

○厨具收纳妙招 ●空间合理规划 ○建材个性搭配
●挑选安心厂商 ○全面施工了解 ●最新家电介绍

吉林科学技术出版社
陈育书◎著

好用厨房装修

把握

236

个装修要领

轻松6步骤,厨房升级换代



厨房设计师陈育书教你
创造**实用厨房.完美空间**

●空间定位
●确认需要
●施工要诀
●个案解析

双厨房概念、开放式空间、便利厨房……总有一款适合你
列出厨房规划明细表,厨具采购、设计沟通,一次就OK
透视各类厨房施工环节,让你每一分钱都花在刀刃上
近200张精彩图片解析及最新厨具介绍 实用8美感合一

图书在版编目(CIP)数据

好用厨房装修/陈育书著. 长春:吉林科学技术出版社, 2009. 1
ISBN 978-7-5384-3882-6

I. 好… II. 陈… III. 厨房—室内装修—建筑设计 IV. TU767

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第169824号

好用厨房装修



中文简体字版©2008由吉林科学技术出版社出版发行
本书经台湾城邦文化事业股份有限公司-麦浩斯编辑部授权
同意经由吉林科学技术出版社出版中文简体字版本
非经书面同意,不得以任何形式任意重排、转载
吉林省版权局著作合同登记号:
图字 07-2008-1848

陈育书 ● 著

责任编辑 ● 宛 霞 崔 岩

封面设计 ● 崔 岩

内文设计 ● 吴凤泽 崔美善 韩淑兰 韩志武 具杨花 李 璐 王 伟

吉林科学技术出版社出版、发行

社址 ● 长春市人民大街 4646 号

邮编 ● 130021

发行部电话 / 传真 ● 0431-85677817 85635177 85651759 85651628

储运部电话 ● 0431-84612872

编辑部电话 ● 0431-85635186

网址 ● www.jlstp.com

实名 ● 吉林科学技术出版社

印刷 ● 长春第二新华印刷有限责任公司

16 开 710mm×1000mm

9.5 印张 152 千字

2009 年 2 月第 1 版 2009 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5384-3882-6

定价 ● 25.00 元

如有印装质量问题,可寄出版社调换

好用厨房[👑]装修

陈育书·著

把握

236

个装修要领

轻松6步骤,厨房升级换代

吉林科学技术出版社

推·荐·序

幸福生活，从好用厨房开始

老一辈的人常说：“灶，若是冷冷的，就抓不住家人的心。”意思是说，家里没开火，家人不常聚在一起，久而久之，家人的情感自然就变冷淡了。

对我来说，厨房、餐桌是凝聚家人情感最重要的地方，而晚餐则是最重要的家庭分享时间，这也是我喜欢开放式厨房的原因，让忙于准备餐点的我，能随时与家人互动。但是，为什么人们会不自觉地拒绝厨房？或是进入厨房后，急速离开呢？由于我本身从事烹饪教学工作的关系，更加注意到厨房的各个细节，深深地体会到，好的厨房设计对女人来说真的是太重要，在厨房里准备一日三餐，几乎跟厨房密不可分。

印象中，早期的厨房总是隐藏在家里面阴暗的地方，通风不好，往往到了闷热的夏天，在厨房里稍一活动，就会满身大汗。对必须一日三餐的人们来说，为了填饱家人的肚子，又不得不进厨房。

使厨房变得宽敞又明亮，具有完整的收纳计划、完善的功能安排，厨房设计的大改进可以说是很有必要，让人们很开心地走入厨房，炎夏时可享受清凉冷气，不会有远离厨房的冲动，面带着笑容地为家人烹饪三餐。

就拿我的厨房来说吧，身为烹饪美食教育者，大家可能会猜想说，我家的厨房配备、空间想必也应当很豪华，事实却不然。三十几年前刚结婚时，家里厨房仍是很早的户型，一个铁架放煤气灶，水泥砌成的水槽另外单独摆放，空间小、空气闷，煮一顿饭下来都热得苦不堪言。

