

## طراحی صحیح پنجره‌ها به منظور دستیابی به میزان نور روز مناسب در خانه‌های آپارتمانی شهر تهران

مهندس امین اله احدی\*، مهندس مصطفی مسعودی نژاد\*\*، مهندس آرمین پیریایی\*\*\*

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۲/۰۴/۱۰، تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۲/۰۸/۲۵

### چکیده

امروزه مشکل تأمین مسکن برای تعداد زیادی از شهروندان کلان شهرها و گرایش به انبوه‌سازی و ساخت خانه‌های کوچک و ارزان آپارتمانی، باعث تضعیف کیفیت خانه‌های مسکونی شده است. یکی از عوامل کیفی با اهمیت در هر مسکنی، توجه به نور روز است که تأثیر بسیاری در سلامت روح و جسم ساکنان دارد. در ساختمان‌های بلند مرتبه که ساکنان به فضاهایی مانند حیاط دسترسی ندارند و در طول روز در فضای بسته آپارتمانی زندگی می‌کنند، پنجره‌ها نور مورد نیاز ساکنان را تأمین می‌کنند. از این رو، توجه به طراحی صحیح پنجره‌ها دارای اهمیت فراوانی است. این نوشته در صدد است میزان نور روز مناسب و راه‌های فراهم آوردن آن را در خانه‌های مسکونی ساختمان‌های بلند مرتبه شهر تهران بررسی کند. روش تحقیق این پژوهش توصیفی تحلیلی و نیز مدل‌سازی رایانه‌ای در نرم افزار محاسب نور روز<sup>۱</sup> می‌باشد.

### واژه‌های کلیدی

نور روز، سلامت جسم و روح، آپارتمان‌های مسکونی، شهر تهران

\* دانشجوی دکتری معماری اسلامی دانشگاه هنر اصفهان. (مسئول مکاتبات)

Email: Ahadi6688@yahoo.com

\*\* عضو هیئت علمی دانشکده معماری، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، اهواز، ایران.

Email: Mostafa\_masoudinejad@yahoo.com

\*\*\* کارشناسی ارشد معماری گرایش طراحی فضاهای بهداشتی و درمانی دانشگاه علم و صنعت ایران.

Email: A.piryai@gmail.com

## مقدمه

چه حد می‌باشد؟، نور روز مناسب برای فضاهای مسکونی چه شرایط و ویژگی‌های دارد؟ طراحی صحیح پنجره‌ها، به منظور دستیابی به نور روز مناسب، به چه ترتیبی می‌باشد؟

## محدوده مورد مطالعه

محدوده مورد مطالعه این پژوهش، واحدهای آپارتمانی کوچک و با مترآژ زیر ۷۰ متر در تهران می‌باشد. با توجه به مسائل اقتصادی و قیمت بالای مسکن در تهران، این خانه‌ها مورد توجه بسیاری از شهروندان می‌باشد. با در نظر گرفتن محدودیت فضای زندگی و عدم دسترسی به حیاط و فضای باز در بسیاری از این آپارتمان‌ها، توجه به بهبود شرایط کیفیت محیطی و از آن جمله بهره‌گیری از نور روز در آنها بسیار مهم است.

## روش تحقیق و جمع‌آوری داده‌ها

بخشی از کار این نوشته، تعیین استانداردها و ویژگی‌های نور روز متناسب با فضاهای مسکونی است، در این زمینه با مطالعه منابع کتابخانه‌ای معتبر و استانداردهای معتبر، داده‌های مورد نیاز جمع‌آوری می‌شود. مرحله بعد شناسایی فضاهای معمول آپارتمان‌های تهران و محدوده ابعاد آن می‌باشد تا در مرحله بعد، با توجه به نوع و ابعاد این فضاها و با در نظر گرفتن استانداردهای نور روز، ابعاد و اندازه جداره‌های نورگیر مناسب برای آنها تعیین شود. به این منظور تعدادی از خانه‌های مسکونی کوچک آپارتمانی در نقاط مختلف تهران، انتخاب شده و قسمت‌های مختلف و ابعاد فضایی آن مورد بررسی قرار گرفته است. و در نهایت با مدل‌سازی در نرم افزار دیا لوکس، که امکان شبیه‌سازی فضاهای معماری با در نظر گرفتن طول و عرض جغرافیایی شهر تهران، ابعاد فضاها، جنس جداره‌ها، جنس شیشه، جهت‌گیری و سایر عوامل موثر، را دارد، ابعاد نورگیر مناسب فضاها مشخص شود.

در بسیاری از پروژه‌های اجرایی و مقالات تحقیقی از این نرم افزار استفاده شده و نتایج آن با واقعیت تطبیق داده شده است (Ono & Chikazawa, 2009). در این تحقیق، از روش محاسبه متوسط نور روز فضا، استفاده شده است. همچنین نتایج حاصل به لحاظ ارزیابی شدت نور، در زمان‌های مختلف سال، و جهت‌گیری‌های مختلف مورد سنجش قرار گرفته است. بنابراین، روش تحقیق این پژوهش توصیفی تحلیلی و نیز بهره‌گیری از مدل‌سازی رایانه‌ای می‌باشد.

## تأثیرات نور روز بر سلامت انسان

تأثیرات نور روز بر بهبود خلق و خو، کاهش افسردگی، افزایش بهره‌وری در محیط کار، افزایش رضایتمندی از کیفیت محیط و کنترل ریتم شبانه‌روزی بدن، در مطالعات بسیاری اثبات شده است که در ادامه

امروزه همراه با افزایش روز افزون جمعیت در کلان شهرهایی مانند تهران، تقاضا برای مسکن افزایش یافته است. عدم توازن میان عرضه و تقاضای مسکن به خصوص در شهرهای بزرگ، باعث افزایش قیمت مسکن شده است. در نتیجه تعداد زیادی از ساکنان شهرها به زندگی در خانه‌های آپارتمانی کوچک و با هزینه کمتر روی آورده‌اند.

«در حقیقت آپارتمان‌سازی، یک نسخه پرشتاب برای مشکلات حوزه مسکن است که زمانی تازگی داشت. اما هم اکنون موجی پنهان از مشکلات اجتماعی و روانی را پدید آورده است» (پورمحمدی، ۱۳۷۹).

بسیاری از پروژه‌های مسکونی آپارتمانی و بلند مرتبه (به‌ویژه در واحدهای آپارتمانی کوچک)، تحت تأثیر عوامل متعددی و از آن جمله مسائل اقتصادی، از کیفیت مطلوبی برخوردار نیستند.

