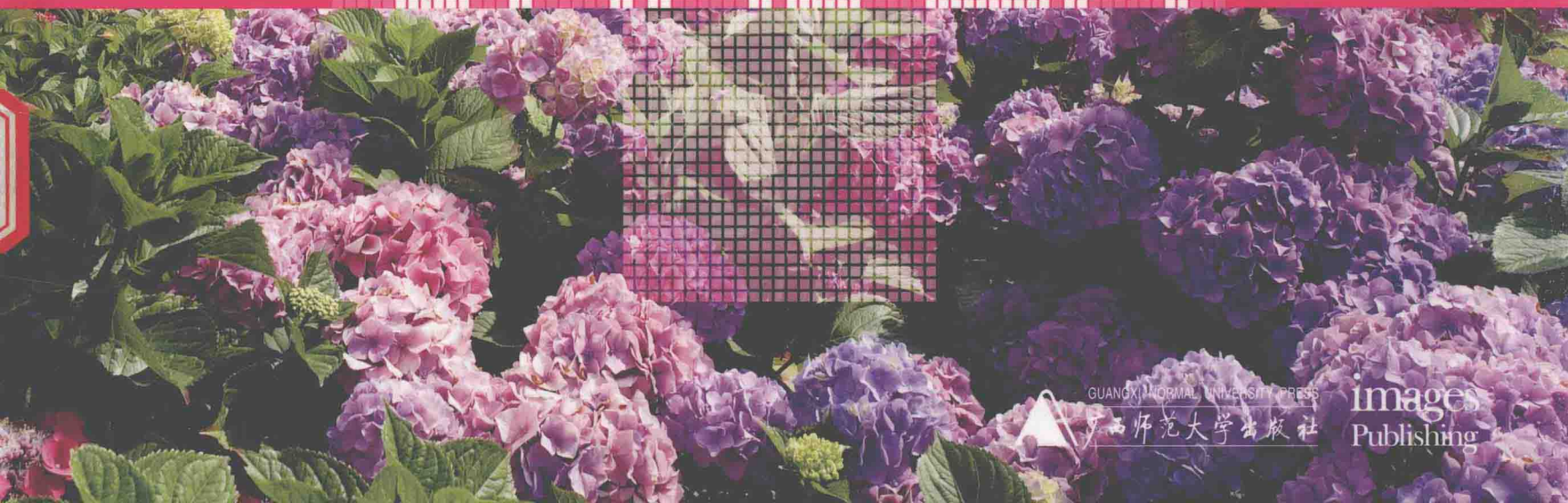
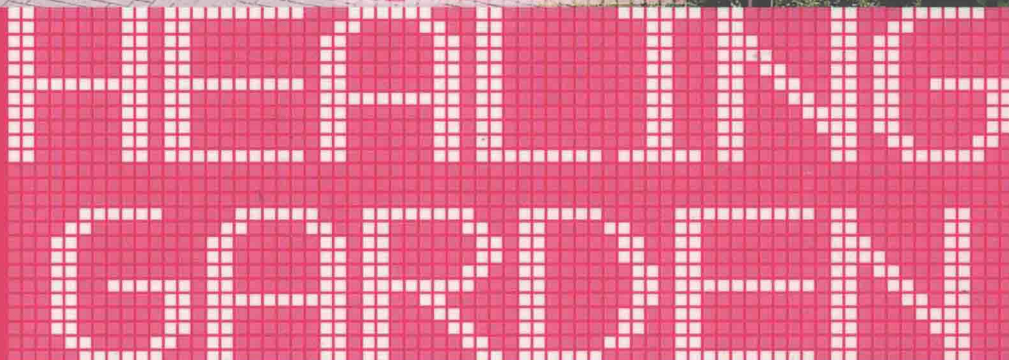




(美) 戴维·坎普 / 编
潘潇潇 / 译

康复花园



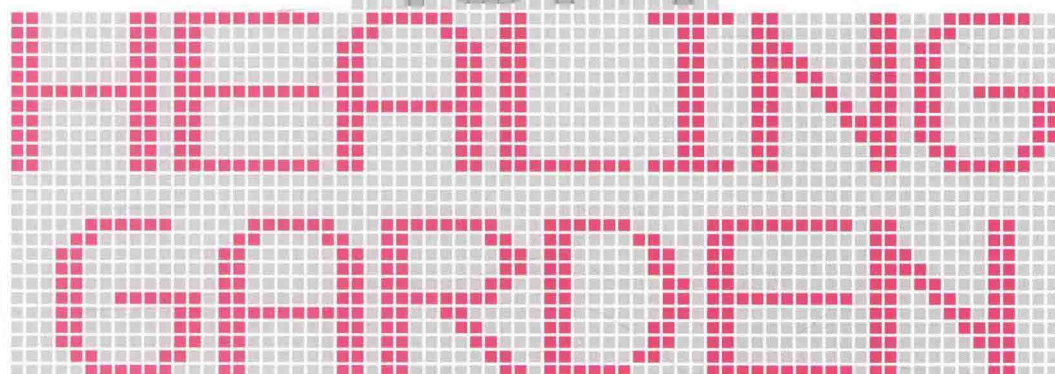
GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社

images
Publishing

康复花园

(美) 戴维·坎普 / 编
潘潇潇 / 译



广西师范大学出版社
· 桂林 ·

images
Publishing

图书在版编目(CIP)数据

康复花园 / (美)坎普 编;潘潇潇 译. —桂林: 广西师范大学出版社, 2016. 2

ISBN 978 - 7 - 5495 - 7400 - 1

I. ①康… II. ①坎… ②潘… III. ①花园—园林设计 IV. ①TU986. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 260510 号

出品人: 刘广汉

责任编辑: 肖莉 李丽

版式设计: 张晴

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)
(网址: <http://www.bbtpress.com>)

