



■非常提示

低软沙发 让人易疲劳



随着现代家具样式的不断创新，简单低矮的沙发成了一种新时尚。殊不知，沙发的高度和宽度跟健康有着密切关系。专家建议，过于柔软和低矮的沙发，挑选时一定要慎重。

北京市家具材质监测站站长罗忻分析说，沙发的制作有一定标准尺度。一般来说，沙发的座高应该与膝盖弯曲后的高度相符，才能让人感到舒适；沙发靠背高度则是根据腰椎曲线来设计，腰部以上1/2处有支撑点才能让身体感到舒适。从标准尺度来看，单人沙发的座面高度应保持在42厘米左右（这个高度包括座面加了重物压力后的尺度），另外，沙发的座前宽不要小于48厘米，座面深度应在48~60厘米之间较为适宜。

双人或3人沙发的座面高度与单人沙发的座面高度标准一致，座面宽度则有相应变化。3人沙发每个人的座面间距以45~48厘米为宜，双人沙发的座面间距可以更大，一般为50厘米，视使用者胖瘦而定。此外，沙发扶手一般高56~60厘米。

罗忻指出，如果沙发座面太高，人坐在上面，双脚无法自然下垂，坐久了会使腿脚很不舒服；如果沙发座面太低，人站起来时又会感觉很费劲。如果沙发座的前宽过小，沙发的空间就会变得狭窄；如果沙发座的座面过软，人坐在上面臀部容易深陷进去，这样会导致小腿过度弯曲，无法自然下垂，腿肚容易受压迫；如果沙发座的座面太硬，人坐久了会有种坐不住的感觉。

“过于低矮柔软的沙发，久坐后会令身体产生不舒服的感觉，甚至还会让人觉得很疲劳。”罗忻说。长期如此，容易对人们的健康产生一些不良影响，甚至引发脊椎变形、腰肌劳损等疾病或其他关节病。相关医学资料显示，过软的沙发会使人整个臀部陷入沙发中，特别对于男性来说，久坐后，会压迫到男性生殖器，使睾丸附近的血管受阻，从而导致一系列不良症状发生，有损男性健康。

罗忻提醒说，人们在购买沙发时，一定要先坐一坐、看一看，先感受一下，以舒适为重，切不可只看样式，不顾沙发的实际用途。
(辛华)



人眼所见 功能为先

整个空间给人最深刻的印象莫过于加强型的空间功能划分，每一方空间都有其鲜明的功能特征。一楼的入口是厨房，买菜归来便可以直入厨房，与庭院门相近的位置也保证了厨房良好的采光和通风；餐厅与开放式厨房相通，宽大的餐桌和成排的餐椅标示着不容置疑的功能指向，作为公共区域，这一层还配备了客卫，以便于和私人区域做一个完整的分割。

地下一层的冬暖夏凉是被定位为客厅的最佳理由，沙发、茶几、电视等一应俱全，玻璃顶的天井让光线完全浸透了整个地下空间。

顶楼是主卧所在，一方卧室，一方主卫，功能简洁明了。卧室的衣柜入墙设计，将活动空间留存到最大限度。因为卧室将近一半的空间是收编了原来的阳台面积，所以会有一些立柱之类的问题出现，主人家的应变能力得以完全施展，用原木把立柱统统拥入怀中，变身为主卧书架的组成部分。



独家素描

当60多平方米的空间可以成就3层复式的居室；当每个空间都被打造成独具功能性的区域；当充满灵性生机的植株被赋予了家居气质承载体的使命，不要认为这是哪位设计大师的标志性作品，这仅是一对中年夫妻凭着对家的无限热爱而完成的一段生活场景。



轻拈花枝 天然为重

鲜花和绿色植物在整个家居空间中以主线形式存在着，并且以季节的转换而变更。一楼的餐桌上是点赤滴翠的柳枝，挂满了精致的小红灯笼。邻近餐桌的大理石窗台上则摆放着亭亭玉立的“凌波仙子”和青翠欲滴的富贵翠竹，映着竹帘后染进窗棂的光线，非常经典的中国情调。

卫生间的绿色是玲珑而精致的，小小一丛细叶，衬得卫生间剔透灵慧起来。地下一层那玻璃顶棚的天井，初见那个别致的花架，总会赞叹设计者的智慧，当揭示其“前世”的面目是游于墙面的灰色水管，被藤萝所缠绕、为装饰花所点缀，被架起的隔板颠覆了之前的硬冷、丑陋，重生为一面被盎然生机层层叠加的花架。



巧手变幻 灵慧为心

若说功能划分是因地制宜，植株繁茂是自然恩赐，那么家中的各种DIY饰物的制作则彰显了主人的独具匠心。在外用餐，剩余的餐巾规整而富有质感，积少成多之后用毛线勾花相连，铺开就变成了一块精美独特的餐布，连餐椅垫也将毛线勾花作为衍用元素，使整个用餐空间的风格得到了高度统一。小餐巾的叠加使用保证了餐布的完整性，而毛线勾花的镂空则体现着虚实相间的美学原理，在材料再生上充分利用现有物资，绝对环保低碳。

此外，花器的巧妙选择则更加突显了主人家的巧手慧心，醇香的酒尽了，酒瓶便是绝佳的造型花器，不知道那些插入期间的绿枝，是否因为醉意而显得那样的婀娜多姿？
(灵铭)