«امروزه فضاهای زندگی در مراکز شهرها به علت تمرکز جمعیت با مشکلات متعددی در عرصه اجتماعی، فرهنگی و به خصوص زیست محیطی مواجه است که موجب کاهش کیفیت زندگی در آنها شده است» (کوکبی، ۱۳۸۶، ۷۶).

از طرفی کیفیت محیط زندگی انسان، تأثیر بسیاری بر سلامت جسم و روح او دارد. طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی، سلامت عبارت‌است از برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو (WHO, 1948). مسکن نامناسب باعث پیدایش افسردگی، اختلالات رفتاری و هیجانات عصبی می‌شود (Tyson et al., 2002). کیفیت طراحی محیط فیزیکی زندگی، می‌تواند باعث بروز بیماری و یا برعکس، بازدارنده بیماری و یا آسیب جسمی و روحی باشد (Cummins & Jackson, 2001). همچنین احساس رضایت از کیفیت یک محیط، سبب تأثیرات مثبت بر روابط ساکنان با هم می‌شود (ذبیحی و همکاران، ۱۳۹۰، ۱۰۳).

یکی از این عوامل کیفی، توجه به نور روز است. قرار گرفتن در معرض نور روز مناسب، تأثیر بسیاری بر سلامت جسم و روح انسان دارد. مطالعات بسیاری در این زمینه انجام شده است که در بخش بعد به آن اشاراتی می‌شود. توجه به عوامل کیفی محیط زندگی و از آن جمله نور روز، در شهرهایی مثل تهران، به دلیل تراکم و فشردگی بناها و نیز وجود ذرات معلق و آلاینده هوا، که باعث کاهش دسترسی به نور روز مناسب می‌شود، حیاتی‌تر است. از طرفی در ساختمان‌های بلند مرتبه، که ساکنان به فضاهایی مانند حیاط دسترسی ندارند، و در طول روز در فضای بسته آپارتمانی زندگی می‌کنند، پنجره‌ها نور مورد نیاز ساکنان را تأمین می‌کنند، از این رو، توجه به طراحی صحیح آن دارای اهمیت فراوان است. با توجه به مطالبی که بیان شد، آنچه که این پژوهش به دنبال پاسخ‌گویی به آن می‌باشد، این است که تأثیرات نور روز بر ساکنان خانه‌های مسکونی تا

۵٪ باشد نور روز زیادی در فضا وجود دارد (UK Building Research Energy Conservation Support Unit, 1998). در تحقیقاتی دیگر فضاهای با متوسط نور روز زیر ۱٪، فاقد توان لازم برای بهره‌گیری از نور طبیعی و به طور غیر قابل قبولی تاریک دانسته شده است. برای فضاهای با متوسط نور روز ۱٪ تا ۴٪، توان کمی برای بهره‌گیری از نور روز وجود دارد و این مقدار حداقل قابل قبول برای نور روز است، مقدار متوسط نور روز ۲/۵٪ مناسب و مقدار ۵٪ بسیار خوب و مناسب برای مطالعه و کار در نظر گرفته شده است (Dubois, 2001). همچنین برای مقدار متوسط نور روز بر پایه مطالعات تجربی و محاسبات ریاضی معیارهای استاندارد وجود دارد. جدول ۱، مقدار متوسط نور روز مناسب را برای فضاهای مسکونی نشان می‌دهد.

جدول ۱. متوسط نور روز فضاهای مختلف  
(Source: British Standard 8026-2, 2008).

کاربری	متوسط نور روز مناسب (%)
آشپزخانه در منازل مسکونی	۲
اتاق‌های خواب	۱
هال و پذیرایی	۱/۵
اتاق کار و مطالعه	۵

برای محاسبه مقدار متوسط نور روز از رابطه ۱ و ۲ استفاده می‌شود.

$$D = \frac{TA_w \alpha M}{A(1 - R_a^2)}$$

رابطه ۱. فرمول محاسبه متوسط نور روز (Source: CIBSE, 2006)

$$R_a = \frac{A_c R_c + A_f R_f + A_w R_w + A_{win} R_{win} + A_o R_o}{A}$$

رابطه ۲. فرمول محاسبه ضریب بازتاب سطوح (Source: CIBSE, 2006).

در این فرمول‌ها:  $w$ ، سطح جداره پنجره و  $T$ ، ضریب شفافیت شیشه است. حد شفافیت برای  $T$ ، تقریباً ۶۵٪ است.  $\alpha$ ، زاویه‌ای است که راس آن نقطه وسط پنجره، و اضلاع آن اولین و آخرین پرتو نور قابل رؤیت است. این زاویه برای پنجره بدون مانع ۹۰ درجه در نظر گرفته می‌شود.  $A$ ، مساحت تمام سطوح اتاق مشتمل بر کف، سقف، دیوارها و پنجره است و  $R$  نیز متوسط پرتوهای نور بازتابش شده است. این موارد، به عنوان عوامل مؤثر در نور روز شناخته می‌شوند.

به نمونه‌هایی اشاره می‌شود.

چندین مطالعه معتبر تأثیرات مثبت نور روز را بر بهبود خلق و خو و قوه ادراک انسان و همچنین احساس راحتی نشان داده است (Kellert et al., 2008; Wasserman, 2011). همچنین نور روز در ایجاد احساس آرامش و نیز افزایش بهره‌وری و رضایتمندی در محیط‌های کاری مؤثر است (Augustin, 2009). تحقیقات متعددی نشان داده است که قرار گرفتن در معرض نور روز مناسب باعث کاهش افسردگی و نیز جلوگیری از آن می‌شود (McCullough, 2010). نور روز بر ریتم شبانه روزی بدن (فعالیت‌های بیولوژیکی که در طول شبانه روز تکرار می‌شود) مؤثر است. عدم هماهنگی بین ریتم شبانه روزی بدن و فعالیت‌های انسان باعث بروز احساس کسل بودن، خستگی و پریشان حالی می‌شود. ریتم شبانه روزی بدن به وسیله برخورد نور به شبکیه چشم و تأثیر بر غده هیپوتالاموس و کنترل ترشح هورمون ملاتونین کنترل می‌شود. در تاریکی ملاتونین ترشح می‌شود و در روشنایی سطح ملاتونین کاهش می‌یابد (Joseph et al., 2001). ناهماهنگی در روند ترشح ملاتونین باعث به وجود آمدن حالت افسردگی و بر هم خوردن خواب انسان می‌شود (Lewy et al., 1985).