出版人: 何林夏

全国新华书店经销

销售热线: 021 - 31260822 - 882/883

利丰雅高印刷(深圳)有限公司印刷

(深圳市南山区南光路 1 号 邮政编码: 518054)

开本: 635mm × 1 016mm 1/8

印张: 31 字数: 80 千字

2016 年 2 月第 1 版 2016 年 2 月第 1 次印刷

定价: 258.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷单位联系调换。

前言

我认为设计是一种价值观念的表达。在设计环境内，我们可以通过建造用于休闲、生活、工作、学习和治愈的场所来表达我们的希冀和愿景。

我们必须牢记这一点，即我们是自然的产物。因此，在人类进化历经成百上千年的发展之后，人类文化不断进步，这是人类与自然环境之间进行互动和响应的结果。我们的文化愿景甚至也在功能上和诗意上与自然有着密切的联系。然而，近几个世纪以来，科技的不断发展给予了我们大幅度改变自然界的机会。被看作是钟摆的全球文化一直向着减少与自然的直接联系摆动，这样一来，如今的一些人甚至已经开始对将自然纳入除技术进步和技术支持来源之外的需求表示质疑。随着全球城市化进程的加快，个人和社会与自然的直接联系正逐渐被边缘化。

幸运地是，本书收录的项目将向读者说明如下内容，即：全球文化正在调转方向，朝着人类对自然的包容性理念发展。城市历史学家山姆·巴斯·沃纳 (Sam Bass Warner) 将这种趋势称为是“对共同智慧的重新探索”，而社会生态学者斯蒂芬·科勒特 (Stephen Kellert) 则认为这种趋势是我们与生俱来的权力。世界著名生物学家 E. O. 威尔逊 (E. O. Wilson) 将这种趋势描述为人类热爱生命的天性，“与其他生命形式紧密联系的强烈欲望”。

在疾病和危机盛行的年代，平衡性和持续性受到了极大的威胁，而我们的孤立感和脆弱感则更为明显。与那个年代相比，如今的人们希望与自然保持联系的需求或许已不是那么地迫切。越来越多的研究表明，与自然保持联系对于健康和幸福来说是十分必要的。与自然保持联系的益处正在以多种方式显现出来，其中便包括减轻压力和沮丧的情绪、鼓励锻炼和社交联系、少用药物治疗的情况下加快康复的速度等。

这种理念和观念上的转变需要我们做出敏锐的、适合的、创新的设计反应——简单地说，是需要做出整体的设计反应。我们乐于接受未来的动态而复杂的变化——气候、资源及其他力量上的变化，这不仅要求我们对康复艺术与科学问题的

历史和文化基础进行反思，还要求我们借助对话与协作将设计作为一种社会艺术展开。

复杂的设计环境需要设计师与可以将概念的关注点和关系到项目成功与否的细节的神秘性明确有力地表达出来的专家之间的通力合作。正在进行的最为激动人心的进展情况是几个将设计与健康联系起来的协作性研究项目。从已建立的医疗环境，例如医院和辅助性生活设施，到包括公园环境、街坊和社区及已恢复自然生态系统内的专门花园在内的大型环境，众多机构已经认识到这种协作性项目的优势。

总的来说，这些协作巩固了被我称为“健康建筑”的发展。这种说法要求我们专注于在各种环境内对构建健康的进程展开探索——从夹杂着个人需求的公共需求到决定整体环境健康的政策。这些在协作过程中产生的问题已经开始向我们展示了开展研究项目的需求，而这些研究项目已经让健康问题成为了我们生活的主旋律。

罗博专项研究奖学金是一种推动协同工作的重要方式。哈佛大学设计研究院的罗博奖学金是一项为世界各地杰出的设计从业者设置的独立性研究专业奖项。为了扩大一年期项目的影响，奖学金还为多种背景的罗博研究员的研究首创精神提供资金，从而鼓励设计从业者在面对建造环境和自然环境的重大挑战时通力合作。我曾有幸参与了三个健康设计研究项目，从益于身心康复的治疗性设计方案到在充满挑战的城市环境内对身体发展与公众健康的交叉点进行探索。

设计环境有助于改善健康，帮助人们应对身体状况欠佳问题的同时，重塑人们改善健康的选择。事实上，这种设计理念可以超越一切特定的范围：设计可以通过将人类健康与环境健康联系起来，帮助个体选择合并为集体选择，从而让我们的社会、城市和世界更富生气、更加平衡。

戴维·坎普

序言

1984年,罗杰·乌尔里希发表了一篇名为《病房外的景致可能会给术后康复带来积极影响》的开创性论文,文中指出时常观赏户外景致的病患要比整天面对病房墙壁的病患康复得快、出院早,医学界已经逐渐认识到可接近性户外空间的重要性。这一重要的研究表明,自然环境会给病患的健康带来可以预见的积极影响,同时也建立起亲近自然的商业案例。许多可以改善病患健康的成果——例如,住院时间、止疼药的规定剂量——直接转化为潜在的成本结余。医学界不只是将花园和可接近性户外空间视作康复环境内的装饰性空间,还将它们视作康复环境必不可少的一部分。

在过去的三十年里,医院、高级养老院和阿兹海默症康复机构内陆续地修建起花园。其中的部分花园是面向年迈体弱的老者或是患病儿童等特定的年龄群体修建的。近年来,我们留意到医疗机构内已经开始修建面向癌症病人或是烧伤病人等可以满足病患特殊需求的花园。而其中最为成功的花园是由设计师、医护人员、病患及病患家属共同参与设计的。近年来的另一趋势是治疗战争创伤后压力心理障碍症(丹麦、英国和美国说法)花园的修建和实验性花园的修建,实验性花园是为治疗抑郁症或“精神烦躁综合征”(瑞典说法)而修建的。