这样的烹饪环境一直持续到二十年前，搬了新家，对厨房进行了延伸，扩充空间，我才有了第一套“L”型厨具的厨房，包括了烹饪台、工作台、水槽等较完整的使用功能，生平第一次感受到快乐煮饭的滋味。

不过，真正教我对厨房设计大开眼界的，是十年前认识的设计师，由他来设计新居厨房，悬空柜体、好用的抽屉式收纳，甚至连冰箱都能整个嵌进厨具里，无论何时走进厨房里，都是整洁如一的样貌，尤其是合乎人体工程学的落差式台面，更让你省力、轻松。将以往炒菜时吊手的缺点完全消失，令我深深地佩服他的专业和创意。

好的厨具设计者不仅要能贴近使用者的需求，本身的美感、勇于尝试的心态，也同样重要。在设计新厨房时，我曾参观过某广告公司的总经理家，全白色厨房看起来明净、高雅，

令我非常向往。但是，以我如此高频率地接触厨房，这么大胆的白色厨房设计适合我吗？还是我应该选择深色系的厨具？

当我有这样的疑问时，设计师却支持我采用白色厨房设计，选配好保养的材质、强吸力油烟机等，我的白色厨房历经十年来一次次的烟尘，仍是白晰的明亮照人，随时走进厨房都能感到清爽怡人，光是欣赏都令人开心。厨房设计怎能不重要？千万别放弃想拥有梦想厨房的念头，找出你的幸福乐厨。



图片提供/OMO欧盟厨具

林美慧

东森电视台食全食美、中天电视台冰冰好料理、三立电视台美食风味等节目烹饪讲师；70本畅销美食、烹饪书作者；现任万华、信义、内湖等社区大学的烹饪讲师。

CONTENTS 目录

第一章 厨房空间的全新定位 8

FILE 01 整修厨房,添购厨具10大困惑全解	10	FILE 02 10大风格厨房,哪一种你最想要	18
Factor 01 下厨煮饭老是热得满头大汗	11	Factor 11 备餐同用餐一样享受清凉冷气	18
Factor 02 在厨房备餐时总是对着墙	11	Factor 12 开放式厨房变小客厅	19
Factor 03 在厨房忙做菜,无法与访客共享美食	11	Factor 13 在做菜的空档写信、记帐	19
Factor 04 还在用单一煤气灶煮菜	12	Factor 14 厨房取代休息室,泡茶、聊天真舒服	19
Factor 05 厨房墙面难清理	12	Factor 15 边煮菜边聊天,客人也有参与感	20
Factor 06 煮菜时习惯打开门窗,让油烟散去	14	Factor 16 烹饪同时,照料幼童零距离	20
Factor 07 煮饭、洗碗后,老是腰酸背痛	14	Factor 17 将Lounge Bar带到厨房	20
Factor 08 清洗碗盘总是耗时耗力	15	Factor 18 电影情节重现,在厨房欣赏美丽风景	21
Factor 09 冰箱一放进厨房,空间变得非常小	15	Factor 19 边看电视食谱学烹饪	21
Factor 10 4大问题,打破你对厨房设计的疑虑	16	Factor 20 迅速完成厨房善后,空出更多时间	21

第二章 厨房装修重点分析 22

FILE 03 完美厨房的设计要点	24	FILE 04 全方位装修不吃亏评价法	36
Factor 21 厨房首要安全第一	25	Factor 25 小预算,有大效果	37
Factor 22 做菜流程与走动空间规划	28	Factor 26 善用预算,为厨房设计加值	38
Factor 23 实用性与功能设备	30	Factor 27 掌握8要点,厨房空间变大术	40
Factor 24 外型美观	34	Factor 28 密闭式、半开放式或开放式	44