## شرایط ایجاد نور روز مناسب

نور روز، ترکیبی از نور خورشید، نور آسمان و نور بازتاب شده از زمین و اجسام اطراف می‌باشد. نور آسمان، نوری است که در اثر برخورد پرتوهای خورشید به مولکول‌ها و ذرات معلق در هوا پخش می‌شود (CIBSE<sup>3</sup>, 1999). یکی از معیارهای معتبر سنجش مقدار نور روز در فضا، متوسط نور روز<sup>۴</sup> می‌باشد.

متوسط نور روز، حاصل تقسیم میزان روشنایی داخلی فضا به روشنایی بیرون، در شرایط آسمان ابری می‌باشد، که به صورت درصدی بیان می‌شود (Baker et al., 1993). در نظر گرفتن این شرایط آسمان، به منظور عدم تأثیر پرتوهای مستقیم خورشید بر مقدار متوسط نور روز، می‌باشد. نرم افزارهایی که عامل نور روز را محاسبه می‌کنند (نظیر اکوتک، دیالوکس، رادیانس) نیز، محاسبات را در همین شرایط آسمان انجام می‌دهند. مقدار عامل نور روز در حد استاندارد خود، برای همه کاربری‌ها یکسان نمی‌باشد و هر کاربری مقدار مختص به خود دارد، که به آن اشاره خواهد شد.

چنانچه میزان متوسط نور روز زیر ۱٪ باشد، فضا تاریک و افسرده به نظر می‌آید و در اغلب اوقات نیاز به استفاده از وسایل الکتریکی می‌باشد (حالت نورگیری ضعیف). اگر این مقدار بین ۲٪ تا ۵٪ باشد نورگیرها نور قابل توجه‌ای وارد فضا کرده‌اند، ولی همچنان در بعضی اوقات نیاز به وسایل الکتریکی می‌باشد (حالت نورگیری متوسط) و اگر بالای

جدول ۲. میزان شدت نور مناسب برای فضاهای یک خانه (مأخذ: کلهر، ۱۳۹۱). مقادیر ذکر شده بر حسب لوکس می باشد.

نام فضا	استاندارد کمیته ملی روشنایی ایران		استاندارد جامعه مهندسان روشنایی آمریکا
	حدافل	پیشنهادی	
اتاق نشیمن و پذیرایی	۷۰	۲۰۰	۱۶۰
اتاق مطالعه و کار	۱۵۰	۵۰۰	۳۲۰
آشپزخانه	۱۰۰	۲۰۰	۵۴۰
اتاق خواب	۵۰	۱۰۰	اعلام نشده

توجه به جهت‌گیری ساختمان و کاربری‌های آن. نوری که به اتاق‌ها تابیده می‌شود، باید تا حد امکان در طول روز متعادل باشد. به این معنی که تفاوت شدت نور در ساعات مختلف چندان زیاد نباشد. جهت‌گیری ساختمان باید به گونه‌ای باشد که این تعادل را ایجاد کند. صرف نظر از مسائل مربوط به انرژی، میزان نور در فصول مختلف هم باید متعادل باشد. به این معنی که اتاق در فصول مختلف در نقطه کور و یا نور بیش از حد قرار نگیرند. به طور کلی در نیم کره شمالی، جهت‌گیری مناسب فضاهای مختلف خانه، مطابق جدول ۳ می‌باشد. هرچند که بهترین جهت‌گیری، باید با توجه با مسائل دیگری نظیر گرما و سرما و یا بادهای زمستانی و تابستانی تعیین شود که مورد بحث این مقاله نمی‌باشد.

جدول ۳. جهت‌گیری مناسب قسمت‌های اصلی یک خانه (مأخذ: واتسون، ۱۳۸۷).

	جنوب غربی	جنوب شرقی	شرق	شمال شرقی	شمال
اتاق خواب					
آشپزخانه					
ناهارخوری					
پذیرایی					
هال					

جنس مصالح نازک‌کاری دیوارهای داخلی. اینکه مصالح نازک‌کاری دیوار تاریک و یا روشن باشند و چه مقدار نور را جذب و یا منعکس و پخش کنند، در توزیع نور روز در اتاق مؤثر می‌باشد. نقش پوشش سقف از سایر نقاط مهم‌تر می‌باشد که در افزایش بهره‌گیری از نور روز مؤثر است. میزان تأثیر پوشش دیوار و کف در اولویت‌های بعدی می‌باشد (CIBSE, 1999). برای کاهش هرچه بیشتر نفوذ انرژی

همچنین استانداردهایی مرتبط با میزان شدت نور مناسب برای فضاهای یک خانه، وجود دارد (جدول ۲).

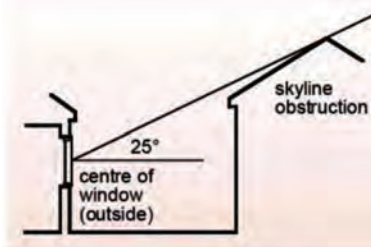
در آپارتمان‌های کوچک، فضاها، معمولاً چند منظوره هستند. برای مثال ممکن است اتاق خواب و مطالعه یکی باشد.

عوامل تأثیرگذار در میزان نور روز در یک ساختمان، شامل طول و عرض جغرافیایی، فرم ساختمان، مکان‌یابی ساختمان در محوطه، توجه به جهت‌گیری ساختمان و نیز کاربری‌های ساختمان، جنس مصالح نازک‌کاری دیوارهای داخلی، اندازه و مکان پنجره و در نهایت جنس شیشه می‌باشد (CIBSE, 1999).

**فرم مناسب ساختمان.** فرم ساختمان تأثیر زیادی بر سازو کار تأمین نور روز دارد. فرم ساختمان تعیین می‌کند که نورگیری از کنار و از بدنه باشد و یا از سقف، و یا ترکیبی از هر دو. در نورگیری، عمق فضا مهم می‌باشد زیرا عمق زیاد اتاق باعث تاریک شدن آن می‌شود (Ibid).

در آپارتمان‌های مسکونی، نورگیری از سقف، ممکن نیست و آنچه اهمیت دارد، نورگیری از پنجره‌ی دیوارها می‌باشد.

**مکان‌یابی ساختمان در محوطه.** همجواری‌های ساختمان و میزان سایه اندازی آنها بسیار مهم است. به‌طور کلی شیب خطی که وسط پنجره را به بالای مانع متصل می‌کند، نباید از ۲۵ درجه بیشتر باشد. (شکل ۱)



شکل ۱. زاویه بین نورگیر و مانع روبه‌رو

(Source: UK Building Research Energy Conservation Support Unit, 1998).