与此同时,环境心理学、地理学、人类学等领域的研究人员也对此进行了研究。研究表明,在公共绿地附近居住会带来健康效益;有机会接触绿色庭院的低收入居民可以获得社会效益;在带有绿色景观的高中内,学生的学习成绩有所提高。在日本,人们更为关注是“森林浴”的功效;在英国,人们更为关注的是“绿色运动”。规划师和决策者认识到,无论在何种环境下,而不仅仅是在医疗机构内,我们都应该拥抱自然,这一点是极为重要的。如此看来,我们已经充分地了解了我们的祖先很久以前便知道的事实:人类在有水的绿色环境中进化并存活下来,这种意识已经深植于我们的灵魂和肉体,我们依然需要维持这种联系。能够意识到这一点,也是值得庆幸的。如今,我们需要的比以往的任何时候都要多。当今社会,大多

数人都在城市中居住,人们依赖着电脑,在有空调的办公室内办公,与大自然接触的机会少之又少。

90年代中期,第一座现代的康复花园在美国建成。如今,中国、日本、澳大利亚、西欧及世界其他地区已经逐渐意识到在医疗机构内及更为广阔的城市环境内修建有益空间的必要性。此时此刻,制作并出版一本关于康复花园的图书是十分必要的,也必将受到广泛的欢迎。我们这些推动康复性户外空间发展、致力于康复性户外空间研究和设计的专业人士也需要相互切磋。如今,人们已经对大自然的恢复性力量有了一定的认识,而世界各地和各种机构也都在修建或是正在着手修建康复性户外空间,面对如此景象,我们备受鼓舞、倍感振奋。

本书的出版将鼓舞和激励两类读者群体:计划修建康复性户外空间的委托方和出资修建康复性户外空间的投资方及将委托方的需求转化为出色的康复环境的设计师(主要是景观设计师)。



克莱尔·库珀·马库斯

加利福尼亚大学伯克利分校建筑与风景园林系荣誉退休教授

克莱尔·库珀·马库斯与内奥米·萨克斯(Naomi A. Sachs)共同著有《康复景观:

康复花园与康复性户外空间的循证设计方法》(霍博肯,新泽西州约翰·威立出版社,2014年)一书

目 录

4 前言

5 序言

6 1 康复花园

8 2 医疗机构室外景观设计

15 3 儿童治愈花园

18 4 老年人户外活动空间

23 5 阿兹海默症疗养花园

27 6 安养院花园

29 参考文献

30 埃斯肯纳茨医院
康复花园

38 祖特尔梅尔小镇维瓦尔第保健中心

44 丹伯里医院康复花园

50 皇冠空中花园

56 爱因斯坦医疗中心康复花园

60 艾卡米诺医院康复花园

64 凯撒医疗集团圣莱安德罗
医疗中心

68 乔尔·沙佩尔纪念花园

72	坎普希尔·根特老年公寓	174	伊丽莎白及诺娜·埃文斯 康复花园
78	圣布里吉德医院花园	180	生命康健中心花园
80	凯撒医疗集团瓦莱约医疗中心康复花园	186	迈阿密山谷医院康复花园
84	长老会医疗服务 中心	192	霍雷肖花园
90	汉诺威医院花园	202	马克思·塔伦鲍姆康复花园
94	布伦特里康复医院庭院	208	克洛丽丝·G·英格拉姆精神女性公园
100	瓦伦西亚医院 康复花园	216	帕洛玛医疗中心
110	日德兰半岛临终关怀医院	222	波纹康复花园
120	蒙特尔癌症中心	226	陆军医院花园
124	退伍军人事务处新医疗中心	230	贾奇·费希尔高级花园
130	东京都健康长寿医疗中心花园	234	海洋医疗中心康复花园
134	雕塑花园	238	美国俄亥俄州国家儿童医院
138	诺玛花园	246	索引
144	罗萨广场		
152	长庚康复医院		
160	多伦多东部综合医院花园		
164	洛杉矶县和美国南加州大学 医学中心		
170	首都健康医疗中心		

康复花园

(美) 戴维·坎普 / 编
潘潇潇 / 译



广西师范大学出版社
· 桂林 ·

images
Publishing

目 录

4 前言

5 序言

6 1 康复花园

8 2 医疗机构室外景观设计

15 3 儿童治愈花园

18 4 老年人户外活动空间

23 5 阿兹海默症疗养花园

27 6 安养院花园

29 参考文献

30 埃斯肯纳茨医院
康复花园

38 祖特尔梅尔小镇维瓦尔第保健中心

44 丹伯里医院康复花园

50 皇冠空中花园

56 爱因斯坦医疗中心康复花园

60 艾卡米诺医院康复花园

64 凯撒医疗集团圣莱安德罗
医疗中心

68 乔尔·沙佩尔纪念花园

72	坎普希尔·根特老年公寓	174	伊丽莎白及诺娜·埃文斯 康复花园
78	圣布里吉德医院花园	180	生命康健中心花园
80	凯撒医疗集团瓦莱约医疗中心康复花园	186	迈阿密山谷医院康复花园
84	长老会医疗服务 中心	192	霍雷肖花园
90	汉诺威医院花园	202	马克思·塔伦鲍姆康复花园
94	布伦特里康复医院庭院	208	克洛丽丝·G·英格拉姆精神女性公园
100	瓦伦西亚医院 康复花园	216	帕洛玛医疗中心
110	日德兰半岛临终关怀医院	222	波纹康复花园
120	蒙特尔癌症中心	226	陆军医院花园
124	退伍军人事务处新医疗中心	230	贾奇·费希尔高级花园
130	东京都健康长寿医疗中心花园	234	海洋医疗中心康复花园
134	雕塑花园	238	美国俄亥俄州国家儿童医院
138	诺玛花园	246	索引
144	罗萨广场		
152	长庚康复医院		
160	多伦多东部综合医院花园		
164	洛杉矶县和美国南加州大学 医学中心		
170	首都健康医疗中心		