FILE 05 旧房翻新vs新房装修的厨房施工重点	46	FILE 06 厨房与健康	52
Factor 29 原住家的旧厨房翻新干式施工较佳	46	Factor 32 让空间更显整体, 不压抑	52
Factor 30 老房与新房厨房设计的注意事项	48	Factor 33 炉子不应正对窗	53
Factor 31 预售房规划应利用动工期较佳	49	Factor 34 炉子上方不被梁压	53
		Factor 35 冰箱不应正对卧室房门	54
		Factor 39 厨房不应正对厕所	55

第三章 厨房更新规划新观点 56

FILE 07 变身第二代厨房大作战	58	Factor 50 附LED灯的水龙头设计	68
Factor 37 强化烤漆玻璃做墙面及台面	59	Factor 51 抽屉型洗碗机	68
Factor 38 多功能凹槽设计, 平台拿取便利	60	Factor 52 高龄化社会更需要防干烧设计	69
Factor 39 内嵌式水槽	60		
Factor 40 活动式餐车扩充厨房领域	61	FILE 08 中西合璧厨房新方案	70
Factor 41 隐藏式水槽设计, 水槽变餐台	61	Factor 53 拆隔间墙, “一”字型变身双厨设计	70
Factor 42 升降式家电设计	62	Factor 54 热炒区单独规划, 各餐应在中岛区进行	72
Factor 43 柜体悬空防蟑、美观且易清洁	64	Factor 55 小空间也可规划双厨设计	72
Factor 44 必须符合人体工程学设计	65	Factor 56 开放西式中岛, 避免操作时面墙	72
Factor 45 全隐藏式的厨具外观设计	66	Factor 57 利用阳台外推另辟快炒区	72
Factor 46 节能LED照明为趋势	66		
Factor 47 多元化烹调家电, 缩短烹饪时间	67	FILE 09 展现中岛型厨房的魅力	73
Factor 48 嵌入式饮水机节省空间	68	Factor 58 中岛区从备餐台扩增为多功能区	74
Factor 49 自动提醒更换滤芯的二代滤水器	68	Factor 59 如果空间充裕, 规划中岛区结合早餐台	74

Factor 60 厨房宽度不足, 可将中岛桌靠边摆放	75	Factor 72 避免煤气灶凸型设计	97
Factor 61 注意家电设备的外观修饰	75	Factor 73 少开火、中式烹饪法, 不宜用多口炉	98
Factor 62 部分悬空柜体加装照明	75	Factor 74 厨内型垃圾筒不是很有必要	98
FILE 10 6个实用案例, 展现完美厨房风格	76	Factor 75 空间够, 煤气灶避免紧靠墙	99
Factor 63 个案1: 宴客互动好的招待式厨房	77	Factor 76 洗碗机、水槽应设在同一水平线	100
Factor 64 个案2: 吧台双机能的品酒式厨房	81	Factor 77 水槽、切菜平台上方应有照明	100
Factor 65 个案3: 边煮边招呼的居酒屋厨房	84	Factor 78 小厨房避免使用转角五金柜	101
Factor 66 个案4: 一体两面的吧台厨房设计	89	Factor 79 中式烹饪, 水槽跟炉具最好在同一面	101
Factor 67 个案5: 甜蜜蜜小餐馆厨房设计	93	Factor 80 冰箱与墙之间加装柜子, 空间不损耗	102
Factor 68 个案6: 升降旋转电视与多媒体厨房	94	Factor 81 厨房宽度不足, 避免规划双排吊柜	103
FILE 11 细节规划让厨房更实用	96	Factor 82 冰箱紧邻水槽, 加侧板作区隔	103
Factor 69 水槽对窗, 注意窗框居中	96	Factor 83 厨房地板排水设计非必要性	103
Factor 70 煤气灶下空间不宜设烤箱	97	Factor 84 水槽柜采凹型抽屉, 收纳方便性高	103
Factor 71 无底柜的地方不做吊柜	97	Factor 85 炉台与水槽间保持安全距离	104
		Factor 86 无踢脚板设计, 柜体悬空更好清理	104
		Factor 87 吊柜采横式上掀门设计	105

