

65 YAŞ ve ÜZERİ BİREYLER İÇİN ÖRNEK KONUT ve İÇ MEKÂN TASARIMI ÖNERİSİ

Mehmet SARIKAHYA¹, Oğuzhan UZUN², İhsan KÜRELİ³

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, İç Mimarlık ve Çevre Tasarımı Bölümü, Afyonkarahisar, TÜRKİYE

²Çankırı Karatekin Üniversitesi, Meslek Yüksekokulu, Malzeme ve Malzeme İşleme Teknolojileri Bölümü, Çankırı, TÜRKİYE

³Gazi Üniversitesi, Teknoloji Fakültesi, Ağaçişleri Endüstri Mühendisliği Bölümü, Ankara, TÜRKİYE

oguzhanuzun19@hotmail.com

Özet- Bu araştırmada 65 yaş ve üzeri bireyler için örnek bir konut ve iç mekân tasarımı önerisi yer almaktadır. Tasarlanan konutta salon, yatak odası, soyunma odası, misafir odası, antre, mutfak, banyo-WC yer almaktadır. Koridorla konut bölümleri arasındaki ilişkiler 65 yaş ve üzeri bireyler dikkate alınarak tasarlanmıştır. İç mekân tasarımında yaşlıların düşme tehlikesi göz önüne alınarak eylem alanları yere yakın planlanmış, keskin köşelerden kaçınılmış, zemin ve duvarlarda yumuşak, anti bakteriyel ve su tutmaz malzemeler kullanılmıştır. Çalışmada konut önerisi, iç mekân tasarımları ve mobilyalara yönelik görseller yer almaktadır.

Anahtar Kelimeler- İç mekân, mobilya, konut

SAMPLE FLAT AND INTERIOR DESIGN PROPOSAL FOR INDIVIDUALS AGED 65 YEARS AND OVER

Abstract- In this study, sample house and interior design proposal for individuals aged 65 years and over is emphasized. The saloon, bedroom, dressing room, withdrawing room, entrance, kitchen, bathroom-WC are available in the designed house. The relations between the corridor and parts of the house have been planned considering the elderly aged 65 years and over. The action areas have been planned as close to the floor by taking the falling risk of elderly into consideration sharp corners have been avoided, and soft, antibacterial and nonwetable materials have been used in floors and walls. Images of the house proposal, interior designs and furniture are available in the study.

Key Words- Interior design, furniture, house

1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Demografik göstergelere göre, Avrupa, Amerika ve Japonya'daki yaşlı nüfusu tüm dünyada en hızlı artan gruptur. Bu nedenle, toplumlar daha yaşlı ve daha engelli hale gelmektedir ve bu

Bu makale, 4. Uluslararası Mobilya ve Dekorasyon Kongresi'nde sunulmuş ve İleri Teknoloji Bilimleri Dergisi'nde yayınlanmak üzere seçilmiştir.

eğilimler gelecekte de artacaktır. Yaşlanma süreci, yaşlıların pek çok fiziksel ve zihinsel etkinliklerini kısıtlamaktadır. Dahası pek çok yaşlı, yaşamlarını kendi mevcut özel mekânlarında sürdürmektedir [1]. Yaşlanma, ilerleyici fizyolojik değişikliklerin, akut ve süregelen hastalıkların prevalansında/yaygınlığında artışın eşlik ettiği bir yaşam parçasıdır. Organizmanın yıpranması ve fonksiyonlarının bozulmasıyla beraber yaşlı kişilerde çevresel faktörlere uyum sağlayabilme yeteneği azalmıştır. Ülkemiz ve dünyada yaşlı nüfusun giderek artması nedeniyle, yaşlılığa bağlı hastalıklar ve dejeneratif değişikliklere sahip kişi sayısı önemli miktarda artmıştır [2]. Denge, kişinin vücut ağırlık merkezini destek yüzeyi içerisinde tutabilme ve bu durumu sürdürülebilirlik yeteneğidir. İstirahat veya hareket halindeyken, farklı ortamlar ve durumlarda düşmeksizin yeterli ve etkili hareket edebilmek için vücudun pozisyon ve postürünün aktif kontrolü için denge gereklidir [3]. Koyuncu çalışmasında; 65 yaş üstü bireylerin denge durumlarını değerlendirerek, düşme riski yüksek kişilerin tespit edilmesi ve bu risk ile ilişkili faktörlerin irdelenmesini amaçlamıştır. Sonuçta; 65 yaş üstü tüm bireylerin, rutin muayenelerinde denge değerlendirilmesinin de mutlaka yapılmasının, düşme yönünden riskli bireyleri erken saptamada yararlı olacağı kanaatine varmıştır [4]. Şimşekkan iç mekânlarda yaşlıların günlük yaşam aktivitelerini yerine getirirken kendi kendilerini bağımsız olarak idare edebilmeleri için değişen gereksinimlerine bir çözüm bulmak ve yaşam kalitelerini artırmak amacıyla tasarlanan ürünleri incelemek ve bu alandaki tasarım kriterlerini ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu ürünler bağımsız yaşamı ve yaşam kalitesini artırmayı ve onları sosyal hayata bağlamayı amaçlamaktadır [1]. Camara vd. yaşlı insanların günlük aktivitelerini yardımsız bir şekilde daha konforlu ve güvenli hale getirmek için mutfak ve banyolarda ergonomik bir analiz yapmışlar ve öneriler sunmuşlardır [5]. Hrovatin vd. yaşlı insanların mutfaklarının çoğunluğunun işlevsel veya ergonomik tasarımlarının yetersiz olmasına rağmen, % 72'lik bir kısmının mutfak düzenlemelerinden memnun olduğunu saptamışlardır [6]. Kothiyal ve Tettey yaşlı insanlar için tasarımda kullanılacak antropometrik verileri sunmuşlardır [7].