前言

我认为设计是一种价值观念的表达。在设计环境内，我们可以通过建造用于休闲、生活、工作、学习和治愈的场所来表达我们的希冀和愿景。

我们必须牢记这一点，即我们是自然的产物。因此，在人类进化历经成百上千年的发展之后，人类文化不断进步，这是人类与自然环境之间进行互动和响应的结果。我们的文化愿景甚至也在功能上和诗意上与自然有着密切的联系。然而，几个世纪以来，科技的不断发展给予了我们大幅度改变自然界的机会。被看作是钟摆的全球文化一直向着减少与自然的直接联系摆动，这样一来，如今的一些人甚至已经开始对将自然纳入除技术进步和技术支持来源之外的需求表示质疑。随着全球城市化进程的加快，个人和社会与自然的直接联系正逐渐被边缘化。

幸运地是，本书收录的项目将向读者说明如下内容，即：全球文化正在调转方向，朝着人类对自然的包容性理念发展。城市历史学家山姆·巴斯·沃纳 (Sam Bass Warner) 将这种趋势称为是“对共同智慧的重新探索”，而社会生态学者斯蒂芬·科勒特 (Stephen Kellert) 则认为这种趋势是我们与生俱来的权力。世界著名生物学家 E. O. 威尔逊 (E. O. Wilson) 将这种趋势描述为人类热爱生命的天性，“与其他生命形式紧密联系的强烈欲望”。

在疾病和危机盛行的年代，平衡性和持续性受到了极大的威胁，而我们的孤立感和脆弱感则更为明显。与那个年代相比，如今的人们希望与自然保持联系的需求或许已不是那么地迫切。越来越多的研究表明，与自然保持联系对于健康和幸福来说是十分必要的。与自然保持联系的益处正在以多种方式显现出来，其中便包括减轻压力和沮丧的情绪、鼓励锻炼和社交联系、少用药物治疗的情况下加快康复的速度等。

这种理念和观念上的转变需要我们做出敏锐的、适合的、创新的设计反应——简单地说，是需要做出整体的设计反应。我们乐于接受未来的动态而复杂的变化——气候、资源及其他力量上的变化，这不仅要求我们对康复艺术与科学问题的

历史和文化基础进行反思，还要求我们借助对话与协作将设计作为一种社会艺术展开。

复杂的设计环境需要设计师与可以将概念的关注点和关系到项目成功与否的细节的神秘性明确有力地表达出来的专家之间的通力合作。正在进行的最为激动人心的进展情况是几个将设计与健康联系起来的协作性研究项目。从已建立的医疗环境，例如医院和辅助性生活设施，到包括公园环境、街坊和社区及已恢复自然生态系统内的专门花园在内的大型环境，众多机构已经认识到这种协作性项目的优势。

总的来说，这些协作巩固了被我称为“健康建筑”的发展。这种说法要求我们专注于在各种环境内对构建健康的进程展开探索——从夹杂着个人需求的公共需求到决定整体环境健康的政策。这些在协作过程中产生的问题已经开始向我们展示了开展研究项目的需求，而这些研究项目已经让健康问题成为了我们生活的主旋律。

罗博专项研究奖学金是一种推动协同工作的重要方式。哈佛大学设计研究院的罗博奖学金是一项为世界各地杰出的设计从业者设置的独立性研究专业奖项。为了扩大一年期项目的影 响，奖学金还为多种背景的罗博研究员的研究首创精神提供资金，从而鼓励设计从业者在面对建造环境和自然环境的重大挑战时通力合作。我曾有幸参与了三个健康设计研究项目，从益于身心康复的治疗性设计方案到在充满挑战的城市环境内对身体发展与公众健康的交叉点进行探索。

设计环境有助于改善健康，帮助人们应对身体状况欠佳问题的同时，重塑人们改善健康的选择。事实上，这种设计理念可以超越一切特定的范围：设计可以通过将人类健康与环境健康联系起来，帮助个体选择合并为集体选择，从而让我们的社会、城市和世界更富生气、更加平衡。

戴维·坎普

序言

1984年,罗杰·乌尔里希发表了一篇名为《病房外的景致可能会给术后康复带来积极影响》的开创性论文,文中指出时常观赏户外景致的病患要比整天面对病房墙壁的病患康复得快、出院早,医学界已经逐渐认识到可接近性户外空间的重要性。这一重要的研究表明,自然环境会给病患的健康带来可以预见的积极影响,同时也建立起亲近自然的商业案例。许多可以改善病患健康的成果——例如,住院时间、止疼药的规定剂量——直接转化为潜在的成本结余。医学界不只是将花园和可接近性户外空间视作康复环境内的装饰性空间,还将它们视作康复环境必不可少的一部分。

在过去的三十年里,医院、高级养老院和阿兹海默症康复机构内陆陆续续地修建起花园。其中的部分花园是面向年迈体弱的老者或是患病儿童等特定的年龄群体修建的。近年来,我们留意到医疗机构内已经开始修建面向癌症病人或是烧伤病人等可以满足病患特殊需求的花园。而其中最为成功的花园是由设计师、医护人员、病患及病患家属共同参与设计的。近年来的另一趋势是治疗战争创伤后压力心理障碍症(丹麦、英国和美国说法)花园的修建和实验性花园的修建,实验性花园是为治疗抑郁症或“精神烦躁综合征”(瑞典说法)而修建的。

