



Светосбережение защитит здоровье людей

14.11.2013

В октябре 2013 года в Голландии завершилось строительство уникального светосберегающего дома. Его концепция основана на максимальном использовании естественного освещения.

Для этого в доме предусмотрено большое число окон и прозрачных люков в стенах, которые могут открываться и закрываться по желанию жильцов. Используются и иные приемы: например, лестницы имеют ниши между ступеньками, пропускающие свет. Для максимального притока света в квартире используют конструкции без вертикального или горизонтального импоста – перекладины, которая делит окно на части.

Важно не только обеспечить наибольший приток света в помещение, но и не «потерять» его внутри. Существует несколько основных правил на этот счет. Прежде всего, необходимо создать как можно большую отражающую поверхность. Для этих целей лучше всего подходит белый цвет – он должен максимально присутствовать в интерьере. При этом обои должны быть не только светлыми, но и «гладкими». Также помогают увеличить количество света зеркала. Благодаря подобным мерам любое помещение можно наполнить естественным светом.



Такой дом позволит не только сэкономить на электричестве, но и позаботится о здоровье своих обитателей. Многочисленные исследования неоднократно подтверждали, какое огромное влияние оказывает естественный свет на самочувствие человека. В частности, осенью 2013 года ученые из Национального института здравоохранения Финляндии сообщили, что короткие дни и недостаток света зимой увеличивают риск сердечно-сосудистых заболеваний. Этот вывод был сделан по итогам исследования, в котором участвовали более 8 000 человек. Также недостаток света приводит к депрессии и негативно отражается на общем психоэмоциональном состоянии людей.

Реализовать данную задачу можно не только на уровне отдельной квартиры или дома, но и целого населенного пункта. Уже в ряде стран мира используются огромные зеркала, позволяющие направлять солнечный свет в те или иные части помещения. Например, подобный прием был использован в небольшом норвежском городке Рьюкан, расположенном в

узком горном ущелье. На вершине горы здесь установили три огромные зеркала, отслеживающие движение солнца и направляющие его свет на главную площадь города.

Эффективное использование естественного освещения – один из самых простых и доступных способов улучшить качество жизни любого человека. И по этой причине он должен найти широкое применение в планировке современных городов и при обустройстве любой квартиры.

www.proplex.ru