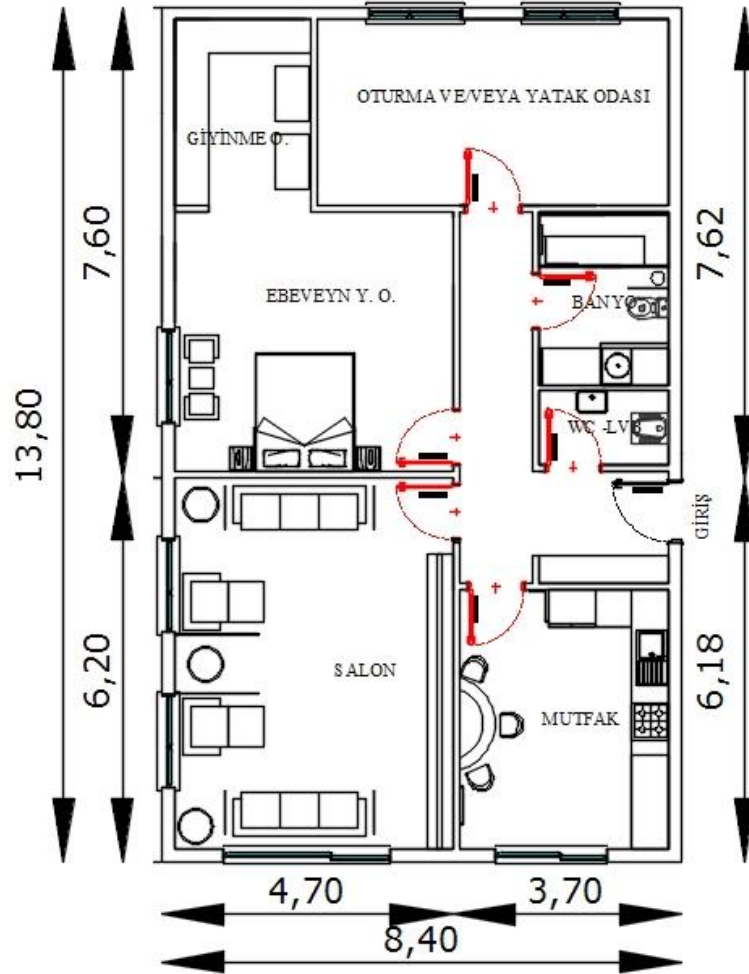
Literatür incelendiğinde çalışmaların konuyu mekan ve mobilya boyutunda birleşik olarak analiz etmedikleri görülmüştür. Bu çalışmada ise bütünlük bir analiz yapılarak iç mekan tasarımı yapılmış, mekanlar arası ilişkiler ve eylem alanları planlanmış ve sonrasında ise mekana ait mobilyalar tasarlanmıştır. Araştırmada 65 yaş ve üzeri bireyler için örnek bir konut ve iç mekân tasarımı önerisi sunulmuş ve kullanıcılar için daha sağlıklı ve güvenilir ortamlar oluşturulmaya çalışılmıştır.