与此同时,环境心理学、地理学、人类学等领域的研究人员也对此进行了研究。研究表明,在公共绿地附近居住会带来健康效益;有机会接触绿色庭院的低收入居民可以获得社会效益;在带有绿色景观的高中内,学生的学习成绩有所提高。在日本,人们更为关注是“森林浴”的功效;在英国,人们更为关注的是“绿色运动”。规划师和决策者认识到,无论在何种环境下,而不仅仅是在医疗机构内,我们都应该拥抱自然,这一点是极为重要的。如此看来,我们已经充分地了解了我们的祖先很久以前便知道的事实:人类在有水的绿色环境中进化并存活下来,这种意识已经深植于我们的灵魂和肉体,我们依然需要维持这种联系。能够意识到这一点,也是值得庆幸的。如今,我们需要的比以往的任何时候都要多。当今社会,大多

数人都在城市中居住,人们依赖着电脑,在有空调的办公室内办公,与大自然接触的机会少之又少。

90年代中期,第一座现代的康复花园在美国建成。如今,中国、日本、澳大利亚、西欧及世界其他地区已经逐渐意识到在医疗机构内及更为广阔的城市环境内修建有益空间的必要性。此时此刻,制作并出版一本关于康复花园的图书是十分必要的,也必将受到广泛的欢迎。我们这些推动康复性户外空间发展、致力于康复性户外空间研究和设计的专业人士也需要相互切磋。如今,人们已经对大自然的恢复性力量有了一定的认识,而世界各地和各种机构也都在修建或是正在着手修建康复性户外空间,面对如此景象,我们备受鼓舞、倍感振奋。

本书的出版将鼓舞和激励两类读者群体:计划修建康复性户外空间的委托方和出资修建康复性户外空间的投资方及将委托方的需求转化为出色的康复环境的设计师(主要是景观设计师)。



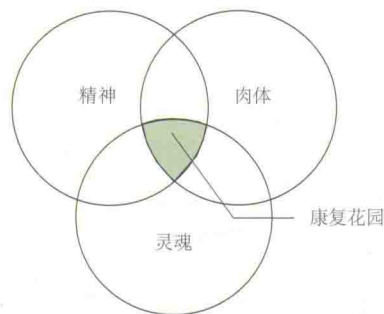
克莱尔·库珀·马库斯

加利福尼亚大学伯克利分校建筑与风景园林系荣誉退休教授

克莱尔·库珀·马库斯与内奥米·萨克斯(Naomi A. Sachs)共同著有《康复景观:

康复花园与康复性户外空间的循证设计方法》(霍博肯,新泽西州约翰·威立出版社,2014年)一书

康复花园的概念



1/ 康复花园

作者: 海瑟姆·厄尔·巴姆雷博士 (Dr. Hesham El Barmelgy)

城市设计与可持续发展部门副教授, 开罗大学城市规划科《康复花园设计》, 出版于 2014 年 6 月, 《教育与调查国际杂志》

(<http://www.ijern.com/journal/June-2013/43.pdf>)

1.1. 简介

“健康”和“幸福”一直是“生活品质”的体现形式,而“生活品质”被认为是一种衡量“社会可持续发展”程度的方式。世界卫生组织 (WHO) 给“健康”赋予了这样的定义:健康乃是一种在身体上、精神上的完满状态,以及良好的社会适应力,而不仅仅是没有疾病或衰弱的状态。“健康”是一种维持人类正常生活的基本需求。人们已经就自然、康复与健康之间的关系展开了大量的调查研究。

健康研究项目和园艺疗法项目证实健康与花园之间存在着一定的联系。花园不仅被看作是物理疗法的源头,而且还是精神疗法的源头。所有人都在谋求健康,并且希望自己拥有一个健康的体魄,因此,健康是人类社会的永恒主题。健康是一种积极的生活状态,包括生活格局和生活环境两个方面。我们不应该只将康复花园的概念归结为病患的需求,因为康复花园对健康人来说同样重要。

1.2. 康复花园的概念

1.2.1. 可持续性与康复花园的概念

绿色植物是一种可持续发展的景观形式,给人们的生活和公共卫生体系带来潜在积极的影响。因此,需要将自然环境的重要性与建筑环境和市民健康联系起来。人们已经注意到,城市的绿色植物对城市居民的健康来说至关重要。大脑有两种注意类型:属于大脑高级认知中心的定向注意和与大脑记

忆区域相连的软性吸引。在自然环境下,高级认知中心进入休息状态,而大脑最古老的部分受到刺激,发出恢复、休息和康复的意识。因而,在住宅区附近修设公共绿色空间是十分必要的。研究表明,如果公共绿色空间与住宅区之间区域的半径超出 164 英尺 (50 米),公共绿色空间访客的数量便会减少,而人们的压力水平则会提高。这些发现强调了将公共绿色空间直接修设于住宅区附近的重要性。

设计师在对康复花园进行设计时注意到,“视觉”是一种最为直接的身体感官,可以直接对花园作出反应。视觉之所以非常重要,是因为人们只需睁开双眼,便可体验到光线和色彩的千变万化。调查研究已经证实了色彩对人类思维、行动、健康乃至与他人之间关系的影响。在对康复花园进行设计时,设计师还发现人类的“嗅觉”也十分重要。科学家发现甜甜的芳香可以刺激阿尔法脑波、塞塔脑波和德尔塔脑波的产生,使大脑达到完全放松的状态。其他香味可以刺激贝它脑波的产生,可以激发大脑的警觉状态。如果人们不喜欢花园内的芳香,支配警觉状态的神经系统便不会受到任何的影响,而花园的治愈能力也因此受到限制。这里强调的是为康复花园选择芬芳繁茂的绿色植物、制造适合香味的重要性。

