	有着正常的感知能力，遇到崎岖狭窄或不平坦的小路有通行困难，需要规划好场地内的无障碍设计，考虑各场地的可达性。	自卑	自尊和爱的需求	由于老年人逐渐与社会脱节，对日新月异的社会变化和快速更新迭代的电子产品不能够快速适应，因此有归属感的景观设计对老年患者来说极为重要。
阿尔兹海默症患者	伴随着行为损害的进行性认知障碍，生活能力下降，需要护工协助运动。	有记忆障碍，需要进行合理的道路规划，如设计环形步道防走失等。	多疑	认知需求	学习是伴随人一生的行为，老年人也同样需要学习新的知识，提高认知水平来适应社会。因此在设计中应留有一部分文化空间，满足老年人的认知需求。
健全人	可以独立运动，正常使用各种景观设施。	老人家属或护工，需要考虑场地的驻足性和交往性。	焦虑	美的需求	身体素质的下降会带来一系列情绪上的变化，焦虑是老年人常见的情绪，规划合理、比例协调的景观设计对于缓解老年人的焦虑有着极大的帮助。
			失落	自我实现的需求	脱离生产岗位后的老年人，生活中出现了大面积的空白时间，此时极易产生失落感，合理地设置娱乐空间，能够填补老年人的生活空白，满足其自我实现的需求。

（二）老年人的心理特点及对环境的相应需求

除了生理需求之外，老年人的心理需求也应该被考虑在设计当中。老年人退休以后，逐渐与社会的生产环境相脱离，人际关系也发生变化，个人角色从社会的参与者转变成旁观者，在这种落差之下老年人容易产生孤独感，甚至出现抑郁等情绪，因此老年人的心理问题不容忽视。我们将从老年人的心理特征入手，分析其对环境的需求，尝试梳理出相应的设计策略。

（三）适老化康复景观的设计要点

适老化康复景观主要从植物、道路和功能分区三个方面入手进行设计。植物的选型在康复性景观设计中显得尤为重要，应根据人群对环境的需求选择植物，大体上可将植物分为三种类型。一是保健治疗型植物，例如芍药、芦荟、麦冬等。满足审美的同时起到一定的治疗效果。二是芳香型植物，例如迷迭香、蜡梅、桂花等。基于视觉障碍者的需求，植物的选型不应该仅仅考虑效果和成活率，更应该考虑到观赏者的感受。三是观赏性植物。视觉

系统在整个感知系统中发挥的作用最为明显，因此在选择观赏型植物时要考虑植物的颜色、形态、体积等，营造出颜色和谐、高低错落有致的景观不仅可以帮助患者的恢复，也可为场地增加一定的可驻足性。^[4]

道路设计除了保证各区域之间的可达性，还需考虑到使用人群的安全需求。老年人的身体机能下降，会导致安全感一定程度上的缺失。满足安全需要的无障碍设计要尽可能地避免所有潜在的危险，如地面高低落差的处理、坡道和盲道的防滑处理等。无障碍设计要求设计师在设计时有一定的预见性。^[5]

相比植物选型和道路设计，功能区域的划分对于整个设计起主导作用，合理有序的功能布局可以使老年人平复心情。针对老年人的心理特点，我们总结了在划分功能分区时应该遵循的设计原则。第一是安全性。老年人对比其他年龄段的人群而言身体机能和反应能力的水平都较为低下，因此划分空间布局时必须把安全性放在首位。第二是设计要以

自然为本。设计康复性景观需要考虑自然对人体的疗养作用，遵循自然，最大可能地利用自然中的景观元素，尽量做到低成本维护。第三是可达性。在功能区的划分上不可过分复杂，还应充分考虑到使用人群的兼容性，确保满足不同障碍患者及其家人、护工等等使用人群的需求。

三、需求主导下的康复景观设计

我国的适老化景观设计尚处于发展中，虽然已经有一些康复花园的出现，但在针对老年人的设计上还应该多去考虑老年人的需求，从需求出发进行设计。通过研究优秀的康复花园设计作品可以使我们更加直观地了解从需求出发进行康复景观设计的设计方法和思路，并从中汲取宝贵的养分。

（一）索菲亚·路易斯·德布里奇韦格康复花园

索菲亚·路易斯·德布里奇韦格康复花园（The Sophia Louise Durbridge-wege Living Garden）位于美国密歇根州，占地 2023 平方米，是当地第一个专门为阿尔兹海默症所设计的康复花园，由 Martha