第四章 聪明挑选厨房设备与建材 106

FILE 12 选对家电设备, 厨房效率加倍	108	Factor 95 洗脱烘设备	118
Factor 88 油烟机	108	Factor 96 蒸炉	118
Factor 89 洗碗机	110	Factor 97 酒柜	119
Factor 90 烘碗机	112	Factor 98 滤水器	119
Factor 91 烤箱	113	Factor 99 嵌入式咖啡机	120
Factor 92 煤气灶	114	Factor 100 冰箱	120
Factor 93 电炉	116		
Factor 94 微波炉	117		

FILE 13 挑选建材配备及五金零件	122	Factor 106 升降五金	128
Factor 101 门板	122	Factor 107 灯光	129
Factor 102 台面	123	Factor 108 水槽	130
Factor 103 橱身板	124	Factor 109 水龙头	131
Factor 104 铰链、滑轨、上掀器、转角五金	125	Factor 110 周边整修	132
Factor 105 高身拉篮	128		

第五章 确定厂商及施工

134

FILE 14 寻找好厂商	136	FILE 15 硬体施工注意事项	139
Factor 111 厨具选购基本资料清单	136	Factor 116 格局未修改, 最好分二次施工	139
Factor 112 多渠道询问厨具厂商	137	Factor 117 密闭式改开放式的设计流程	140
Factor 113 丈量空间, 最好在现场沟通	137	Factor 118 改换风管位置、壁式龙头要注意	140
Factor 114 提出需求, 检查图面设计缺失	137		
Factor 115 报价单暗藏玄机, 价格应逐条评比	144		

第六章 快乐进厨房

142

FILE 16 厨房保养小妙招	144	Factor 125 人造石台面避免染色	149
Factor 119 三块地毯论	145	Factor 126 异材质接合处用漂白水去渍法	149
Factor 120 油烟机怎么洗	145	Factor 127 油烟机吸力效能检测法	149
Factor 121 煤气灶保养首要是炉心清理	146	Factor 128 美耐板用百洁布刷洗	149
Factor 122 注意水龙头出口滤网是否阻塞	147		
Factor 123 垃圾怎么清	147	FILE 17 五大未来厨具设备发明概念	150
Factor 124 不锈钢台面要顺纹路擦拭	148		

第一章

厨房空间的全新定位



FILE 01

装修厨房，添购厨具10大困惑全解

你可曾问过自己，为什么不想自己下厨呢？是不喜欢展示自己的厨艺呢？还是因为下厨很麻烦？不但做一顿饭下来会汗流夹背，还会弄得整间房子充满油烟。而且弄的自己腰酸背痛，既无法和大家一起快乐享用美食，还要费力地处理一堆家务。

这一节内容为你解开装修厨房添购厨具的10大困惑，其他像是否拆墙？预算到底如何才够？以后的文章都会有具体的指导。

▼在干净的厨房做菜，心情愉快，菜肴当然也是色香味俱全。



图片提供/OMO欧盟厨具



▲开放式厨房破除传统密闭式厨房的闷热、拥挤的印象，温润的木地板、厨具门板，更易与室内空间做搭配。



▲“一”字型厨具是传统厨房常见的设计，如再加上密闭式空间，让人容易产生不好的感觉。

Factor 01 下厨煮饭老是热得满头大汗

传统的厨房设计为密闭式空间，即使有对外窗也往往窄小，使厨房内部空气流通受阻，一旦在厨房内开火煮饭，热气沸腾向上飘升，封闭式空间散热不好，加上外部空间的冷气不易进去，让下厨者感觉十分闷热。

利用开放式厨房设计将外部冷气引进厨房，就算是密闭式厨房也尽可能装置冷气设置，为热气腾腾的厨房降温。

Factor 02 在厨房备餐时总是对着墙

一般的厨房规划，洗、切、煮大都是靠墙设计，使得人们不论是洗菜、炒菜或洗碗等，都是背对着客厅、餐厅、面对着墙壁来操作。

将电器柜及收纳柜、冰箱改为靠墙，洗涤的动作改于岛型桌区域完成，让使用者在清洗食材、餐具时，能够与客、餐厅的家人进行互动。

Factor 03 在厨房忙做菜，无法与访客共享美食

简单的双口炉、电器设备，不仅烹饪方式、种类的变化少，更重要的是，负责掌厨的人大部分靠双口炉（就算是三口炉亦如此），往往一桌佳肴备齐了，客人也已八分饱，等着饭后甜点及水果，让掌厨的人失去了与大家共享用餐时的欢乐。

