



LUNDS  
UNIVERSITET

CASE

<http://www.med.lu.se/case>

# Hur köket kan planeras bättre för äldre

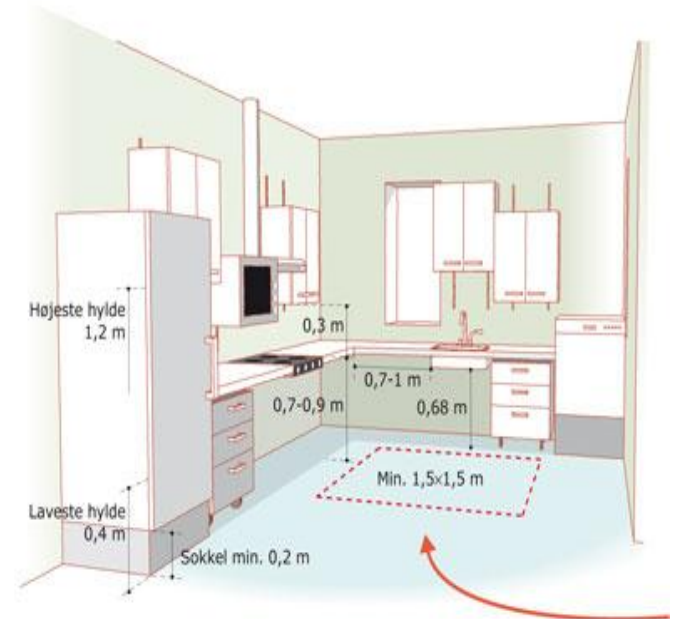
TINA HELLE, LEG ARBETSTERAPEUT, DOKTORAND VID CASE



# Standardmått i bostaden

## - med köket som exempel

- Från ett samhälls- och planeringsperspektiv görs insatser med hänsyn till ”konsten att leva länge”
- Standardmått i bostaden för att denna skall bli tillgänglig är ett exempel på en sådan insats



# Om denna presentationen ...

---

- Bygger på en studie från i år
- Resultaten är ännu inte publicerade  
(inskickad till en amerikansk gerontologisk tidsskrift)

## ***Validation of Standards for Housing Design: A Proposed Methodology to Investigate Accessibility - The Kitchen as an Example***

Tina Helle, Susanne Iwarsson och Åse Brandt

# Bakgrund

---

- Standardmått i bostaden har som syfte att göra miljön tillgänglig så att det skall bli möjligt att utföra dagliga aktiviteter i hemmet
- Arkitekter använder bostadsstandardmått vid utformningen av miljön
- För människor med funktionsnedsättning är dessa mått av stor betydelse för deras möjlighet att kunna leva självständigt utan hjälp av andra
- Det är således viktigt att bostadsstandardmått är definierade så att de underlättar tillgängligheten

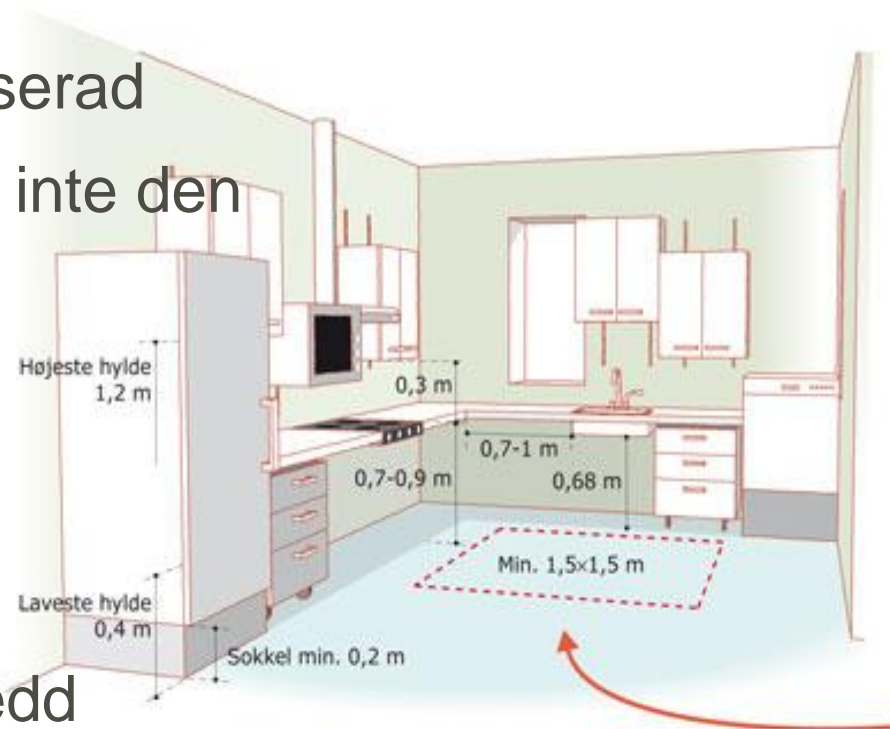
# Bakgrund

## Bostadsstandard.....

- är oftast inte forskningsbaserad
- är föråldrad och avspeglar inte den teknologiska utvecklingen
- varierar i länder som är kulturellt liknande

## Konsekvens:

Vi vet inte för vem en dörrbredd på 85 cm är tillgänglig?



