

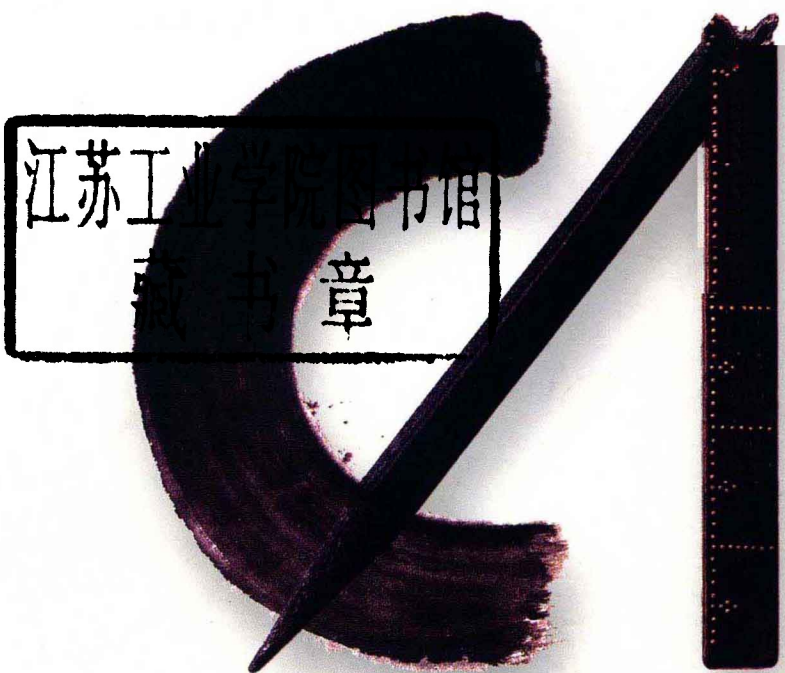


dimension interspace



生理尺寸与户型设计

Dimension





刘洵 著 简历

原建设部住宅与房地产业司 副司长
建设部建筑设计研究院 院长
华森建筑与工程设计顾问有限公司 董事长

序言

说到户型，已经成为房地产界关心的焦点了，人们很自然的就会联想起创新，似乎只有创新的户型才是好户型。这种市场潮流让很多设计师感到棘手，创新的东西虽然新鲜，但从结构、功能、经济性几方面通盘考虑，便又回到了最老旧的时代。

从市场的角度讲，选择新的产品几乎是所有消费者的喜好，但从房地产的专业性来讲，大多数购房者对房子的认识不够专业，作为业内人士，我们必须告诉购房者，你在坚守几个大原则的前提下，才能追求个性化、超前的产品，如果几个基本的条件都没有满足，那么这个房子就有可能出问题。

站在专业的角度，我们在户型设计时，要考虑到功能、经济性，同时对朝向、结构、立面也要有所照顾。本书的主创人员，在设计原则上，又考虑到一点我们通常所忽视的东西，就是人的生理尺寸。中国有一句俗话，说得很形象——人在屋檐下，不得不低头。屋檐设计不合理，人就得将就屋檐；房子设计得不合理，人住着就不舒适。

以前我们讨论过一个问题，就是各种户型的房子，到底做多大，即充分地考虑到经济性，又能满足人居住，其实把生理尺寸这个东西研究透了，就能解决这个问题。沿海的户型设计通常比内地要小，但又不影响使用，这就是内地户型所缺乏的。不是要多新的东西才能吸引人的眼球，经济适用的东西，购房者不光是买房的时候要照顾你，恐怕用了很久以后，还要夸奖你。

希望设计师们在设计户型时，把这些购房者所不清楚的东西做扎实，让“外行”们能安心地买一套自己住得舒服的房子。同时也希望更多的消费者看看这本书，擦亮眼睛，认识什么样的房子才是好房子。