如果说康复花园是健康生活的推动者,康复花园还需要帮助人们找寻到肉体、灵魂与精神之间的平衡。康复花园代表着推动肉体、灵魂、精神可持续发展的能力,上图中显示的是上述三个方面之间的联系。弗兰克的陈述将肉体、灵魂、精神可持续发展的状态清晰地呈现出来即健康是可持续景观的核心,“通往可持续发展的唯一道路是推动当地环境的健康发展”。因此,康复花园被认为是可持续景观的一种深层表现形式,人类与环境均在推动可持续景观不断发展的过程中获益。

1.2.2. 康复花园的历史发展进程

康复花园这一概念历久弥新。人类定居点和人类社会出现以后,地域性的康复空间也随之出现。西方社会最早的医

院和养老院均会种植植物和药草,并将与世隔绝的花园作为康复过程中的重要媒介。长久以来,人们对健康和幸福的关注程度已经在修建城市绿色空间、绿道、公园、绿地、运动场、私人花园过程中得以体现。这些建造形式均被视为营造城市健康生活的要素。埃及花园的修建为人们提供躲避外界恶劣气候场所的同时,还为人们带来宽慰和救济。自中世纪以来,为病患修建的康复花园已经成为康复景观的一部分。

人们总是将花园描绘成可以缓解病痛,治愈心灵和肉体的天堂。20世纪80年代末、90年代初,全世界亲眼目睹了这一概念的衰败。康复与自然之间的联系逐渐被现金的治疗技术和方法取代。20世纪后期,自然与康复的概念彻底消失;自然“景观”仅仅被描绘为一种绿色的装饰形式。20世纪90年代起,康复花园的概念再次引发了人们的兴趣,并开始可持续景观的研究领域内出现。如今,全世界的人民正遭受着严酷生存环境带来的挑战,而康复花园的概念也因此得以普及。

1.2.3. 康复花园的定义

通常情况下,人们会将花园描绘为天堂,而天堂是一处可以使人们从外部世界的日常压力中解脱出来的地方。从某种程度上讲,所有的花园都能带来积极的康复效果。瓦帕阐述了一个可以解释康复花园作用的重要定义,他认为“康复花园的作用在于其可以缓解压力,具有安抚、平静、恢复精神或恢复心理健康的能力,应该对此进行强调,而不是对康复花园可以治愈疾病的作用进行强调”。换句话说,康复花园不只是为病患而修建的,拥有健康体魄的人也可以从中获益。

康复花园可以使人体能量恢复到自然平衡的状态,在此种状态下,人们不会有紧张和充满压力的感觉。人们将康复花园定义为一种涵盖了室外花园和室内花园的花园类型。一部分学者似乎认为康复花园是附属于医院和疗养中心的花园,而另一部分则认为康复花园是位于私人住宅内的个人空间。瓦帕对其研究作出了如下的总结,“康复花园是设计师为了满足

使用者或是客户需要而修建的、具有治疗特性的花园”。斯塔克认为康复花园是大世界的微缩模型,花园的每种特征都代表着一种景观特征。斯塔克提出康复花园可以“刺激感官、提高免疫反应能力、促进身体疾病和心理疾病的恢复……康复花园是圣地的守护者。使用者可以在康复花园内获得高层次的精神力量”。斯塔克看到了康复花园使人类回归自然的能力,对自然的怀念和向往已经在大脑的高级认知中心内落地生根,只有当大脑最古老的部分受到刺激时,这种对自然的怀念和向往才能停止。据文献分析,康复花园的力量在于其唤起人类富于想象力的本性。因此,康复花园是一个具有广泛意义的集合名词,涵盖了多种旨在改善人类的健康状况和生活环境的花园。

1.2.4. 康复花园的种类

城市绿色空间带来的积极影响已经得到人们的认可。如果说人类社会的目标是推动社会的可持续发展,那么可持续发展过程的核心便是更好地改善城市居民的健康状况。研究证实,每个居民都有权利自由进出住宅区外半径不超过164英尺(50米)的城市绿色空间。因而,可将康复花园划分为以下几种类型:第一种类型的康复花园好似一处自然保护区或是天然水库,在此种类型的康复花园内,自然和野生动物均会受到保护。此种类型的康复花园指的是城市绿色基础设施,其中便包括城市空地、绿道、天然公园和绿化带。第二种类型的康复花园是医院或医疗保健中心内的冥想花园。第三种类型的康复花园是私人花园。研究人员认为该类型的康复花园是具有康复功能的冥想花园的最佳形式。这种认识是基于下面的事实:人类亲近自然的时间越久,康复的效果越好。住宅花园或是私人花园是康复花园的巅峰之作。由于此种类型的康复花园可以彰显出使用者的身份、需求和参与性,使用者可以从康复花园中获得最大收益。

1.3. 康复花园是园艺美学价值观发展的推动者

康复花园的主要作用是为使用者提供冥想、可以满足使用者社会和心理需求的庇护所。能力出众的设计师不但可以设计出康复花园,而且还要运用专业知识和手段为客户打造出一座独特的康复花园。在对康复花园的概念、历史发展进程、定义以及使用者的干预进行研究后,人们可以作出这样的推断:在康复花园的设计过程中,设计师将花园设计与客户需求融为一体的能力是设计成功的关键所在。多种方式均可达成这一目标:最为有效的方式是私人会谈、书面调查和问卷。在设计师与客户第一次会谈期间,设计师应该先对施工场地进行调查,并获得客户的反馈;一名优秀的设计师应该是一位好的倾听者。随后,设计师应该与客户进行一系列的会议和面谈,这一重要环节将会进一步确定并满足客户的社交需求和心理需求。此外,客户也需要参与到康复花园的细节设计中。在对康复花园进行设计时,设计师不仅需要考虑视觉体验,还需要对其他感官体验进行考虑,思考一下客户想要倾听到什么、细闻到什么、品味到什么、触碰到什么。设计师应该持续关注客户的想法,如果客户对某一设计要素持有保留意见,则需要对这一设计要素进行重新考量。与施工、拆除、再次施工的过程相比,对设计进行重新评估和提炼的过程更为容易。设计师需要根据使用者的需求和意见对康复花园的设计要素和构成要素进行谨慎选择。而这样做的目的是最大限度地发挥花园的治愈功能,从而为花园贴上治愈的标签。客户的满意度是设计成功的关键。使用者也是设计团队的有效成员。这样一来,只有将设计与客户需求完美结合的康复花园才是设计师的成功之作。