其实，喜欢掌厨请客的你，应该增加购买厨具预算，适度地扩充厨房空间与设备，添加几项电器设备，如蒸锅、微波炉等，让煎、蒸、煮、炸分工进行，掌握做菜时所耗费的时间，并调整程序，让需较长时间蒸煮的菜肴先备好以便预先烹饪，再分次分类，用各种不同的烹饪电器分别进行，不要再像过去只靠煤气灶了。一般而言，都能在1小时内将一道道美食端上桌。

Factor 04 还在用单一煤气灶煮菜

以热效能和用电量来评价，两者是差不多的，煤气灶的火力并不会特别优于电磁炉。两者的使用差别在于，热炒时，火焰随着炒菜锅底往上展延，而电磁炉除锅底热之外，外锅边就无法如锅底般热度。如果家中有热炒习惯，不妨选用电磁炉，而且电磁炉的强化玻璃炉面也无煤气灶的炉心，炉架好清洁。

根据烹调习惯来选择炉具，如中式热炒选择煤气灶具。不过，养生饮食流行全世界，东方民族习惯大火快炒的烹调方式会逐渐减少，因为研究表明，热炒所制造的油烟是致癌因子，对于经常性使用热炒的人来说，即使本身不吸烟，也有患肺癌的潜在可能性，近年来电炉的使用性有增加的趋势。在厨房设计上多采用电磁炉和油烟机。

Factor 05 厨房墙面难清理

另外，厨房的磁砖墙面沟缝易“藏污纳垢”，而一般使用的炉面，不论是珐琅炉面或不锈钢炉面，在大火快炒后，留下的油渍、污痕也不好刷洗，增加厨房做家务后的时间。使用不锈钢板时，在擦洗不锈钢面时要顺着面材的纹路，避免刮伤，变成小花面。磁砖墙面、炉面也不妨改用好清理、又无接缝的强化烤漆玻璃，沾染上油污，用布蘸湿中性清洁剂即可轻松除去。

▼家人的饮食习惯是炉具选择的关键，如煤气灶适合中式快炒使用，此外也可于厨房里适度添加其他设备，如电磁炉或烤箱及蒸炉等，变化菜色又能提高烹饪效率。



设计达人秘诀

墙面清理， 每餐保养很重要

厨房是家里最容易染上油烟的地方，加上总接触汤汤水水的机会高，保持墙面的美观便很重要，也是降低厨房孳生细菌的好办法。除了全面使用好清洗的材质作为墙面建材，平常的保养功夫也不能省，每餐煮完后要顺手在墙上抹一把，让厨房永保光鲜亮丽。



图片提供/OMG欧盟厨具

快速检查你家厨房及不及格?

	健康厨房检查表	是	(不及格)	否	(及格)
Q01	下厨煮饭老是热得满头大汗		(0分)		(1分)
Q02	在厨房准备时, 总是冲着墙感觉不好		(0分)		(1分)
Q03	每次准备时, 一个人在密闭厨房里忙碌着, 无法与访客互动或聊天		(0分)		(1分)
Q04	用完餐, 事后要做的事很费力		(0分)		(1分)
Q05	做菜流程与过道规划是否不太顺		(0分)		(1分)
Q06	洗菜、炒菜及洗碗, 老是腰酸背痛 (无人体工程学高低差设计)		(0分)		(1分)
Q07	你还在用单一煤气灶煮菜, 缺乏其他电器及蒸煮配备		(0分)		(1分)
Q08	收纳厨房用品及餐具的橱柜仍属于传统开门型		(0分)		(1分)
Q09	缺乏高身电器柜, 及放置小家电的地方		(0分)		(1分)
Q10	缺乏储物柜, 储放干货及罐头类		(0分)		(1分)
		合计		分	

看看你家厨房得几分:

以上共10题检查你家厨房健不健康, 若是勾“是”得0分, 勾“否”得1分。你可以统计看看, 你家厨房得几分?