刘洵 著

第一部分 人体生理尺寸基准 1-6

1. 中国人体生理尺寸均值以及部分比例介绍 1

2. 人体部分部位尺寸推算 2-3

3. 人体与设备尺寸的关系 4-6

第二部分 房屋内各部位设计要点 7-46

1. 客厅 7-11

2. 卧室 12-20

3. 书房 21-22

4. 餐厅 23-27

5. 厨房 28-37

6. 卫生间 38-44

7. 过道、玄关 45-46

●

S

L

C

C

Y

F

X

X

J

●

第一部分



PTSLCCJZ
人体生理尺寸基准

1. 中国人体生理尺寸均值以及部分比例介绍 (单位: mm)

部 位	男 性	女 性
人体主要尺寸		
身 高	1678.714	1571.714
立姿人体尺寸		
眼 高	1569.286	1456
肘 高	1024.857	975.2857
坐姿人体尺寸		
坐高	908	854.8571
坐姿下肢长	992.4286	913.4286



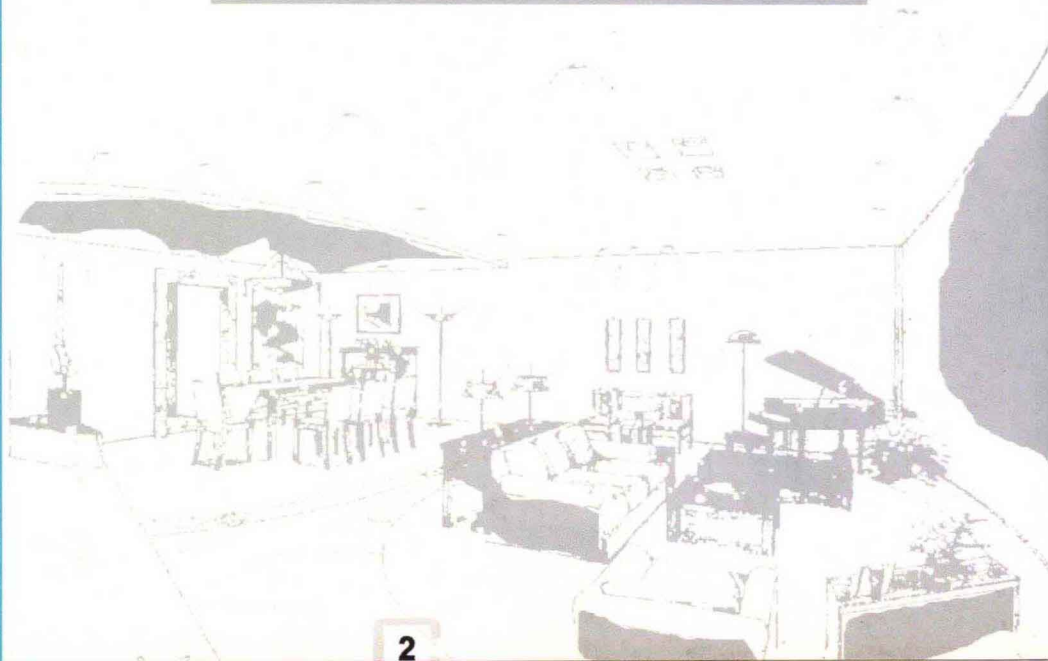
HL LANHUTIAN

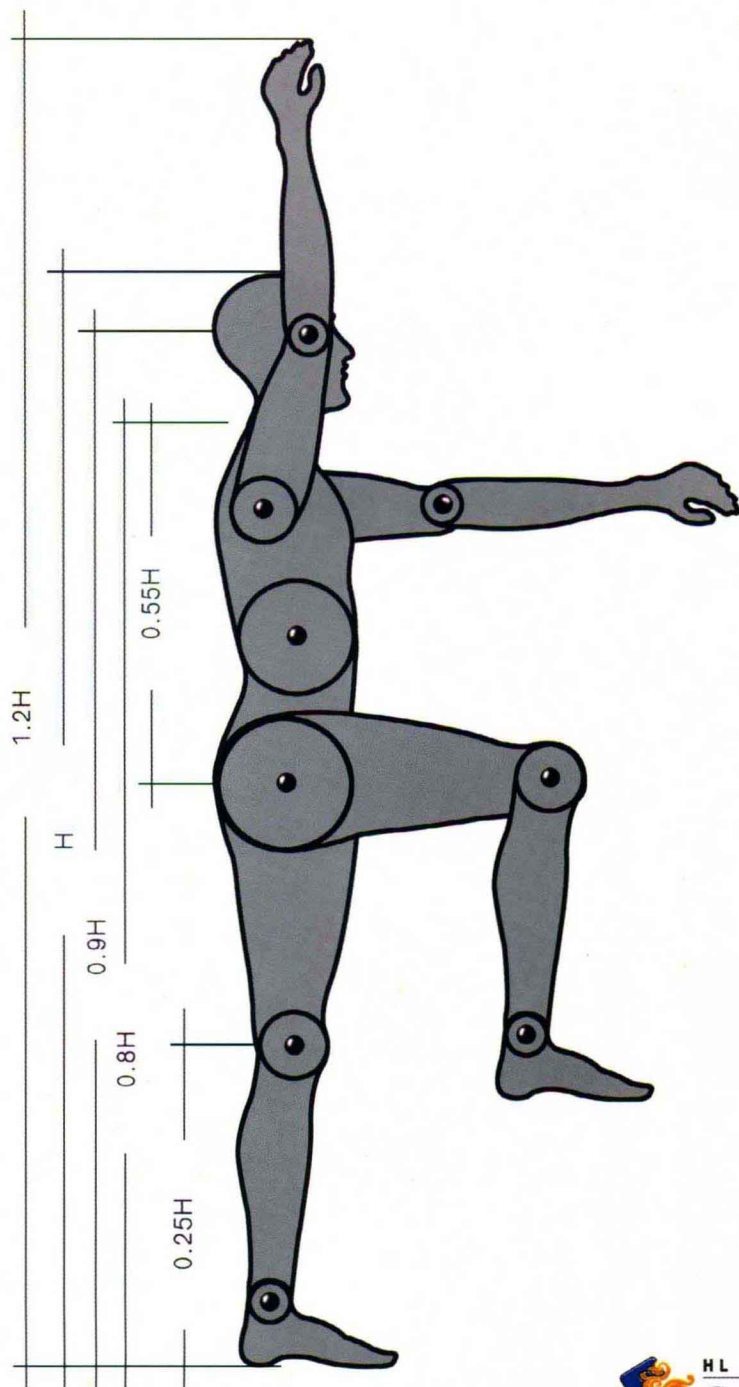
回龙·兰湖天



2. 人体部分部位尺寸推算 (附图)

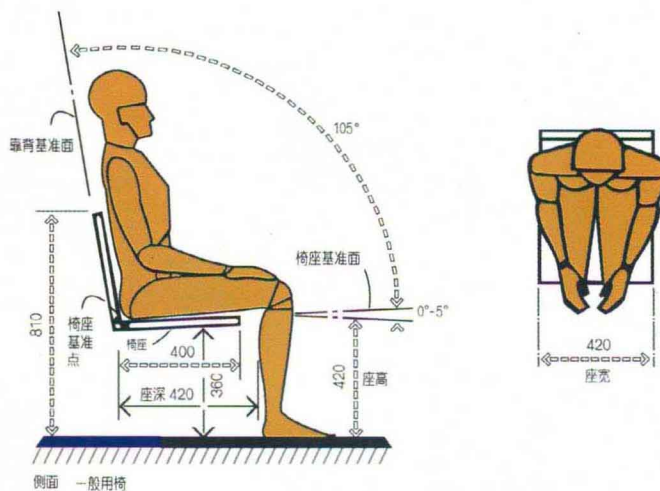
名 称	比 例	粗略值(mm)
身 高	H	1678
眼 高	0.9H	1510.2
肩 高	0.8H	1342.4
肩 宽	0.25H	419.5
小腿长	0.25H	419.5
上身高	0.55H	922.9
上肢举上高	1.2H	2013.6