حرارتی و در عین حال بهره‌گیری بیشتر از نور طبیعی، باید از مصالحی در نازک کاری استفاده شود که حداکثر ضریب بازتاب نور را دارند (Simm & Coley, 2011).

## ۱۱. مناسبه ابعاد مناسب پنجره فضاهای مختلف فانه با در نظر گرفتن ابعاد متداول فضاها

در رابطه با محاسبه ابعاد مناسب پنجره در آپارتمان‌های مسکونی، اولین مرحله مشخص کردن ابعاد متداول فضاهای اصلی یک خانه آپارتمانی کوچک که نیاز به نور طبیعی دارد، یعنی آشپزخانه، هال و پذیرایی و اتاق‌های خواب و مطالعه می باشد. در این رابطه با بررسی پلان و یا وضع موجود ۳۰ مورد از خانه‌های آپارتمانی زیر ۷۰ متر در نقاط مختلف تهران، حدود ابعاد فضایی این کاربری‌ها معین شد که در جدول ۳ ارائه شده است. پلان آپارتمان‌های مورد بررسی از شرکت‌های مشاور در زمینه ساخت مسکن دریافت شده‌است و تعدادی از بررسی‌ها میدانی بوده‌است. همچنین از آنجا که ابعاد مناسب پنجره به صورت درصدی از سطوح داخلی فضا بیان خواهد شد، این نتایج برای تعیین مساحت پنجره در ابعاد مختلف فضایی مربوط به کاربری‌های مورد بررسی، قابل استفاده است.

جدول ۳. ابعاد و اندازه‌های متداول کاربری‌های نورگیر در آپارتمان‌های زیر ۷۰ متر در تهران.

جهت نورگیری	میانگین مساحت	حدود مساحت	کاربری
در اکثر موارد	۹/۵۶ متر مربع	۴/۸ - ۱۴/۲	آشپزخانه
شمال و جنوبی و آشپزخانه و پذیرایی متصل به هم	۱۵/۵ متر مربع	۱۳/۷ - ۳۱/۷۱	هال و پذیرایی
در اکثر موارد شمال و جنوبی	۱۱/۶۰ متر مربع	۶/۵ - ۱۴/۷۲	اتاق خواب

به منظور محاسبه نور روز، از مساحت میانگین فضاها در جهت‌های نورگیری مختلف استفاده شده است. همچنین میانگین ارتفاع کف تا سقف حدود ۲/۷۰ متر، و ارتفاع کف پنجره حدود ۸۰ سانتی‌متر بوده است. در تنظیمات نرم افزار داده‌های مربوط به شهر تهران و از آن جمله عرض جغرافیایی تهران (۳۵ درجه و ۳۶ دقیقه تا ۳۵ درجه و ۴۴ دقیقه عرض شمالی) و ضریب آلودگی هوا، که برای شهرهایی مانند تهران در نرم افزار ۰/۷ می‌باشد، در نظر گرفته شده‌است. جنس پوشش دیوارهای داخلی و سقف و نیز جنس شیشه در این مدل‌سازی از انواع متداول که به ترتیب رنگ روشن (با ضریب انعکاس ۰/۷ تا ۰/۸) و

شیشه شفاف بدون بازتاب (با ضریب شفافیت ۶۵ تا ۸۰ درصد) و مصالح نزدیک به آنها، که در محاسبات نرم افزار در یک گروه قرار می‌گیرند، استفاده شده است. بررسی موارد خاص مورد بحث این مقاله نبوده‌است. همچنین متوسط مقدار نور روز (DF) در این محاسبات بر اساس مقادیر استاندارد بیان شده، برای آشپزخانه، هال و پذیرایی و اتاق مشترک برای خواب، کار و مطالعه (کاربری متداول در آپارتمان‌های کوچک) به ترتیب ۲، ۱/۵ و ۲/۵ درصد در نظر گرفته شده‌است. محاسبه عامل نور روز، بدون در نظر گرفتن تابش مستقیم خورشید و در زمان اعتدال پاییزی (اول مهر) انجام می‌شود.

همچنین شدت نور روز موجود در فضا (بر حسب لوکس)، با توجه به ابعاد به‌دست آمده پنجره، در روز اول و پانزدهمین روز ماه‌های مختلف سال، در شرایط آسمان صاف، محاسبه می‌شود و نتایج آن با مقادیر استاندارد بیان شده در جدول ۲، مقایسه خواهد شد. این محاسبات در ساعت ۱۰:۳۰ صبح (این ساعت پیش فرض نرم افزار می‌باشد، علاوه بر این، در این ساعت در تمام روزهای سال، نور روز در فضا موجود است و این ساعت از نظر روشنایی جز زمان‌های بحرانی نیست) انجام شده است.

## ۱۲. ابعاد مناسب سایه بان پنجره‌ها

با توجه به شرایط اقلیمی تهران، به منظور بهره‌گیری از نور روز مناسب، باید به کنترل تابش مستقیم خورشید در ماه‌های گرم توجه کرد. به این منظور، پیش از محاسبه ابعاد مناسب پنجره، ابعاد سایه‌بان مناسب برای جهات مختلف، تعیین می‌شود. تأثیر این سایه‌بان در مدل‌سازی نور روز در بخش بعد، در نظر گرفته خواهد شد.

برای محاسبه مختصات سایه‌بان مورد نظر از فرمول  $W=H/SLF$  استفاده می‌شود. در این فرمول  $W$  عمق سایه بان است (مقدار پیش آمدگی سایه‌بان)،  $H$  ارتفاع زیر سایه‌بان تا کف پنجره (در نمونه‌های بررسی شده حدود ۱/۵ متر) و  $SLF$  عامل خط سایه است که برای عرض‌های مختلف جغرافیایی تغییر می‌کند (واتسون، ۱۳۸۷). در جدول ۴، عامل خط سایه متناسب با تهران مشخص شده است.

با توجه به فرمول محاسبه عمق سایه‌بان، و عامل خط سایه، عمق سایه‌بان در پنجره‌های رو به جنوب: ۴۰ سانتی‌متر (۳/۶\_۱/۵=۰/۴۰)، و در پنجره‌های رو به شرق و غرب: حدود ۱/۸۷ متر (۰/۸\_۱/۸۷=۱/۸۷) می‌باشد (در سمت غرب و شرق می‌توان از سایه‌بان عمودی هم استفاده کرد). این ابعاد در محاسبات نرم افزار وارد شده است.

