

# 让居室布满「绿色」光源



本版图片 东方IC

近年来,人们逐渐把装修重点放到了室内空气质量等健康问题上,然而另一种污染——“光污染”却还未引起关注。那么,在室内装修中,“光污染”会出现在什么地方?我们又该如何规避“光污染”呢?



## 不宜过于明亮

为了让居室看起来更加富丽堂皇并在一定程度上弥补采光不足,有些家庭偏爱用颜色较亮的瓷砖装修,甚至安装多个镜面、刷白粉墙等。一般情况下,屋顶和墙面的光反射系数宜低于60%,地面宜为15%~35%。过分明亮的装饰面,会使反射系数高达90%,超过人体的承受范围。置身于这样一个反光强烈、缺乏色彩的环境,眼角膜和虹膜可能受到伤害,导致视疲劳或视力下降,增加白内障发病率。

## 多彩未必浪漫

不少家庭在选用灯具和光源时,为了追求浪漫、豪华,往往忽视合理的采光需要,把灯光设计成五颜六色的,有时看起来还比较杂乱。除危害视力外,还会干扰大脑中枢神经功能。人们长期生活在过量的、不协调的光辐射下,可能出现头晕、目眩、失眠和情绪低落等症状,甚至出现血压升高、心悸、发热等。“光污染”对婴幼儿的影响更

大,不仅削弱视力,还影响视力发育。

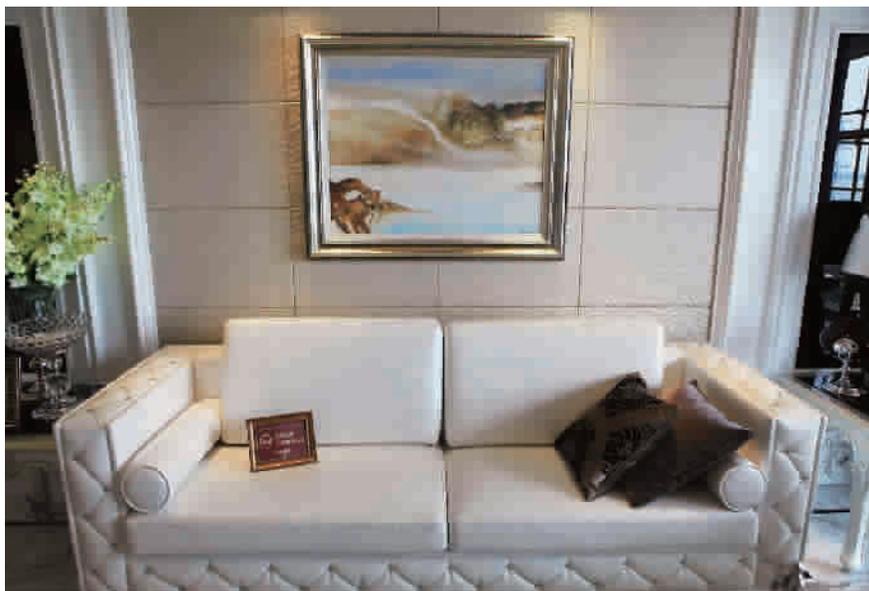
## 如何摒除光污染呢?

- 装修时应根据不同空间、场合及对象,选择不同的照明方式。例如:卧室灯光比较温馨,书房和厨房要求明亮实用,卫生间则尽量温暖、柔和。一般在室内照明中,主光源为冷色调,辅助光源宜为暖色调。此外,从房间的用途来看,书房、客厅、厨房等宜采用冷色光源,而卧室、卫生间、阳台等宜采用暖色光源。

- 保持光源稳定,拒绝光线直射入眼,能保护视力,提高工作和学习效率。照明方向和强弱也应受关注,否则强光直射入眼,会产生不良影响。

- 合适的灯具可降低“光污染”影响。柔和的白炽灯、镜面白炽灯及荧光灯造成的“光污染”影响较小,居室内可多采用此类光源。局部照明时,应用遮光性好的台灯,以阻挡这类光源所含的较多红外线辐射。

国宁 小梁



## 百变风格 色彩巧搭配

### ■ 红白对抗 青春养眼

与在视觉上起收缩效果的蓝色相比,红色是最抢眼的颜色,红色对视觉起强烈的冲击作用,所以使用在家具和窗帘等大的物品上时,一定要注意缓和压迫感,在使用量上要控制在总量的2成左右,或者不用鲜亮的红色,而改用灰色调或暗色调的红色。说起粉红色,它不像红色那样强烈,但是印象鲜明,在表现可爱、成熟的时尚时,都可以使用。华丽的红色、纯净的白色、成熟的粉红色互相衬托,竞相艳丽。

### ■ 以灰衬红 格调怡人

以白色和红色为代表的无色系列的颜色,不论和任何颜色搭配都很合适,而且不会显得杂乱。同属于无色系的灰色与红色搭配也很出色。红色与灰色搭配,在统一的鲜亮色调中加入素雅的暗色色调,会显得格调高雅、富有现代感。要想“在安宁中透露华丽”,请尝试使用这种配色。

### ■ 清丽蓝紫 梦幻组合

以蓝色为中心的色彩组合,是让人感觉舒畅的一种家居装饰代表风格。在冷色系中,蓝色在视觉上具有缩小、退后的效果,如果利用得当,可以使房间看起来更大些。例如,在墙上挂上时钟或装饰画,会使空间产生层次感,蓝色用在床等大件物品上,会产生显得比实物小的效果。再加上些与蓝色相近的紫色看看。如烟如雾的紫色会给你初春的美妙感受。它可以缓和深蓝色的沉重,带来成熟感觉。

### ■ 橙黄搭配 浓浓暖意

色彩鲜明程度最高的要数黄色,可以给人温暖的感觉,但因为和红色一样突出、夺目,所以在大件物品上过多使用生动的黄色,可能让人焦躁不安。用发白的奶黄色来作墙壁或窗帘的底色是最合适的,它能使视觉开阔,让人感觉房间变得宽敞。选择灰色和橙色作为明亮的黄色的配色最佳,会使人心境平和,居住舒适。当然,如果你想让房间变得明亮、鲜艳,还可以在房间里点缀绿色。

东平

海馬牌  
SEA HORSE



海馬牌中国香港  
床垫·枕头  
2011年销量冠军

珊瑚枕 ZP-COR-4L-4-5H

惊喜价 ¥19



数量有限,售完即止!  
(每人限购1个)



代言人 陈斯钰

(0755)28171111 网址 www.seahorse.hk

天猫海馬牌旗舰店 <http://seahorse.tmall.com>

地址:虹口区西江湾路凯德龙之梦地下一层B1-13号铺

黄浦区南京东路名人购物中心L407-408号铺

闸北区天目西路218号太平洋百货B1楼

电话:虹口区(021-56331731) 黄浦区(021-53012201)

