

BED ROOM 卧室

家装直通车

段新晓 主编
湖南美术出版社





家 装 直 通 车

卧 室

B E D
R O O M

段新晓 主编
湖南美术出版社



图书在版编目(CIP)数据

家装直通车/段新晓主编. —长沙: 湖南美术出版社,
2007

ISBN 978-7-5356-2632-5

I. 家… II. 段… III. 住宅—室内装修—图集
IV. TU767-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 000683 号

读者如有不明之处或需邮购, 请电话联系。

地 址: 长沙市湘湖路 30 号金泉公寓 2-201

网 址: <http://www.yhcul.com>

长沙市越华文化传播有限公司 邮 编: 410001

电 话: 0731-2193849 2183429

家装直通车·卧室

策 划: 越华文化

主 编: 段新晓

责任编辑: 范 琳

责任校对: 徐 盾

出版发行: 湖南美术出版社
(长沙市东二环一段 622 号)

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 长沙湘诚印刷有限公司

开 本: 889 × 1194 1/16

印 张: 25

版 次: 2007 年 2 月第 1 版 2007 年 2 月第 1 次印刷

印 数: 1-6000 册

书 号: ISBN 978-7-5356-2632-5

定 价: 149.00 元(共五册)

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0731-4787105 邮 编: 410016

网 址: <http://www.arts-press.com/>

电子邮箱: market@arts-press.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题,
请与印刷厂联系调换。



目录

CONTENTS

1 睡眠环境的五点要素 /1

2 卧室的照明设计 /1

- ◇ 最好的光照效果的取得
- ◇ 不可缺少的实用照明
- ◇ 卧室柔和灯光的营造法
- ◇ 卧室陈列品的局部照明

3 做好卧室地面工作的“千方”与“百计” /13

- ◇ 卧室地面饰材的要求
- ◇ 丰富的地面饰材
- ◇ 地板的维护和保养

4 墙面饰材的挑选 /33

5 窗户——卧室的“亮”点 /41

- ◇ 窗户的形式
- ◇ 卧室窗帘摇曳风情

6 床 /48

- ◇ 床垫知识
- ◇ 床的款式



7 根据年龄打造完美卧室 /54

- ◇ “幼儿期”的卧室要充满动感
- ◇ “青少年期”的卧室要突出个性
- ◇ “中老年期”的卧室宜素雅简洁

8 现代卧室大变身 /59

9 告别卧室凌乱的六个策略 /63

10 谨慎装修，避免儿童卧室受污染 /65

11 五个方面布置舒适客房 /69

12 小贴士 /72

- ◇ 如何巧妙设置梳妆台区
- ◇ 居室空间不够，如何解决客房的问题
- ◇ 夏日卧房营造清爽感觉
- ◇ 卧室花卉的选择与摆放

1 睡眠环境的五点要素

要进行卧室的设计，有必要先了解人所需要的睡眠环境，针对睡眠环境的特殊性来打造卧室空间。不同年龄的人对睡眠环境有不同的要求，因此，卧室也有多种不同的设计法。

营造一个有利于睡眠的卧室环境，对任何人都是十分重要的。

1. 睡眠的空间宜小不宜大。在不影响使用的情况下，睡眠空间可以适当小一点，人们普遍存在着私密性心理，因此，睡眠空间越小越使人感到亲切与安全。

2. 床铺的宽度，单人床以70厘米以上为好。宽度过窄，会给人局促的感觉。因为人在睡眠中，大脑仍存在着警戒性，若在床上活动频繁，床太窄会让人时刻担心自己在翻身时从床上跌下去，这样人在睡眠时就得不到放松，从而难以入睡或睡不踏实。

3. 睡床以一边床头靠墙，两侧留出通道为好。这不仅有利于下床、上床，且使空间有宽敞感，促进了卧室空气的流通。

4. 被褥要柔软、轻松、保暖、干燥与清洁；睡衣宜宽大；床单枕套、蚊帐等要常清洗、常晾晒。

5. 保持卧室、卧具的清洁，床下不要堆积杂物，以免藏污纳垢，招致蚊虫鼠蚤的繁殖与滋生，对人的睡眠产生干扰。

2 卧室的照明设计

◇ 最好的光照效果的取得

卧室里好的照明不仅能给人足够舒适的感觉，对消除人们一天工作的辛劳也很有帮助，还能有效地突出卧室的装饰风格，同时也有利于营造出需要的气氛。卧室可以采用背景灯、专用灯和重点照明灯三种照明，各类照明根据需要交错使用，形成变幻的灯光效果，能使房间在明快、实用与朦胧、充满情调两种氛围中转换，从而实现卧室最佳的光照效果。卧室的光照作为一个重头戏，设计时在照顾整体气氛的同时要使其有一定的与众不同的效果。





→可调节灯更适合于卧室

卧室的灯光应当选用可调节的。卧室有时不得不布置比实际需要更多的照明，因为人在卧室对灯光有不同的需求，有些人喜欢在昏暗的灯光下入睡，有些人则会在柔和的灯光下阅读，有的人喜欢卧室有灯影交错的朦胧情调，也有些人需要卧室有亮度较高的照明。从房间的色调来看，如果房间以暗色调为主，则需要加强照明，因为暗色能吸光，因此，可调节的灯光就能同时满足各种需要，给人一个有完备照明功能的卧室空间。