## ۱۳. مدل‌سازی در نرم افزار مناسب نور روز

### اتاق خواب، کار و مطالعه

با توجه به میانگین ابعاد این کاربری، که به آن اشاره شد، محاسبه

جدول ۴. مقدار عامل خط سایه (مأخذ: واتسون، ۱۳۸۷).

	عرض جغرافیایی به درجه						
	۲۵	۳۰	۳۵	۴۰	۴۵	۵۰	۵۵
شرق	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸
جنوب شرق	۱/۹	۱/۶	۱/۴	۱/۳	۱/۱	۱/۰	۰/۹
جنوب	۱۰/۱	۵/۴	۳/۶	۲/۶	۲	۱/۷	۱/۴
جنوب غرب	۱/۹	۱/۶	۱/۴	۱/۳	۱/۱	۱/۰	۰/۹
غرب	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸	۰/۸
شمال	جبهه شمالی نیازی به سایه بان ندارد						

جدول ۵. مقدار داده‌های مورد نیاز برای جای‌گذاری در فرمول ۱ و ۲.

نحوه محاسبه	مقدار	داده‌های مورد نیاز فرمول
جای‌گذاری در فرمول ۲ بر اساس (CIBSE, 1999, 85)	۰/۶۵	R (متوسط ضریب بازتاب سطوح)
(CIBSE, 1999, 83)	۰/۷۵	T (ضریب شفافیت شیشه)
محاسبه مساحت	۵۱/۵	A (مساحت سطوح داخلی)
طبق استاندارد معادل زاویه ۲۵ درجه، برابر با ۶۰ می‌شود (CIBSE, 1999, 25)	۶۰	$\alpha$ (زاویه موانع روبرو با پنجره، در حالت مناسب حداقل ۲۵ درجه است)
طبق استاندارد در شهرهای با هوای آلوده مانند تهران حدود ۰/۷ به‌دست می‌آید (CIBSE, 1999, 85)	۰/۷	M (ضریب کیفیت محیطی)
نتیجه محاسبات نرم افزار	۲/۴	W (مساحت پنجره)

فروردین) بیشتر است. به‌طور کلی با توجه به حد استاندارد شدت نور (جدول ۲)، با ابعاد پنجره به‌دست آمده در مدل‌سازی رایانه‌ای، در تمام جهات و در اکثر روزهای سال، نور روز مناسب این کاربری در اتاق وجود دارد.

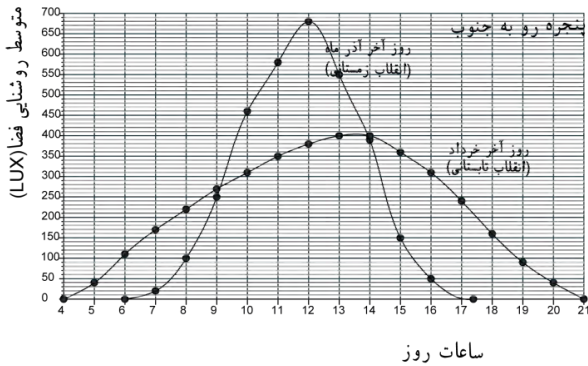
همچنین با استفاده از فرمول ۱ و ۲، نتایج نرم افزار قابل ارزیابی می‌باشد. جدول ۵ مقادیر داده‌های مورد نیاز فرمول را نشان می‌دهد. با جای‌گذاری داده‌ها در فرمول، عامل نور روز برابر ۲/۶۵٪ به‌دست می‌آید که به نتایج حاصل از نرم افزار بسیار نزدیک می‌باشد.

از نظر اقلیمی، در اقلیم‌هایی که با گرمای شدید هوا و تابش زیاد خورشید مواجه هستند، جهت شمال مناسب‌تر می‌باشد. در اقلیم گرم و خشک تهران که در تابستان نیاز به جلوگیری از تابش مستقیم خورشید، و در زمستان به علت کاهش دما نیاز به جذب تابش خورشید دارد، با طراحی پنجره رو به جنوب و در نظر گرفتن سایه‌بان مناسب، امکان بهره‌گیری از روشنایی مطلوب روز در فصول مختلف سال و نیز گرمای حاصل از تابش خورشید در زمستان به وجود می‌آید. در این زمینه پنجره‌های رو به شرق در اولویت بعدی قرار دارند.

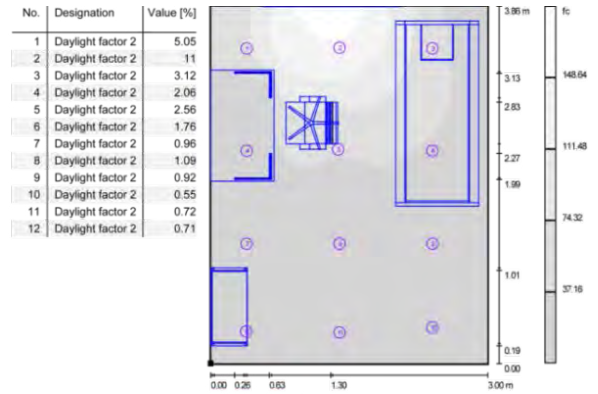
#### آشپزخانه

با توجه به میانگین ابعاد آشپزخانه که به آن اشاره شد، محاسبه ابعاد پنجره در نرم افزار بر اساس مساحت ۹/۵۶ مترمربعی و ارتفاع ۲/۷۰ متری و متوسط نور روز ۲ درصد انجام شده است. بر اساس نتایج مدل‌سازی رایانه‌ای، مساحت پنجره، برابر ۱/۳۲ متر مربع به‌دست آمده است (شکل ۶). این اندازه برابر ۲/۵٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۱۷٪ جداره نورگیر می‌باشد. مشابه اتاق خواب، برای آشپزخانه نیز شدت