2. YÖNTEM (METHOD)

Bu çalışmada 65 yaş ve üzeri bireyler için örnek bir konut ve iç mekân tasarımı önerisi yer almaktadır. Çalışma hazırlanırken Şimşekkan [1], Camara vd. [5], Hrovatin vd.'nin [6], çalışmalarındaki öneri ve tespitlerden faydalanılmıştır. Tasarlanan konut erkek ve kadın olmak üzere toplamda iki kişinin kullanımına yöneliktir. Tasarlanan konutta salon, yatak odası, soyunma odası, antre, mutfak, banyo-WC yer almaktadır (Şekil 1). İç mekân tasarımında yaşlıların düşme tehlikesi göz önüne alınarak eylem alanları yere yakın; gereksiz dolaşımların önüne geçmek içinse mekânlar birbirine yakın planlanmış, zemin ve duvarlarda yumuşak, anti bakteriyel ve su tutmaz malzemeler kullanılmış ve keskin köşelerden kaçınılmıştır.

3. BULGULAR (FINDINGS)

65 yaş ve üzeri erkek ve kadın iki kişilik bir ailenin kullanımına yönelik tasarlanan konut planı Şekil 1'de verilmiştir.



Şekil 1. Konutun planı (Ölçüler: metre'dir)

Tasarımı yapılan konutun mekân ve kullanım organizasyonuna ait çözümler plan üzerinde üretilmiştir. Bu çözümler aşağıda sırası ile verilmiştir:

- Plan tasarlanırken öncelikle mekânlar ve mekânlar arası ilişkilerin yakın tutulmasına özen gösterilmiştir. Buradaki amaç gereksiz dolaşımların önüne geçmektir.
- Salon özellikle yatak odasına yakın planlanmıştır. Böylece uzanma ya da uyuma eylemleri için uzun bir yol kat edilmeyecek, kolay bir şekilde ulaşım sağlanacaktır.
- Salonla mutfak yine yakın planlanmış ve yeme içme ihtiyaçlarının kolayca giderilebilmesi düşünülmüştür.
- Giyinme odası ebeveyn yatak odası içinde planlanarak gereksiz dolaşımların önüne geçilmiştir. Yaşlı kullanıcıların banyoda yer alan klozeti kullanmaları düşünülmüştür.
- Misafirler için oturma ve/veya yatak odası olarak kullanılabilir bir oda ve WC-lavabo düşünülmüştür.

Konutun antre düzenlemesi Şekil 2'de verilmiştir.



Şekil 2. Antre

Buna göre; antre zemininde, duvarlarda ve kapılarda yumuşak, anti bakteriyel ve su tutmaz malzemelere yer verilmiştir. Antreden geçerken kolaylık sağlaması için el desteği düşünülmüş ve el desteğinin alt kısmına acil durum butonları yerleştirilmiştir. Kapı kolları kilitli kalmayı engelleyici veya önleyici tasarımlardan [8] seçilmiştir.

Konutun mutfak düzenlemesi Şekil 3'te verilmiştir.



Şekil 3. Mutfak

Mutfak zemininde yumuşak, anti bakteriyel ve su tutmaz malzemelere yer verilmiştir. Vücudun uzanma zorlanmalarını ve oluşabilecek kazaları engellemek için üst dolapların yükseklikleri az tutulmuştur. Mobilyaların keskin köşeleri yuvarlatılarak düşmelere karşı önlem alınmıştır. Yıkama ve pişirme sistemlerinin akıllı sistem çözümleri içermesine özellikle dikkat edilmiştir.

Konutun yatak odası düzenlemesi Şekil 4'te verilmiştir.



Şekil 4. Yatak odası

Yatak odası zemin ve duvarlarında yumuşak, anti bakteriyel malzemelere yer verilmiştir. Yatak, olabilecek düşmelere karşı zemine oldukça yakın tasarlanmıştır. Yatarken ve kalkarken destek alınabilmesi için yatak başlığı kenarlarına el tutamağı düşünülmüştür. Yukarı uzanma zorlanmalarını engellemek veya sandalye üzerine çıktıktan sonra düşme risklerini en aza indirmek için elbise dolabının yüksekliği az tutulmuştur. Ayakta iken oluşabilecek baş dönmeleri vs. durumlar için elbise dolabının ön kısmına destek tutma parçaları konulmuştur.

Konutun salon düzenlemesi Şekil 5'te verilmiştir.