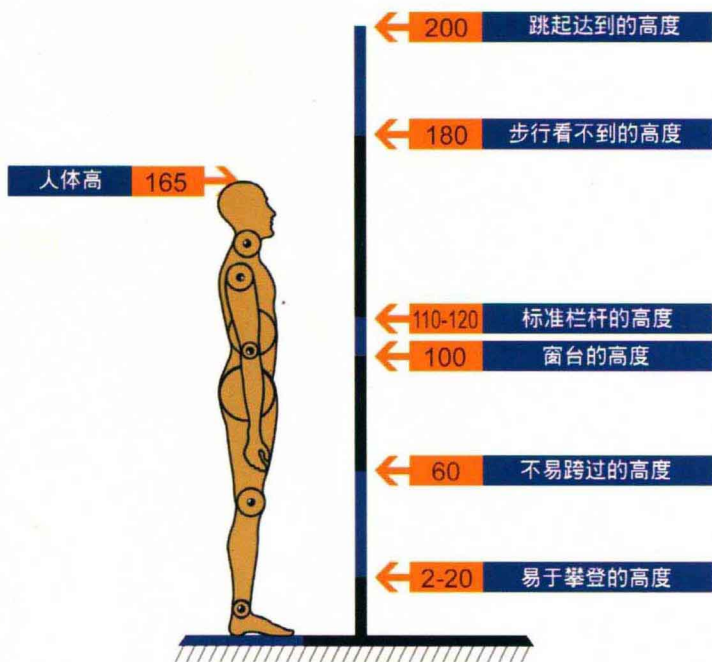


3) 人体与设备尺寸的关系: (单位mm)