2/ 医疗机构室外景观设计

作者: 戈克钦·菲尔代夫斯·乌克

伊斯坦布尔艾登大学建筑系, 节选自“医院户外景观设计章”,

《景观建筑发展》出版于 2013 年 7 月

(<http://cdn.intechopen.com/pdfs-wm/45442.pdf>)

2.1. 简介

在众多公共机构中,医院大楼及医院周边区域往往被公众视为远离城市的、令人心生恐惧的地方,人们只有在紧急情况下或是迫不得已的情况下才会出入此类场所。然而,今天的医院环境和设计方式可以减少人们内心的距离感,给人们一种宾至如归的感觉。

如今,越来越多的人逐渐认识到实体环境对于医院治疗质量及病患和医护人员的健康和安全的重要性,因此,人们开始对医院的室外空间,特别是景致优美的空间或是绿地,予以关注。这些空间多留作病患治疗使用,是医院内部空间的有效补充。

由于采用了这一全新且全面的医学手段——可以缓解病患对医学治疗的恐惧和不安情绪——今天的医院已经被视为是舒适且无压力的场所,而医院的总体规划和景观设计均是以病人为中心展开的。

这也意味着医院的室内空间及室外空间均对病患身心健康的恢复有着极为重要的作用:设计得当的医院景观可在增进病患与自然互动的同时,减轻病患的心理压力,病患还可以在这里与其他人进行正常的互动和交流。

2.2. 用户群体

2.2.1. 病患

在对医疗环境进行设计时,实际上应该对病患的心理及身体需求、行动便利与否、住院周期予以考虑;与短期住院的病人相比,长期住院的病人或门诊病人会有更多不同的需求,而今天的医院可以为他们提供花园、庇荫的户外广场、公共社交场所和阅览室,以提升医院全程治疗的品质,为病患更好地服务。此外,病患在接受不同类型的治疗时可能会使用到以下区域,例如:矫形外科的病患可能需要使用花园内的助行器;上了年纪的病患可能需要使用扶手设施和庇荫区;理疗患者可能需要高度不一的植物;精神病患者可能需要一些“帮助记忆的线索”和种植有花草树木的庭院,以降低患者受伤的风险。

2.2.2. 来访者

为前来探望病患的亲朋好友提供一个支持性的环境也是十分必要的,因为亲朋好友的关心和照顾对病患身心健康的恢复极为有益,病患的不良情绪也可以得到有效排解。

2.2.3. 医护人员

室外空间对医护人员尤为重要。医护人员每天将大量的精力投入到治疗和护理工作中,十分需要在远离日常活动的指定场所内漫步散心、重拾自我、调节工作压力。医院内的管理人员通常会有一小时的午休时间,因而有闲暇时间到室外空间漫步。然而护士需要时刻关注所有病患的情况,并帮助病患到户外活动,但却没有时间陪病患待在室外,也不能撇下病患独自离去,因此护士的职责及护士站与室外空间的距离使得这些室外空间不能被病患和护士有效使用。

2.3. 构成要素及设计准则

2.3.1. 人造景观

a. 大门与入口

大门与入口欢迎人们的到来并为人们找寻道路提供指示;如果医疗机构内设有完备的道路网,大门与入口便可充分履行职能。逻辑上来说,医疗机构的正门应该与一条最为直接的院内道路相连,而且不可在通往室外空间的入口处设置坡道或台阶。设计师可在正门布置景观元素、艺术品并进行细节设计,营造出一种空间感,以突出正门的重要性,还需要在正门设置长椅供抵达医院或在此候车的人们歇脚。此外,医疗机构的大门必须足够宽敞,以方便有特殊移动需要的病患进出;不同的路面铺装材料便于视觉障碍人士行走,可触性元素可以提醒他们前方有门槛。

b. 停车场

医院的停车场应该满足医院员工的停车需求。上班时段医院门前的交通较为拥堵,理想的方式是在医院后院为医院

员工留出停车位,这种方式可以避免交通拥堵带来的影响。此外,应尽可能地将供病患,特别是残疾人士使用的停车场设置在靠近入口的区域。如果将停车位设置在不易找寻的区域,病患和不熟悉医院情况的来访者很容易搞不清状况;当然,设置指示标识也可以解决这一问题,如果停车情况发生改变,还可将指示标识移至别处。

c. 步道

大型医院或医疗建筑群的修建应该遵循一个清晰的道路流通等级,即:主要道路、商业街、邻近街道、服务用道。人们可以通过建立一套连贯的空间标识体系来对这些道路、十字路口和目的地进行标示。医院内的道路流通不受公共道路的支配,而且需要为院内的公共区域(不安全)和私人区域(安全)设置明显的标识,最好与私人区域的住院区和户外休闲娱乐区区分开来。人们需要对医院内的道路运行秩序进行维护,以确保医护人员和救护车快速地进出出救点。

医院需要为主要的院内行车路线设置标识,比如为这些道路起一些清晰易懂的名字,例如“医院大街”或者“蓝色走廊”(墙面和地面的色彩以蓝色为主),或是在位于指定的路线上的墙面或地面上画出着色线,又或是沿路设置照明设施。每个人都可以走行院内的主要行车路线,但是部分人更愿意体验未经改造的自然环境。