# Syfte

---



- Testa standardmått utifrån aktiviteter i en naturlig miljö (dörrbredd, tröskelhöjd, köksbord, hyllor i över- och underskåp, golvyta)
- Hur ofta och i vilken grad uppstår tillgänglighetsproblem

**ALLTSÅ:** Hur bra fungerar dessa mått i praktiken?!

# Hur gick det till?

- 30 äldre människor ( $\geq 60$  år):
  - 10 som använde rollator
  - 10 som använde rullstol
  - 10 som inte använde några mobilitetshjälpmedel
- Tillaga lunch och koka kaffe i ett vanligt kök som uppfyller dagens nordiska krav om tillgänglig köksdesign, medan tillgänglighetsproblemen, t ex i form av svårigheter att nå upp till kopparna överst i skåpet, observerades



# Resultat

---

- Flest problem gav höjden på överskåpens hyllor (140/165cm) och underskåpens hyllor (3/42cm)
- Olika delar av köket gav olika grader av problem, beroende på om man använde rollator, rullstol eller inget mobilitetshjälpmedel alls





# Resultat – använde inget mobilitetshjälpmedel

---

- Underskåpens nedersta hyllor
- Överskåpens översta hyllor
- Köksbordets höjd
- Underskåpens översta hyllor



# Resultat – använde rollator

---

- Underskåpens nedersta hyllor
- Överskåpens översta hyllor
- Tröskel
- Golvytan vid vitvaror
- Underskåpens översta hyllor



# Resultat – använde rullstol

---

- Överskåpens översta hyllor
- Underskåpens nedersta hyllor
- Tröskel
- Golvyta – i allmänhet, och vid vitvarorna
- Köksbordets höjd
- Överskåpens nedersta hyllor
- Benplats under köksbordet
- Köksbordets djup
- Dörrbredden



# Konklusion



- Standardmått bör undersökas i en naturlig bostadsmiljö för den grupp människor som standarden har för avsikt att hjälpa
- Undersökningen visar att bostadstandarderna behöver revideras



# Rekommendationer till köksinredning

***För äldre människor med en fysisk funktionsnedsättning i behov av rollator och/eller rullstol:***

- Överskåp/hyllor ej högre än 140 cm/165 cm stående
- Benplats under köksbord 60 cm djup, 90cm bredd,75cm höjd
- Benplats under spis och vid sidan av kylskåp och diskmaskin för att komma tillräckligt nära
- Köksbordets djup 60 cm, höjd 75 cm sittande / 85 cm stående
- 130 cm fri golvyta är inte tillräckligt
- Ingen tröskel



# Forskning visar att äldre människor...

---

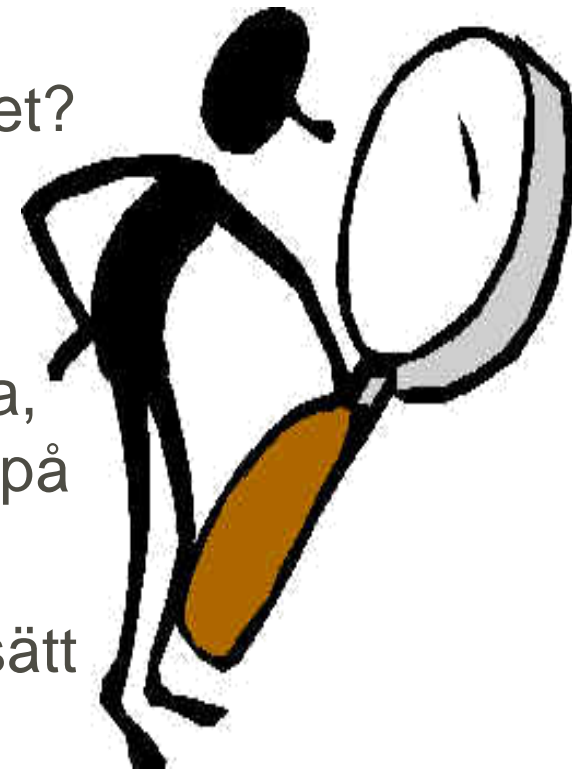
- tillbringar största delen av sin vakna tid i hemmet
- rättar sig efter omgivningen istället för att rätta omgivningen efter sina egna behov (funktionell kapacitet)

**Med tanke på ”konsten att leva länge” -  
hur fungerar er bostad i vardagen?**

# Hur ditt eget kök fungerar för dig

---

- Lyfter du axlarna när du arbetar vid köksbordet? Eller, står du böjd över det?
- Slår du emot i köket med ditt mobilitetshjälpmedel?
- Är tröskeln i vägen när du ska passera, ev. med något i händerna, i knät eller på rollatorn?
- Har du placerat saker på ett lämpligt sätt i köket?





**LUNDS**  
**UNIVERSITET**