Tyson 承担设计工作。园区主要分为两部分。一是散步区，也就是园区的主园区，简明的道路系统是此设计的核心部分。有研究表明阿尔兹海默症患者通常伴有进行性认知障碍，因此该案例的散步区道路多为环形道路或 8 字形道路，保证可选择的道路数量最少且全程没有死路，这种道路设计可以减缓患者焦躁情绪，同时还能有效地防止其走失。二是园艺活动区，该区域位于建筑东部，园区内的植物使用患者熟悉的多年生、花期长的植物代替维护费用较高的植物，保证四季有景并且降低了成本。考虑到患者对于温度的变化较为敏感，而进行性的认知障碍使患者又无法正确地识别外部温度的变化，设计师在植物的配置上着重挑选了可调节温度的植物，并且设计了多处遮阳棚等保证园区内有充足的阴凉。（图 1）^[6]

（二）康沃尔公爵脊柱治疗中心霍雷肖花园

位于英国的康沃尔公爵脊柱治疗中心霍雷肖花园占地约为 1093 平方米，于 2012 年由 Cleve West 景观设计公司负责设计建成，是专门为有行走障碍的脊柱受损的患者所设计的康复花园。霍雷肖花园的设计一改传统枯燥乏味的康复环境，其设计的核心是注重患者的心理需求，增加患者与自然和其他人的接触、使患者感受到被社会需要，因而

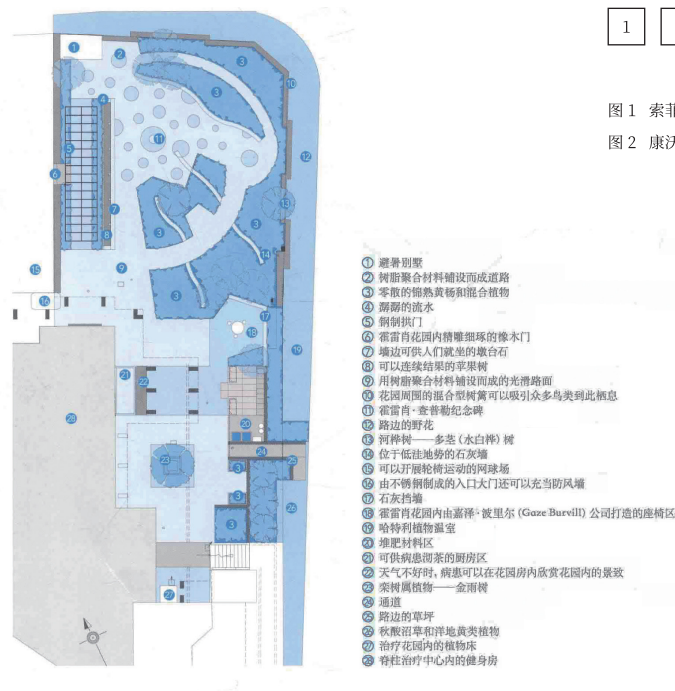


图 1 索菲娅·路易斯·德布里奇韦格康夏花园平面图

图 2 康沃尔公爵脊柱治疗中心霍雷肖花园平面图

园区内设置了许多趣味性十足的互动空间。脊柱受损的患者许多只能躺在病床上，霍雷肖花园在设计时考虑到了这部分患者的特殊性，因此园区内的活动空间大多数都可以满足卧床患者的进出和运动。例如，卧床患者可以在志愿者的帮助下直接来到植物采摘园躺在病床上采摘果实。该设计使病床和轮椅都可以自由地出入，让患者在大自然中疗养，从而加快患者的康复速度。（图 2）^[7]

四、结论

通过对自然助益理论的学习和研究相关优秀的设计作品，笔者认为，进行适老化的康复景观设计的核心应该是满足老年患者的心理及生理两方面的需求而非拘泥于建筑形式。老年人，尤其是老年患者，与其他患者对环境的需求有所差异。日渐衰退的生理机能、安全感的缺失、焦躁恐惧和孤独的情绪等等，都需要考虑在设计当中，并且通过设计给予他们一定的帮助。中国人与其他地区的人民在思想、生活方式、生活习惯等方面都有所差异，反映在设计上也不应相同，所以做好适老化康复景观设计，不应是对西方已有的设计经验照搬照抄，而应该结合本国的国情，设计出适合中国人的老年康复景观。

参考文献

[1] 曹媛. 基于康复性条件下儿童医院景观设计方法研究. 长安大学硕士学位论文, 2015.

[2] Engel G L. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. Science, 1977(196).

[3] 李云鹏. 适老化康复景观设计研究. 清华大学硕士学位论文, 2013.

[4] 李韬. 基于循证设计的康复医院疗养空间外部环境康复性景观设计研究. 西南交通大学硕士学位论文, 2017.

[5] 谭蓓. 城市公共空间无障碍设计研究. 湖南大学硕士学位论文, 2013.

[6] Marcus C C. No ordinary garden: Alzheimer's and other patients find refuge in a Michigan dementia-care facility. Landscape Architecture. 2005, 95(3).

[7] 戴维·坎普. 康复花园. 潘潇潇译. 桂林: 广西师范大学出版社, 2016.

（王瑞贤，助理工程师，云南大学硕士研究生）