院内次要道路的宽度至少应为 4 英尺 11 英寸 (1.5 米),并设置有快速排水系统。单向通行道路的宽度至少应为 4 英尺 11 英寸 (1.5 米) 以确保轮椅可以正常转向;双向通行道路的宽度至少应为 6 英尺 10 英寸 (2.1 米)。如果提高道路边缘的高度,可能会绊倒在此处经过的人们;在地面高度发生变化的区域或在凹凸不平地面上设置扶手或是栏杆和轮椅防护设施可以有效地规避人们跌倒的风险。

院内道路网将多种院内设施联系起来,人们可以直接前往相关区域。不可将道路转角设计为直角,可设计为斜边或改成圆角,还可以增加道路的坡度:步道的坡度不得超过 5% [即 20 英尺 (6.1 米) 长的步道,坡高不得超过 12 英寸 (30.48 厘米)];横向坡度不得超过 2% [50 英尺 9 英寸 (15.24 米) 长的道路,坡高不得超过 12 英寸 (30.48 厘米)]。如果步道的坡度超过 5%,便需要在步道上增设栏杆以防止人们滑到。此外,步道

表面要结实、光滑、平坦,并带有摩擦力;路面铺装应该与周围的环境相照应,较为随意的环境可以采用“柔软的”材料铺装路面。路面铺装要足够平滑以确保轮椅和轮床可以正常使用;人们很难在有凹槽的路面上控制轮椅和轮床的运行速度和方向。多种路面铺装材料各有利弊;混凝土铺装的路面较为合适,但造价昂贵;沥青路面可以吸热和散热,但在炎热的夏季,路面的温度过高;风化花岗岩铺装的路面适用于轮椅使用者,但却不适合拄拐人士行走。最近研发的橡胶路面材料结实耐用,适合轮椅使用者使用,而且这种橡胶路面可以有效地减少冲力的作用,降低病患摔倒带来的伤害。

需要对医院的室外空间进行设计,以保证室外空间可以全年使用;冬季时节,还需准备融雪或融冰设施,及时铲除道路上的积雪,以提高道路的整体安全性能。

d. 儿童游乐场地

医院通常不允许儿童在院内四处走动,以防打扰到医护人员工作或其他病患休息,因而应该为医院设计一处独立的空间供孩子们自由地玩耍,无论他们的健康状况如何,他们都可以在这里做想象性游戏。通过与环境和运动的物体进行互动,孩子们可以感受到他们在创造和改变着周围的环境。因此,需要设计一处灵活的游乐场地以激发孩子们的想象力,而游乐场地的设置不仅可以给孩子们带来快乐,还可以使孩子们在创造性活动中得到良好的治疗。

除了采用原色和攀岩结构对游乐场地进行布置外,可以在游乐场地内设置迷宫、黑板、儿童尺寸的雕塑或是在人造石溪或踏脚石上架起一座微型的小桥。游乐场地内路面要结实且防滑,可以采用风化花岗岩、沥青、木板、弹性垫、混凝土等铺装材料对路面进行铺装。游乐场地内可能设有平台,以方便坐轮椅的孩子可以安全地上下游乐设施;沙盘游戏区的高度不一,不同健康状况的孩子均可以在这里玩沙盘游戏。

e. 就餐区

院内就餐区的使用频率远高于院内的其他区域,且就餐区内有更多希望到户外活动的人;因此,在就餐区附近修设一处室外空间是极为必要的。此处的室外空间内应设有可供人们吃饭、阅读、写作的桌子,而这些桌子也可以成为这一区域的标志。除此之外,还可以在室外空间内设置室外伞桌椅,为人们提供阴凉和半开放式的群体空间。

f. 艺术品

艺术品是康复环境的重要组成部分,医疗机构内的艺术品多为自然风景图片,可以有效地缓解不同人群的心理压力。艺术品的设置可以营造出一种富于魅力且适于居住的空间环境,因此,可以将艺术品融入到医疗环境的设计中。

选择恰当的艺术品可以为医院营造出一处迷人的聚焦空间。在艺术作品的流派问题上,乌利希(Ulrich)指出,术后患者更喜欢具象派画作。具象派画作往往会将自然的柔和色彩融入到画作中,这一点与抽象派画作截然相反,抽象派画作则多采用意想不到的配色合成;另一项研究表明,焦虑状态下的人们喜欢不饱和色彩。因此,在对艺术品进行选择时,需要对上述情况予以考虑。

g. 水景

倾听喷泉潺潺的流水声,观赏池塘内的鱼儿或是水面反射的阳光都可以为病患增添乐趣;医院内的噪音会给病患的治疗带来消极的影响,而潺潺的流水声恰好可以将噪音掩盖。如此美好的景象和声音为医院营造了一处感官聚焦的空间,不同年龄和健康状况的病患都愿意到此处散步放松。

邻近花园的区域和有路面铺装的区域可设置水景,以防止道路泥泞情况的出现。水龙头设施距地面的高度应为24英寸—36英寸(61厘米至91.5厘米),还可以使用手柄(柄状水龙头)和插塞接头。软管和覆盖物可以降低花园的需水量。“气泡”喷泉为触摸式喷泉,需水量较少,而且基本不会引发健康问题和安全问题,因而在花园内设置“气泡”喷泉较为合适。

h. 场地设施

场地设施指的是座椅、垃圾桶、照明设施、指示牌等独立式元素,需要根据客户的需求对场地设施进行选择。如果场地设施易于晃动,应该将设施固定于混凝土板之上,以防设施倒塌伤及使用使用者。此外,场地设施不应设置在栅栏或围墙附近。

2.3.2. 自然景观

a. 景观地面

建筑之间的绿化区将建筑与步道连接起来,此处区域可供人们候诊和进餐。然而,绿化区的维护费用较为昂贵。