→各类灯泡的选用

钨丝灯、普通奶黄色灯，常常能起到渲染气氛的效果。卤素灯功率小，主要提供白色、柔和的灯光。这些灯的光线强，在用作上照灯、下照灯、聚光灯和重点照明灯时效果很好。荧光棒会放射一种强烈的光，不能直接用于卧室照明，但用一个专门的半透明隔墙遮挡一下的话可以在此成为很好的照明工具。









→ 专用照明

卧室里有一些具体工作要进行时，就需要采用一定的专用照明。卧室的专用照明是指用来读书、工作、化妆和卸妆的灯光及衣橱和食橱内的采光。

→ 重视灯光的流畅性

在空间较小的卧室里要避免出现刺眼的阴影区，因为它们阻碍视觉的流畅性，使人有不舒适之感。卧室里的光线如做到均匀分布的话就能够减少这种感觉。多种灯具的合理布置能使灯光相互补充，从而实现其均匀分布。

→ 灯光是氛围营造的高手

灯光控制系统使用越灵活，用户越容易掌握，就越容易制造出符合要求的气氛。调光器开关应该安装在门边或床边，这样就能随时掌握卧室的灯光氛围。蜡烛是最能营造浪漫气氛的一个道具，在保证安全的前提下，在卧室亮起点点烛光，会让人拥有最浪漫的夜晚。





→洗浴室照明的原则

卧室内的洗浴室能给人提供更多的方便。洗浴室亦是卧室的重要组成部分。浴室内也应该有适当的照明，但是浴室是一个使人放松的地方，所以常见的浴室内照明要遵循两个原则：一是讲求实用，注意防水；二是营造氛围。

→灯具布置需检查

灯光的合理布置可以消除影响视线的阴影和眩光。怎么检查才能知道灯具布置是否合理呢？可以在布置灯具之前，先从床上横卧的角度看看灯具能取得怎么样的装饰与光照效果。

◇ 不可缺少的实用照明

卧室作为以睡眠为主要功能的空间，同时具有其他功能，为了满足这些功能的需要，须在卧室安装一些实用性的照明，也可以作为映衬房间风格的额外配置。

→台灯

在床头放置专用照明是卧室灯具布置中普遍采用的。床头的台灯在布置时有一些细节性的要求。首先是要保证床头台灯有足够的高度，使照射到书上的光线角度合适，而且还不会引起眩光。其次，床头台灯最好可以调节亮度，这样能实现其更多的功能。再次，若要节省空间，可以在旋转臂上安置嵌墙式台灯。另外，如果卧室使用的是超大尺码的床头板，那就把台灯夹在床头板上。角度平衡的落地灯适用性很强，因为它可以移动到房间的各个角落来提供专用照明。

→虚光

卧室里的梳妆台和穿衣镜两侧的嵌墙式灯具能提供无眩光的照明。





→工作区的照明

把工作室合并到卧室里面，是忙碌的现代人的家居布置新方向。一张简易的书桌，一把椅子再加上盏带有旋转臂的卤素台灯就足够组合成一个小工作区域。如果这个工作区位于书架下面，也可以在书架下部边缘安装一盏小型的下照灯。

→橱柜内采光

打开摆放衣物的橱柜，如果有自然光射入的话并不影响生活方便，但是如果卧房内本身光线较暗，或装有不透明的柜门，就可以在橱柜层板里藏灯，即设置隐形灯，给橱柜内补充足够的光亮。



◇ 卧室柔和灯光的营造法

卧室的光线应柔和分散才适合卧室空间的需要。一个静谧的睡眠环境，离不开柔和灯光的烘托。市场上不同效果的灯具增多，使得卧室灯光变柔和在如今并不是一个难题。

装在天花板上的单个吊灯可以产生柔和明亮但不夸张的光线。在天花板上使用小型的下照灯作为整个卧室的背景灯，它们的光线能够照亮房间周边区域，而且显得浪漫，但要注意这些灯一定要用单独的调光器开关来控制。

把照明灯恰当地放置于桌上或地板上，通过调光器开关的控制能为卧室提供最平衡、最和谐的背景光。照明灯要选择反射性好且有奶白色的衬里的灯罩，如金色、让人感觉温暖的深粉红色等。为了同时达到装饰效果，照明灯的底座和灯罩要仔细挑选适合的尺码和形式。







灯座和烛台能使周围的灯光显得柔和而优雅，如果在两侧装上漂亮的镜子，灯光的效果会更好。

在洗脸盆边和地面装上一些低功率的上照灯，可以营造出一种柔和的气氛，而且能够突出墙壁的纹理，突出建筑细节，给人精致的感觉。

◇ 卧室陈列品的局部照明

卧室作为一个私密空间，可以按照自己的喜好、品位来设计、装饰。陈列品是这一空间少不了的装饰，能将空间点缀得极其雅致，具有情调。突出陈列品的方法有很多，局部的灯光照明是最佳方法，它足够让卧室的装饰效果提高一个档次。

→ 镁光灯

镁光灯是最能让空间充满艺术气息的灯具，对一些有艺术感的装饰品，用镁光灯来进行局部照明是再好不过的。但是，如果是用于图画照明，它就只能照亮没有上釉的图画，否则可能会产生眩光。使用镁光灯意味着照明范围只能固定在一个区域内。也可以采用带有集中光束的嵌顶式微型镁光灯，它的集中光束正好适合于单个物品的照明，但是其价格比较昂贵。