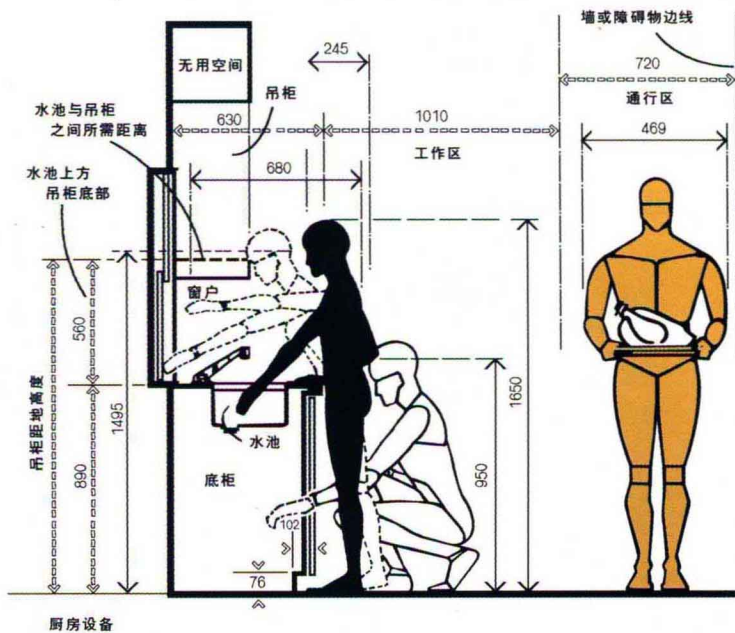
i. 座椅



ii. 围墙与栏杆尺寸



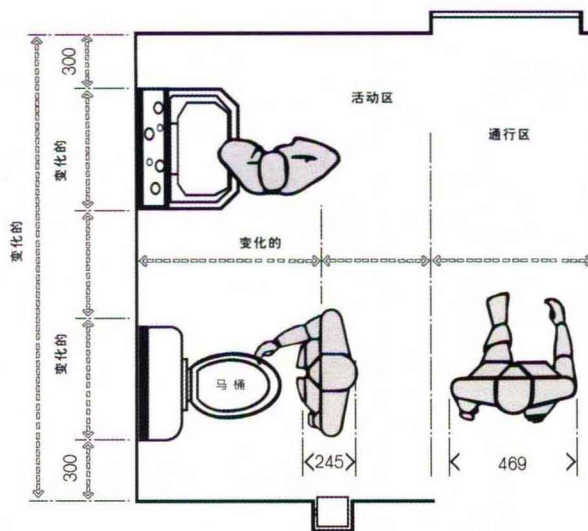
有尺度的



iii. 厨房设备

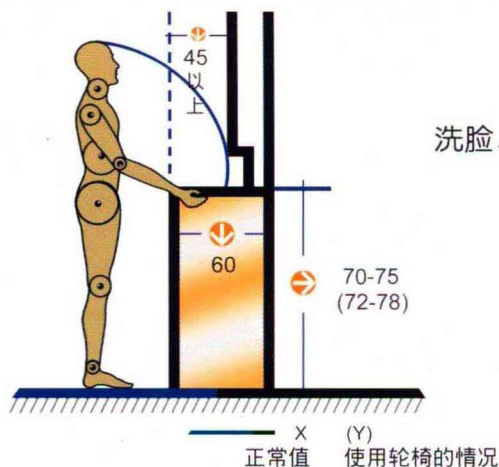


vi. 卫生间配置



才是科学的





■ ■ 结合生理尺寸的户型设计，避免了很多居住者在人住之后才发现的住宅给生活带来的长达几十年的不便。

房子是给人住的，细节上的差异会给人的长期居住带来很大的影响。尺寸宽大异常，当然舒服，但这样会造成很多浪费，好的设计师就是如何结合人的生理尺寸，让户型的设计既符合人的生理需求又节约空间。在深入调查和研究生理尺寸的基础上，我们才有精确的住宅，保证每一平方米的空间都会发挥作用，但绝不会小得碍手碍脚。

我们尊重生理尺寸的设计首先是建立在建筑经验的基础上，将建筑的具体细节与生理尺寸结合，避免很多居住者在入住之后才发现住宅给生活带来的长达几十年的不便。

大多数的购房者在购房时，经常被花里胡哨的宣传和自己对未来生活感性的向往所左右。建筑是一个理性的机器，用过多感性的东西去审视她，恐怕接触不到她的实质，也就无从判定优劣。

■ ■ 这本书对购房者来说，就是一本很好的教科书，让您更清楚什么样的房子才叫合格，什么样的房子适合您居住。

客厅——领袖、有容乃大

相对于其他的功能区，客厅更具有动态、活泼、休闲、娱乐的特点，因而客厅要尽量避免对其他功能的影响，更具独立性。一般客厅摆放在比较靠近入户的地方。

由于客厅担负着交际和家庭影院的功能，根据人、沙发、电视的比例尺寸和人在客厅内活动的规律，一般客厅的开间要求在12平方米以上。

开间

控制客厅轴线开间的因素有：电视机视距（即人与电视屏幕的水平距离，通常认为电视机的视距在3米以上）、电视机厚度、电视机散热距离、沙发靠背的厚度以及沙发与墙的距离等，客厅轴线开间应为上述尺寸的总和。

人们在收看电视机的时候，对视距有一定的要求，最佳距离为电视机荧光屏对角线长度的5倍；加上为不遮挡住电视机散热孔，电视机应离墙100mm以上；

电视机的厚度一般为500mm；沙发靠背的厚度一般为200mm，隔墙的厚度为100mm（轴线计算）。这样，客厅的开间（轴线）应为： x 英寸（电视机大小） $5\text{mm} + 900\text{mm}$

