



家里的卧室有几盏灯? 对于不少中国家庭来说,卧室通常只有一盏吊灯或吸顶灯。最多是在床头柜上各增加一盏台灯,方便床头阅读时不干扰到对方。

而在注重生活品质的家庭里,即使卧室的空间再小,不会只有一两盏灯。灯光的配搭、灯光的布局,这一切都能大大地影响卧室的居住感受。看似简单的卧室,要布好灯光其实不是一件容易的事。

布置卧室灯光也是一项技术活

吸顶灯应该防眩光

躺在床上时,是不是总会觉得头顶的吊灯或吸顶灯存在感很强? 甚至很刺眼? 这是不少中国家庭灯光设计容易忽略的一点——没有注意防眩光。

人坐在或躺在床上时,天花板上的灯光进入了视线范围。如果使用可以直接看到灯泡的灯具,或者面积很大、亮度很高的吸顶灯,眼睛受到刺激就会感觉到不舒服,影响居住心情和卧室睡眠。因此,在选择卧室主灯的时候,无论是吸顶灯或者是吊灯,应该做防眩光处理。例如,选择磨砂灯泡或半透明灯罩,削弱直射的强光。

另外,不要下意识地以为卧室主灯就一定要足够亮。需要亮度的使用功能(看书、视物等)不一定需要依靠主灯,而可以借助阅读灯等其他灯具。主灯提供不要太亮的泛照明则可,还有助于营造氛围。

吊灯不如“藏”灯

在一些设计前卫的卧室里,甚至看不到主灯的存在,越来越多人喜欢“藏”灯的设计。例如在天花板上做一圈灯槽,将灯光“藏”起来。灯光通过打在墙上漫反射,让整个空间的灯光更加自然、柔和。人躺在床上,再也不会受到头顶灯光的干扰,减少了睡眠负担。在有条件的情况下,将主灯“藏”起来,确实是一个更加人性化的设计。

功能照明,一盏阅读灯足矣

去主灯的观念很好,可是主灯不够亮,看东西岂不是很费力?

其实,在灯光设计的理念里,一个空间的灯光主要有三类:泛照明、功能照明和气氛照明。泛照明不需要非常亮,只需要看清楚物品、舒适的亮度就可以;功能照明则需要提供足够的灯光,方便阅读、写字、做手工等精细活;气氛照明则是增加空间装饰和舒适度的元素。

按照这个理论,需要仔细看东西时,只要功能照明就足够了。在房间里需要功能照明,大多是阅读、写字,床头柜内翻找东西的时候。这一切,仅需要一盏阅读灯或床头灯就可以满足。于是,主灯和台灯的功能就明显地区分开来。

另外,还建议可以在衣柜里增加嵌入式照明,例如打开门就可以感应打开的灯条等,这样可以让衣柜更加贴心、好用。

气氛灯增加情调

卧室的主要功能是用来睡觉的,因此,营造助眠的氛围也是卧室的一项任务。

可以在卧室适当增加气氛照明,例如在地面上、角落里有泛光的落地灯具。桌面或墙面上可以有气氛灯,例如桌子上可以摆放仿真蜡烛,营造情调;在墙面上可以挂微光的串灯,营造星星点点的浪漫氛围等,都可以让卧室变得讨人喜欢起来。甚至一些空间设计会在床的四周低处使用照度不高的灯带,活用灯光,增加空间的设计感。

(新快)