ابعاد پنجره در نرم افزار، بر اساس مساحت ۱۱/۶ مترمربعی اتاق و ارتفاع ۲/۷۰ متری و متوسط نور روز ۲/۵ درصد انجام شده است. بر اساس نتایج مدل‌سازی رایانه‌ای، مساحت پنجره، برابر ۲/۴ متر مربع به‌دست آمده است (شکل ۲). این اندازه برابر ۵/۷٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۲۹/۶٪ جداره نورگیر می‌باشد. از طرفی با توجه به این ابعاد پنجره، میزان روشنایی متوسط اتاق بر حسب لوکس، در روزهای اول و وسط از هر ماه، و در جهات جغرافیایی جنوب، شمال، شرق و غرب) بررسی شده است (شکل ۳). بر اساس نتایج به‌دست آمده، بیشترین روشنایی، در شرایطی است که پنجره رو به جنوب باشد. در این حالت بیشترین روشنایی، زمانی است که آفتاب با زاویه کمتری نسبت به سطح افق می‌تابد و در نتیجه بیشتر در اتاق نفوذ می‌کند. این حالت روز ۳۰ آذر می‌باشد که روشنایی متوسط اتاق در این روز ۶۸۰ لوکس می‌باشد (شکل ۴). هرچند به علت کوتاه بودن ساعات روز، این روشنایی به سرعت کاهش می‌یابد (شکل ۵). کمترین شدت نور متوسط اتاق در زمان ۳۱ خرداد (وقتی که آفتاب عمودی‌ترین حالت تابش را دارد و کمتر وارد اتاق می‌شود)، می‌باشد که برابر با ۳۰۰ لوکس است. در مقایسه با روز ۳۰ آذر، این روشنایی برای مدت طولانی در اتاق وجود دارد. بعد از جهت نورگیری جنوب، بیشترین شدت متوسط نور به ترتیب در سمت شرق، غرب و در نهایت پنجره رو به شمال، وجود دارد. شدت نور شمال در طول سال، تغییرات کمتری دارد. با این وجود، شدت نور متوسط اتاق در حالت رو به شمال، در ۳۱ خرداد بیشترین حالت (۲۵۰ لوکس) و در ۳۰ آذر کمترین حد (۱۵۰ لوکس) می‌باشد. شدت نور متوسط اتاق، در جهات غرب و شرق در ساعت ۱۰/۳۰ صبح، در زمان اعتدالین (۱ مهر و ۱



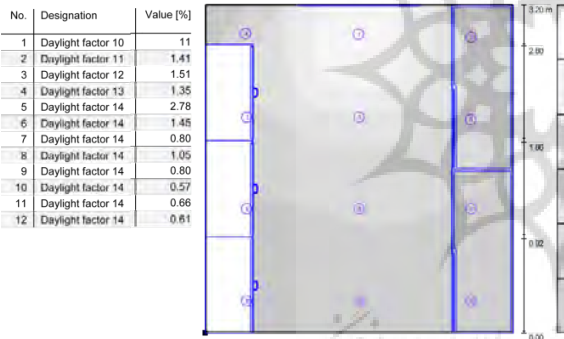
شکل ۵. نتایج مدل‌سازی میزان روشنایی متوسط اتاق بر حسب لوکس، در ساعات مختلف روز های ۳۰ آذر (انقلاب زمستانی) و ۳۱ خرداد (انقلاب تابستانی). در روز ۳۰ آذر و در حدود ساعت ۱۲، به علت تابش مایل خورشید بیشترین شدت نور در اتاق وجود دارد. هرچند این شدت روشنایی به سرعت کاهش می‌یابد. در روز ۳۱ خرداد شدت نور کمتر ولی مدت روشنایی مطلوب بسیار بیشتر است.



Summary of Results:  $D_{min}$ : 0.55 %,  $D_{max}$ : 11 %  
Horizontal illuminance outdoors  $E_o$ : 1565 fc



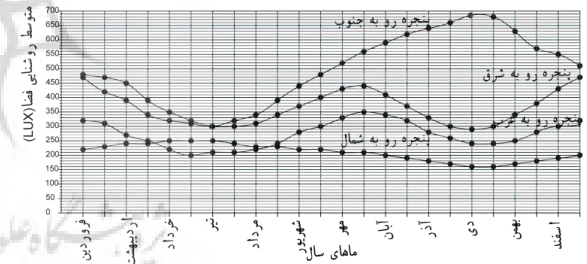
شکل ۲. محاسبه ابعاد مناسب پنجره اتاق با در نظر گرفتن متوسط نور روز مناسب ( $DF=2/5\%$ ) برای اتاق خواب و مطالعه. مساحت پنجره، ۲/۴ مترمربع به‌دست آمده است، این اندازه برابر ۵/۷٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۲۹/۶٪ جداره نورگیر می‌باشد.



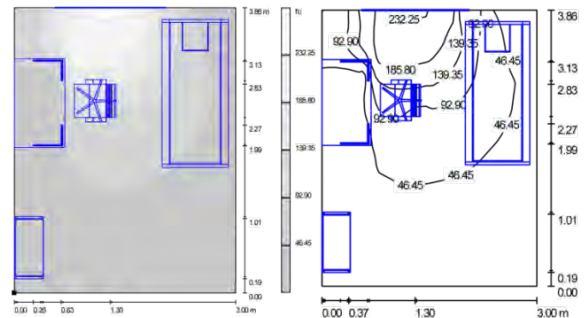
Summary of Results:  $D_{min}$ : 0.57 %,  $D_{max}$ : 11 %  
Horizontal illuminance outdoors  $E_o$ : 1532 fc



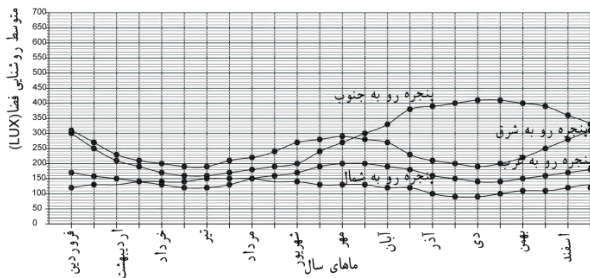
شکل ۶. محاسبه ابعاد مناسب پنجره آشپزخانه با در نظر گرفتن متوسط نور روز مناسب ( $DF=2/5\%$ ) برای آشپزخانه. ابعاد پنجره، برابر ۱/۳۲ متر مربع به‌دست آمده است. این اندازه برابر ۲/۵٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۱۷٪ جداره نورگیر می‌باشد.



شکل ۳. نتایج مدل‌سازی میزان روشنایی متوسط اتاق بر حسب لوکس، در روز های اول و وسط از هر ماه در جهات مختلف جغرافیائی و با در نظر گرفتن ورود پرتوهای مستقیم خورشید به اتاق در زمستان. این میزان در اکثر روزها، به ترتیب در جنوب، شرق، غرب و شمال بیشتر است.