8~10分:太好了, 你家厨房跟得上流行, 不过如果看完本书后, 还可以得到升级。

5~7分:你家的厨房还算好用。不过, 从长期来看, 仍建议你如果有一笔预算, 可计划一段时间后, 在重新装修时, 将厨房与餐厅之间做大幅度的调整及设计。

0~4分:赶快把你家的厨房换掉吧。既不安全又不健康的厨房环境, 反而会使你提早变衰老。



◀在规划厨房前可以要求厂商先在电脑上模拟3D画面, 以便假想一下厨房装修出来的样子。





图片提供/OMO欧盟厨具

▲ 根据炉台大小选购一台适当的抽油烟机才是最好的办法。

Factor 06 煮菜时习惯打开门窗，让油烟散去

不论是开放式厨房或封闭式厨房，在煮菜时不应将门窗打开，最重要的原因是抽油烟机的排烟效果会因室内外的空气对流而降低，尤其是高层楼房，室内外的空气对流更为强烈，更不应开窗。而正确的做法应该是在下厨准备炒菜时，紧闭门窗，让油烟机充分发挥它的功效。当然，根据炉台大小选购一台适当的抽油烟机才是最好的办法。

Factor 07 煮饭、洗碗后，老是腰酸背痛

传统的厨房规划，在炉具区、水槽区的高度安排都采取一致性。换句话说，人们是在同样的高度来炒菜与洗碗，造成须弯着腰洗碗或抬高手臂炒菜的不方便。其实要解决这方面的问题，建议最好采用高低差台面设计。根据使用者的身高来设计洗、切、煮区域的高度，彻底摆脱不符合人体工程学的下厨姿势。

Factor 08 清洗碗盘总是耗时耗力

油腻的碗盘堆成堆及满是油垢的墙面、炉面，往往让你很烦恼。因此，考虑到清洗碗盘耗时耗力，一般习惯将碗盘堆放于水槽内，一日清洗一次或隔餐洗，形成脏乱的景观，让人更加远离厨房、不愿做家务以及在家开火。加装抽屉型洗碗机，由于内容量不大，可一次清洗少量的油污碗盘，如果碗盘数量过多，也可分批洗净，一般可分成两次清洗就足够了。

Factor 09 冰箱一放进厨房，空间变得非常小

一般来讲，冰箱就应该摆进厨房里，但厨房太过狭小就要有所改变买小冰箱或摆在后阳台。而且传统厨房空间原本就狭小，除去冰箱位置，洗、切、炒的过道已不是基本尺寸240厘米，除非打掉间隔墙，不然厨房空间还是太小了。以现代人的生活习惯来看，冰箱已不是厨房存放新鲜食材的专用设备，多少人一周下厨不超过2~3次，却天天需要冰箱来保存饮料、水果、零食点心等。不妨利用邻墙做凹洞设计来摆放冰箱，或置于餐厅角落、与餐厅柜做整体规划，当以上方法均不适用时，建议你最好选购较深且容量又不小的“瘦高”型冰箱，以利于搭配厨具作整体设计。



◀冰箱的位置关系到厨房动线的顺畅性，如冰箱与水槽位置的考虑，厨房与餐厅的使用便利性等等。

装修小常识

落地型洗碗机与 抽屉型洗碗机

落地型洗碗机的容量大，但相对也占空间，常常是使用后碗盘堆置于水槽，再一次整理清洗，且使用时须弯腰置放。不过现在家庭成员少，在家开火很少，带动抽屉式洗碗机的流行，少量洗净、少占空间，而且更符合人体工程学。

图片提供 / OMO欧盟厨具