

楼层高低影响寿命



不同的人选房子，标准不同。有的注重地段，有的在意采光，有的挑剔楼层。日前，瑞士伯尔尼大学一项新研究发现，住得越高的人健康状况越好，且寿命更长。

楼层高还是低 各国看法不一

这项刊载在《欧洲流行病学杂志》上的研究覆盖了瑞士150万人，雷多斯洛等研究者们发现，相比住在低楼层的人，住8楼以上的人早亡风险低22%，其中，死于肺部疾病的几率低40%，死于严重心脏病的几率低35%。相反，居住在低楼层的人则大多死于肺部和心脏疾病。研究认为，之所以有这种结论，是因为高层住宅比低层住宅的空气污染少、噪音也相对更小。

除了瑞士，俄罗斯也更青睐高楼。俄罗斯《科学与生活》杂志曾刊文说，低层虽离地面近，同外部联系方便，却存在湿度大、空气循环不畅等问题。在俄罗斯人眼中，7层是“黄金楼层”，因为这个楼层安静，不受噪音影响，且不至于让人达到恐高的程度。

但并非所有国家都认可高层住宅。在欧洲国家，6层以上的楼层被认为有害健康；在美国，受“逆城市化”（城市人口向乡村、小城镇回流）影响，独立式的低层住宅占主导地位；即便在人口高度密集的日本，二三层的民居也最普遍。日本一项统计数据显示，2层的住宅楼占其所有住宅楼比重的54.85%。

这些国家的居民认为，高层住宅对生活，特别是儿童成长有不良影响，比如，长期住在高楼层，远离地面，会导致心理压抑。同时，一定程度上让人变得不爱出门，不利邻里交流，逐渐使人变得“宅”和孤僻。此外，高层住宅空气相对稀薄，对患有心血管病、支气管疾病的人来说，容易加重病情。

住得高有利有弊

“城市住宅高度的确会对健康产生一定影响。”国家城市环境污染控制技术研究中心研究员彭应登表示，城市低层住宅最先受到近地面的商业设施、道路交通、卫生状况等影响。相反，高层住宅受到的影响则会小很多。

空气质量高。一般来说，离地面越高的楼层，空气越干净。彭应登解释，气态污染物如二氧化硫、氮氧化物、一氧化碳等，以及人们熟知的PM2.5和PM10等颗粒污染物，会随着楼层高度的增加而递减。如果住宅临近商场、闹市、路边烧烤、餐馆等地，相对来说，住在高层，空气质量相对较好。

噪音污染小。通常，噪音随着距离变大而递减，每高1层楼，噪音就会降低约10分贝。而且，高层住宅的空调、冷却塔等噪音很弱，交通噪声也相对少些。但彭应登也指出，如果高层建筑靠近城市主干道附近，中间3~5层往往噪音最大，但8楼以上噪音相对要小。

身心相对健康。复旦大学心理学系教授张学新表示，高层住宅采光好，通风足，相对明亮、安静，人会更为放松。更有益的是，高层住宅湿度低，发生骨关节炎、风湿病等疾病的风脸小。研究表明，高层住宅可减少放射性污染物——氡气对人体的侵害。因为氡气由低层向高层逐渐递减，从而有效降低了肺癌风险。

同时，专家们还指出，住得太高也未必全是好处。彭应登说，高层虽能一定程度规避喧嚣，但对周边道路狭窄、高楼林立的小区来说，噪音经过多次反射，甚至比低层还高。北京大学人民医院心内科主任医师张海澄也表示，楼层越高，人们反而会更频繁地乘坐电梯，导致更加缺乏锻炼。

英国军医法宁公布的一项调查报告显示，高层住宅中，人们患精神、神经系统类的疾病更多，是低层独宅居民的2倍以上。此外，高层住宅还更易发生失足坠落、电梯故障、自杀犯罪等事件。

位置、环境是关键

到底是住得低好，还是住得高好？中国老龄科研中心老龄健康与宜居环境研究所副所长伍小兰认为，住宅高度仅是影响健康的因素之一，没有确切标准。选房时，位置、环境才是关键，她给出了几个具体建议。

位置优先。选房子要多考虑周边环境，尽可能远离闹市、商业区，最好选择不临街的住宅楼；同时，还要注意绿化是否达标，因为绿化好、有水池的小区，空气质量相对更高。此外，交通是否便利，周边教育、市政基础设施是否配套也要考虑在内。

层高达标。彭应登建议，单个层楼高度最好不低于2.6米，以保障充足的空气流通容量。

光照充足。光照充足不仅会给人带来好心情，还利于杀菌，帮助人们补充维生素D。因此，建议大家选择阳面、采光通透的户型。

满足需求。清华大学建筑学院博士林婧怡表示，如果家中有老人或行动不便者，最好选择有电梯的住宅楼，以便出行。

此外，自己也可以做些改变，调整住宅的“微观环境”。比如，增强门窗密封性，无论高低层，都要装上纱窗，避免尘土、花粉污染；做好室内清洁，安装新风系统和隔音设施；适时开窗通风，尤其冬天室内氡气、PM2.5较高，不能为了保暖不开窗。（高阳）