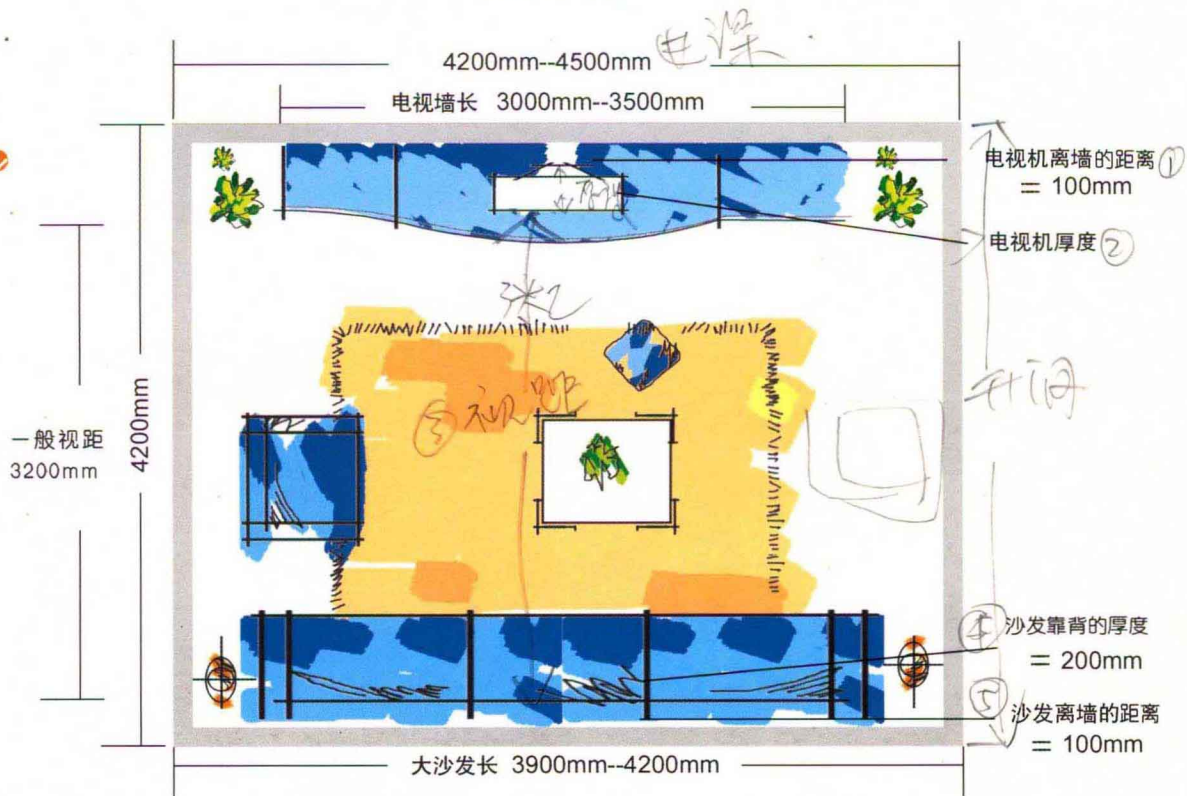
例如：摆放25英寸电视的房屋开间应大于4100mm，29英寸电视应大于4500mm，34英寸电视应大于5200mm。

由于电视科技的发展和居民生活水平的提高，一般家庭的电视机都在25英寸以上，通常为29英寸，富裕家庭电视机可达到34英寸或43英寸，因此，客厅的轴线开间一般应在4200mm—4500mm左右，大的客厅开间应在4800mm—5100mm左右。3900mm的客厅开间应该淘汰。

进 深

控制客厅轴线进深的因素主要为沙发的尺寸和电视柜的布置。沙发的摆放一般考虑为U字型，即1（或2）+2（或3）+1（或2），摆放的长度应在4200mm左右，这样摆放沙发一面的进深应在4200mm左右；电视机柜应考虑组合音响的位置，其长度应在3000mm左右，这样摆放电视机柜的一面的进深应在3000mm以上，3500mm较为合适。因此，客厅的进深应在4200mm左右，摆放电视机柜的一面可适当放松要求。

