

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 displays,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 楼层,噪音就会降低约 10 分贝。而且,高层住宅的空调、冷却塔等噪声很弱,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 楼以上噪声相对要小。

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、风湿病等疾病的风险小。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,单个楼层高度最好不低于 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)