Şekil 5. Salon

Salonun zemin ve duvarlarında yumuşak ve anti bakteriyel malzemelere yer verilmiştir. Salonda yer alan tekli koltuklar rahat oturmayı ve şezlong tarzı yatmayı sağlayacak şekilde tasarlanmış ve oturma ve kalkmayı kolaylaştıracak el desteklerine yer verilmiştir. Tekli koltuklar televizyon izlemeye yönelik yerleştirilmiştir. Üçlü kanepeler misafirlerin kullanımına yönelik olabileceği gibi gerektiğinde konutun kullanıcıları tarafından da bu kanepelerden yararlanılabilir. Koltuk ve kanepeler aynı zamanda kumanda ile otomatik olarak açılıp-kapanabilecek şekilde akıllı tasarımlar olarak düşünülmüştür.

Konutun banyo düzenlemesi Şekil 6'da verilmiştir.



Şekil 6. Banyo

Banyonun zemin ve duvar malzemelerinde yumuşak, anti bakteriyel ve su tutmaz malzemeler tercih edilmiştir. Klozetin yanına oturma ve kalkmayı kolaylaştırıcı destek konulmuştur. Duş kısmı oturarak duş almayı sağlayacak şekilde tasarlanmıştır ve iç kısmına el destekleri konulmuştur. Lavabonun yan kısmına baş dönmeleri vb. durumlarda kullanılacak bir oturma elemanı yerleştirilmiştir. Lavabonun önüne acil düşme vb. durumlarda tutabilmek için el desteği yerleştirilmiştir. Banyo musluklarında özellikle akıllı sistem çözümleri düşünülmüştür.

Ayrıca; misafiriğe gelen yakınlar için de bazı çözümler üretilmiştir. Bu çözümler aşağıda sırası ile verilmiştir:

- Oturma ve/veya yatak odası, misafirler için de kullanılacak bir oda olarak düşünülmüştür. Misafirlerin fazla olması halinde de salon kanepeleri yatağa dönüşebilmektedir.
- İlave bir mekân da WC-lavabo olarak düşünülmüştür.

4. SONUÇ VE TARTIŞMA (CONCLUSION AND DISCUSSION)

65 yaş ve üzeri bireyler için örnek bir konut ve iç mekan tasarımı önerisinin yer aldığı bu çalışmada salon, yatak odası, soyunma odası, misafir odası, antre, mutfak, banyo-WC için öneriler yer almaktadır. Tasarımlarda zemin, duvar ve kapıların düşmelere karşı yumuşak malzemelerden seçilmesine dikkat edilmiş, acil durum butonları ve emniyet şeritleriyle Camara vd'nin de [5] belirttiği gibi emniyet ve konfor artırılmıştır. Emniyet ve konforun artırılması

için mekanların kapı, oturma elemanlarında ve mutfak, banyo gibi ıslak mekanların cihazlarında akıllı elektronik otomasyon sistemlerine bilhassa yaşlılar için önem arz ettiğinden yer verilmiştir. Eylem alanları yere yakın olarak planlanmıştır ayrıca mobilyalarda emniyet sağlanmıştır. Bu araştırmanın daha sonra yapılacak araştırmalar için bir temel oluşturması ve farklı tasarımların ortaya konulması önerilmektedir.

5. KAYNAKLAR (REFERENCES)

- [1]. Şimşekkan, G., (2006). *Industrial Product Design For Elderly People In Interior Spaces*, Yüksek Lisans Tezi, İzmir University of Economics.
- [2].Clark G.S., and Siebens, H.C, (2007). *Geriatrik rehabilitasyon* (çeviri: E. Özgüçlü, YG. Kutsal). Arasıl T (Editor). Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon İlkeler ve Uygulamalar'da Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri; 2007. S.1531-60.
- [3].Dıraçoğlu, D., (2008). Denge ve koordinasyon ölçümleri. *II. Romatoloji Ve Tıbbi Rehabilitasyon Günleri, Ölçme Ve Değerlendirme Sempozyumu Özet Kitabı*, 40-9.
- [4].Koyuncu, G., (2013). 65 Yaş Üstü Bireylerde Denge Durumunun Değerlendirilmesi Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [5]. Camara, J.J.D., Engler, R.D.C., Fonseca, P.D.O., (2010). Analysis and ergonomics of houses for elderly people, *Periodicum Biologorum*, 112 (1), 47–50.
- [6]. Hrovatin, J., Širok, K., Jevšnik, S., Oblak, L., and Berginc, J., (2012). Adaptability of Kitchen Furniture for Elderly People in Terms of Safety, *Drvna Industrija*, 63 (2) 113-120.
- [7].Kothiyal, K., and Tettey, S., (2001). Anthropometry for Design for the Elderly *International Journal of Occupational Safety And Ergonomics* 7 (1) 15–34.
- [8]. <https://www.12thavenueiron.com/collections/featured-products/products/peel-xxl>