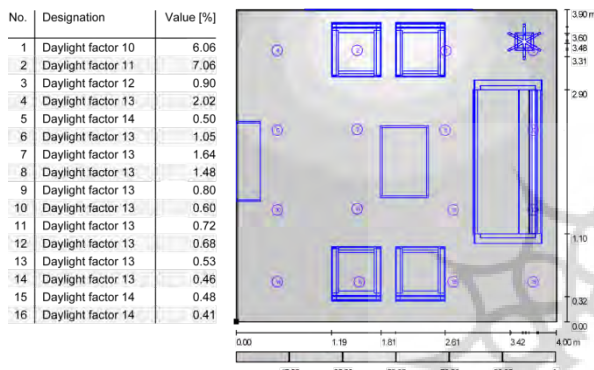


شکل ۴. نتایج مدل‌سازی میزان روشنایی متوسط اتاق، در روز ۳۰ آذر و جهت نورگیری از جنوب. اعداد بر اساس واحد فوت بر کندل (هر لوکس = ۱۰/۷۶ فوت بر کندل) می‌باشد.

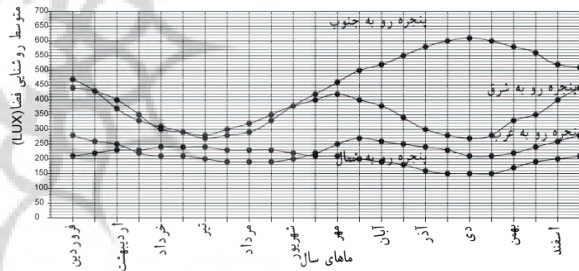


شکل ۹. نتایج مدل‌سازی میزان روشنایی متوسط فضای هال بر حسب لوکس، در ۲۴ روز از سال (روزهای اول و وسط از هر ماه) در جهات مختلف جغرافیایی و با در نظر گرفتن ورود پرتوهای مستقیم خورشید به اتاق در زمستان. این میزان در اکثر روزها، به ترتیب در جنوب، شرق، غرب و شمال بیشتر است.

نور، در روزها و جهات مختلف جغرافیایی محاسبه شده است (شکل ۷). بر اساس نتایج به دست آمده، شدت نور متوسط اتاق در حالت رو به جنوب، بیشتر از سایر جهات می‌باشد. در این جهت نورگیری، کمترین روشنایی در روز ۳۱ خرداد می‌باشد. روشنایی متوسط آشپزخانه در این روز، ۲۶۰ لوکس می‌باشد (شکل ۸). بعد از جهت نورگیری جنوب، بیشترین شدت متوسط نور به ترتیب در سمت شرق (بین ۲۷۰ تا ۲۸۰ لوکس)، غرب (۲۸۰ تا ۲۰۰ لوکس) و در نهایت پنجره رو به شمال (۲۵۰ تا ۱۵۰ لوکس)، وجود دارد. شدت نور شمال در طول سال، تغییرات کمتری دارد. شدت نور متوسط آشپزخانه، در حالت رو به شمال، در ۳۱ خرداد بیشترین حالت و در ۳۰ آذر کمترین حد می‌باشد. شدت نور متوسط آشپزخانه، در جهات غرب و شرق در ساعت ۱۰/۳۰ صبح، در زمان اعتدالین (۱ مهر و ۱ فروردین) بیشتر است. به طور کلی با توجه به حد استاندارد شدت نور (جدول ۲)، با ابعاد پنجره به دست آمده در مدل‌سازی رایانه‌ای، در تمام جهات و در اکثر روزهای سال، نور روز مناسب این کاربری، در فضا وجود دارد.

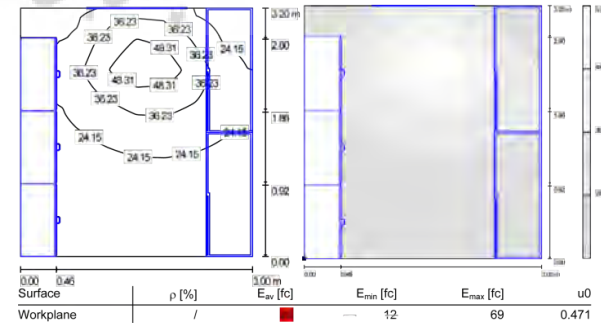
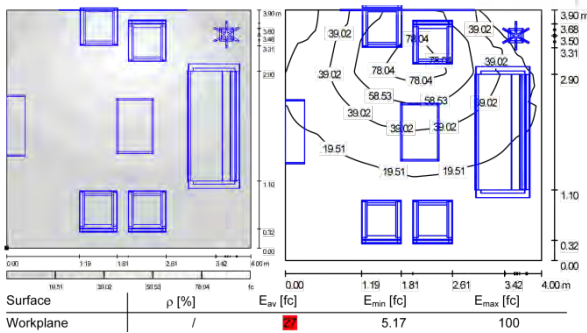


Summary of Results:  $D_{av}$ : 1.52 %  $D_{min}$ : 0.41 %  $D_{max}$ : 7.06 %



شکل ۷. نتایج مدل‌سازی میزان روشنایی متوسط آشپزخانه بر حسب لوکس، در ۲۴ روز از سال (روزهای اول و وسط از هر ماه) در جهات مختلف جغرافیایی و با در نظر گرفتن ورود پرتوهای مستقیم خورشید به اتاق در زمستان. این میزان در اکثر روزها، به ترتیب در جنوب، شرق، غرب و شمال بیشتر است.

شکل ۱۰. محاسبه ابعاد مناسب پنجره هال و پذیرایی با در نظر گرفتن متوسط نور روز مناسب ( $DF=1.5\%$ ) برای این کاربری. ابعاد پنجره، برابر ۲/۱۰ متر مربع به دست آمده است. این اندازه برابر ۲/۸۴٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۲۰٪ چداره نورگیر می‌باشد.



شکل ۱۱. نتایج مدل‌سازی میزان روشنایی متوسط فضای هال، در روز ۱ مهر و جهت نورگیری از جنوب. اعداد بر اساس واحد فوت بر کندل (هر لوکس =  $10/76$  فوت بر کندل) می‌باشد.

شکل ۸. نتایج مدل‌سازی میزان روشنایی متوسط آشپزخانه، در روز ۳۱ خرداد و جهت نورگیری از جنوب. اعداد بر اساس واحد فوت بر کندل (هر لوکس =  $10/76$  فوت بر کندل) می‌باشد.