开间进深示意图：

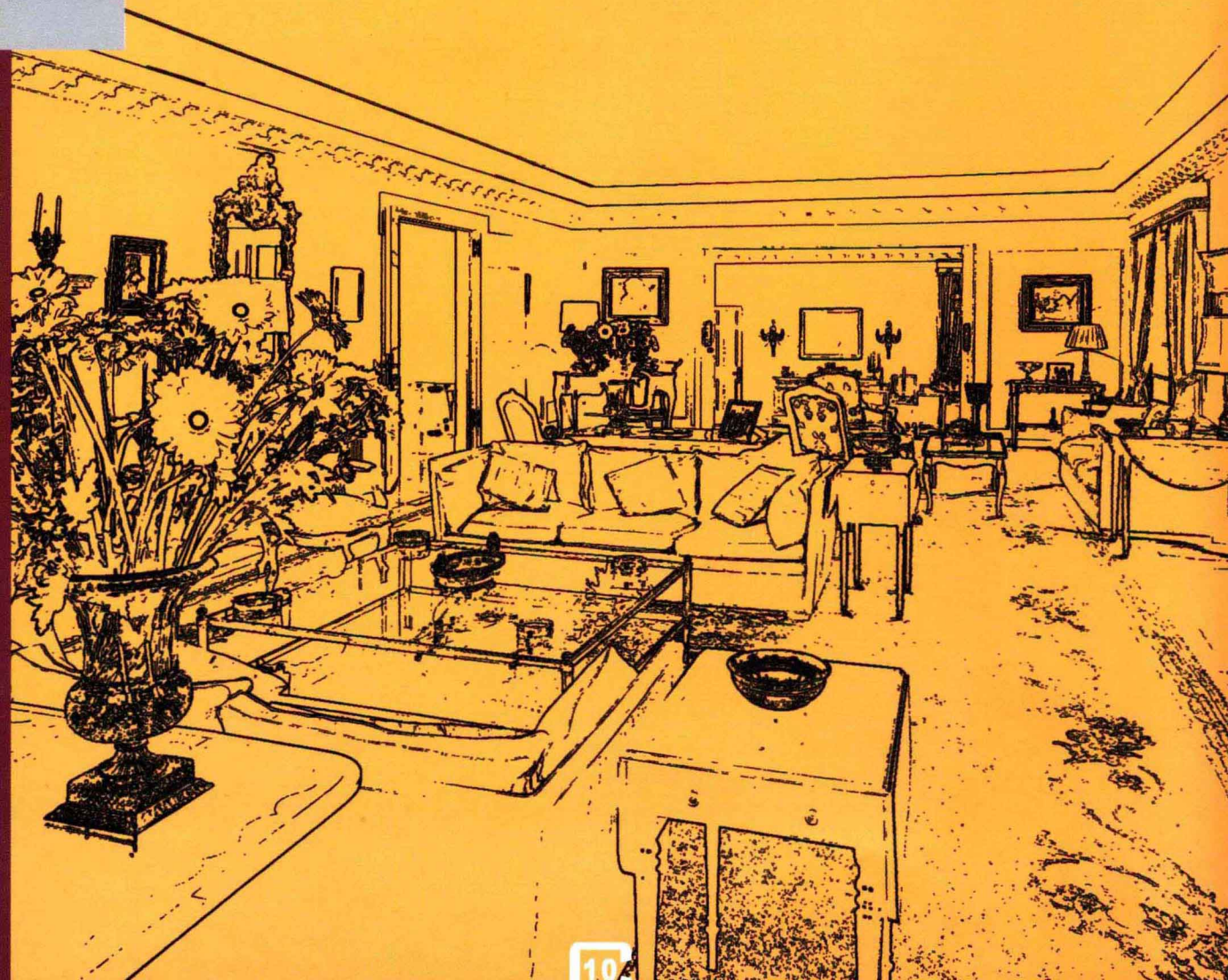




面积

刚布置过新家的人对客厅面积的理解最深，每一寸土地都要考虑周到，哪怕是小一点的房子，也最好有大的客厅。

因此综合考虑客厅的开间和进深的基本尺寸可以推算出，一般客厅的使用面积在 $16\text{m}^2 \sim 22\text{m}^2$ 之间是比较经济、合理的。

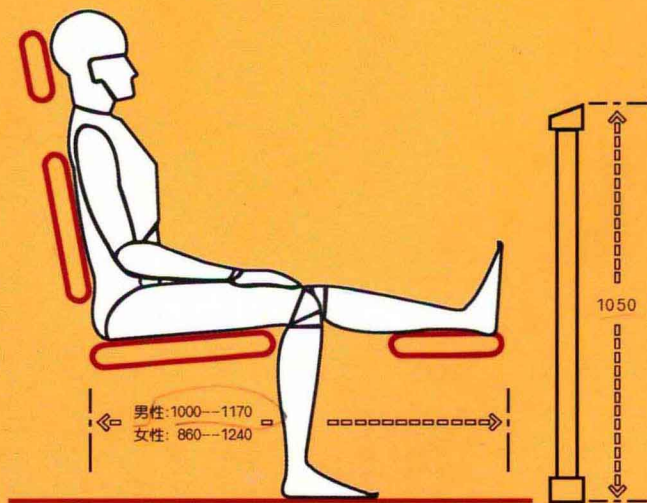




主阳台

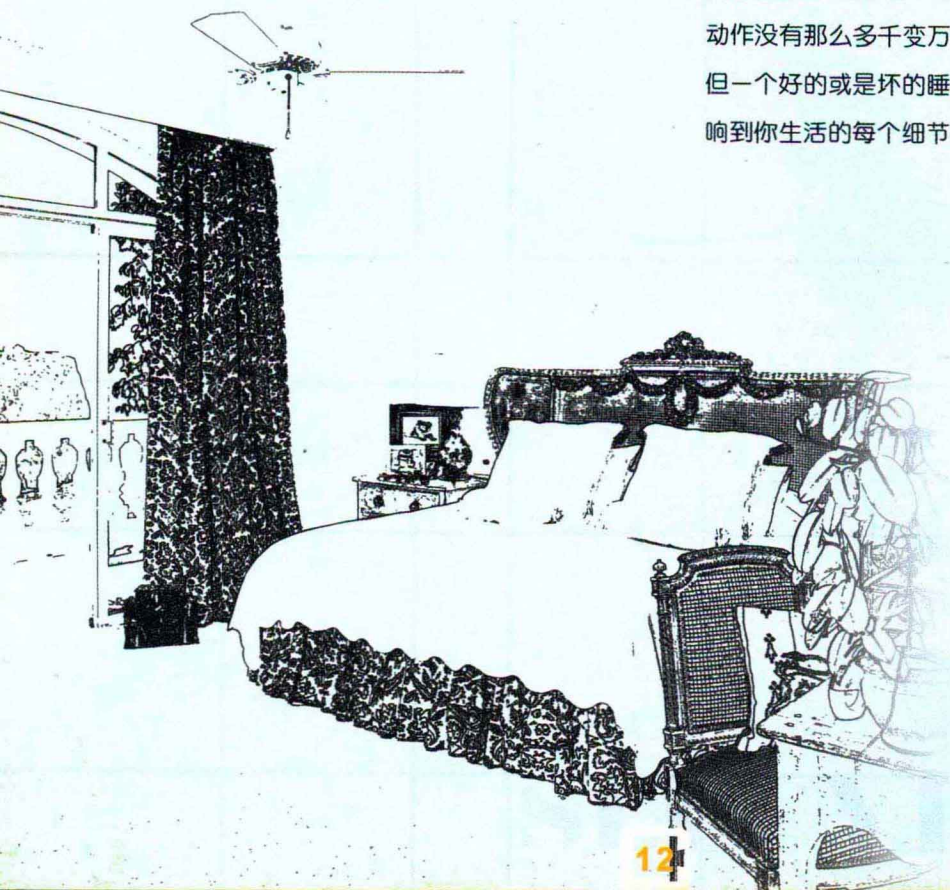
客厅可配置阳台，并与之直接相连，使生活阳台成为客厅的自然延伸，提高客厅的使用效果。生活阳台呈封闭趋势，去掉以往客厅与阳台之间的分隔墙，并以落地窗外加透空雕花护栏使客厅在采光、通风和视野等方面取得较为理想的效果。更有甚者做成两面或三面采光，形成多面采光的“阳光室”，使主人可在窗前织织毛衣、喝喝茶，享受阳光、风景、音乐带来的好心情。

南阳台进深一般要求在1400mm以上，以满足人们在阳台上的休闲活动。并做成弧形，增加艺术效果。值得一提的是如果采用敞开式阳台，则根据我国成年人立姿人体的平均肘高为1024mm的数据（即在此范围内人体不易因外力而偏离重心以至于摔倒。）和低层、多层、高层的具体情况的区别得出：低层、多层住宅的阳台栏杆净高不应低于1050mm，中高层、高层住宅不应低于1100mm



卧室——至少还有你

我们在家庭中大部分的时间是
要在卧室中蹉跎的，尽管睡觉这个
动作没有那么多千变万化的姿态，
但一个好的或是坏的睡眠却可以影
响到你生活的每个细节。





SLCCYFXKJJYJ



主卧室

主卧室是户型内较为恒定的空间，使用年限长，心理归属感和私密性最强，要求隔声和防止视线干扰条件高，气氛温馨、宁静、亲切；因此主卧室的地位在户型中也非常重要，成为户型设计的重点。