## هال و پذیرایی

به منظور بررسی ابعاد مناسب پنجره و ارزیابی شرایط بهره‌گیری از نور روز، مشابه اتاق خواب و آشپزخانه، فضای هال نیز بر اساس مساحت ۱۵/۵ مترمربعی و ارتفاع ۲/۷۰ متری و متوسط نور روز ۱/۵ درصد، مدل‌سازی شده است. بر اساس نتایج مدل‌سازی رایانه، مساحت پنجره، برابر ۲/۱۰ متر مربع به‌دست آمده است (شکل ۱۰). این اندازه برابر ۲/۸۴٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۲۰٪ جداره نورگیر می‌باشد. شدت نور متوسط فضای هال به ترتیب، در سمت جنوب (بین ۴۱۰ لوکس در ۳۰ آذر و ۱۶۰ لوکس در ۳۱ خرداد)، شرق (بین ۳۱۰ و ۱۶۰ لوکس)، غرب (بین ۲۰۰ تا ۱۴۰ لوکس) و شمال (بین ۱۵۰ لوکس در ۳۱ خرداد و ۹۰ لوکس در ۳۰ آذر) می‌باشد (شکل ۹). شکل ۱۱ نتایج مدل‌سازی شدت نور فضای هال را در یکی از روزهای سال (۱ مهر معادل اعتدال پاییزی)، نشان می‌دهد.

## نتیجه‌گیری

تحقیقات زیادی تأثیرات مثبت نور روز را به خصوص در فضای زندگی، در رابطه با سلامتی انسان نشان داده است که در ابتدا به آن اشاراتی شد. با در نظر گرفتن این موضوع و با توجه به اهمیت نور روز در بهبود کیفیت محیطی زندگی انسان، بررسی اندازه مناسب پنجره‌های واحدهای آپارتمانی کوچک در شهر تهران، به منظور بهره‌گیری از نور روز مناسب، مورد نظر این نوشته بوده است. به این منظور ابتدا عوامل تأثیرگذار در کیفیت نور روز مورد بررسی قرار گرفت. سپس میزان استاندارد متوسط نور روز و نیز شدت روشنایی روز در واحد لوکس، در فضاهای اصلی واحدهای مسکونی که وجود نور روز کافی در آن مهم است، یعنی آشپزخانه، اتاق‌ها و فضای هال و پذیرایی، با توجه به استانداردهای معتبر استخراج شد. برای انجام محاسبات روی این فضاها، ابتدا ابعاد متداول این فضاها در شهر تهران مشخص شد. سپس با در نظر گرفتن این ابعاد و شرایط جغرافیایی تهران و نیز کیفیت هوای تهران که به علت آلودگی بر میزان نور روز تأثیرگذار است و نیز ابعاد مناسب سایه بان در عرض جغرافیایی تهران، در نرم افزار دیالوکس، مدل‌سازی صورت پذیرفت. نتایج مدل‌سازی در رابطه با فضای اتاق خواب (که به علت محدودیت فضا در خانه‌های آپارتمانی کوچک، معمولاً به عنوان فضای کار و مطالعه هم استفاده می‌شود) نشان داد که برای تأمین نور روز کافی، سطح نورگیر اتاق حداقل باید حدود ۵/۷٪ کل سطوح داخلی و ۲۹/۶٪ دیوار نورگیر باشد. در رابطه با آشپزخانه، این مقدار برابر ۲/۵٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۱۷٪ جداره نورگیر می‌باشد. در فضای نشیمن، این اندازه برابر ۲/۸۴٪ کل سطوح داخلی اتاق و ۲۰٪ جداره نورگیر است. از آنجا که نتایج نهایی بر اساس

درصد و تناسب از کل سطوح به‌دست آمده است، این نتایج در سایر ابعاد فضایی هم قابل استفاده می‌باشد. همچنین متوسط نور روز، توسط فرمول ریاضی مربوط به آن، محاسبه شده است که نتایج محاسبات متوسط نور روز توسط فرمول ریاضی، نتایج نرم افزار را مورد تأیید قرار داده است. البته نرم افزار عوامل بیشتری و از آن جمله عرض جغرافیایی را با دقت زیاد در محاسبات در نظر می‌گیرد و نتایج آن دقیق‌تر است. از طرفی با توجه به این ابعاد پنجره، میزان روشنایی متوسط این فضاها بر حسب لوکس، در ۲۴ روز از سال (روزهای اول و وسط از هر ماه)، و در چهار جهت جغرافیایی (جنوب، شمال، شرق و غرب) بررسی شد. بر اساس نتایج به‌دست آمده، بیشترین روشنایی، در شرایطی است که پنجره رو به جنوب باشد. در این حالت بیشترین روشنایی اتاق، زمانی است که آفتاب با زاویه کمتری نسبت به سطح افق می‌تابد و در نتیجه بیشتر در اتاق نفوذ می‌کند. این حالت روز ۳۰ آذر (انقلاب زمستانی) می‌باشد که روشنایی متوسط اتاق خواب در این روز ۶۸۰ لوکس، آشپزخانه ۶۰۰ لوکس و فضای هال ۴۱۰ لوکس، می‌باشد. هرچند به علت کوتاه بودن ساعات روز در این موقع از سال، این روشنایی به سرعت کاهش می‌یابد. کمترین شدت نور متوسط فضاها در زمان ۳۱ خرداد (انقلاب تابستانی، وقتی که آفتاب عمودی‌ترین حالت تابش را دارد و کمتر وارد اتاق می‌شود)، می‌باشد. این مقدار در اتاق خواب برابر با ۳۰۰ لوکس، در آشپزخانه ۲۶۰ لوکس و در فضای هال ۱۶۰ لوکس است. در مقایسه با روز ۳۰ آذر، این روشنایی برای مدت طولانی در اتاق وجود دارد. لازم به ذکر است که روشنایی اتاق بدون در نظر گرفتن پرتوهای مسقیم خورشید، در ۳۱ خرداد بیشترین در ۳۰ آذر کمترین مقدار است. بعد از جهت نورگیری جنوب، بیشترین شدت متوسط نور به ترتیب در سمت شرق، غرب و در نهایت پنجره رو به شمال، وجود دارد (مقادیر شدت نور در روزهای مختلف سال برای این روزها محاسبه شده است). شدت نور شمال در طول سال، تغییرات کمتری دارد و نمودار تغییرات آن تقریباً به خط صاف نزدیک تر است. با این وجود، شدت نور متوسط اتاق در حالت رو به شمال، در ۳۱ خرداد، بیشترین حالت و در ۳۰ آذر، کمترین حد می‌باشد. شدت نور متوسط اتاق، در جهات غرب و شرق در ساعت ۱۰:۳۰ صبح (زمان محاسبه نور روز در این مدل‌سازی)، در زمان اعتدالین (۱ مهر و ۱ فروردین) بیشتر است. به‌طور کلی با توجه به حد استاندارد شدت نور، با ابعاد پنجره‌های به‌دست آمده در مدل‌سازی رایانه‌ای، در تمام جهات و در اکثر روزهای سال، نور روز مناسب کاربری‌های مورد نظر، در فضا وجود دارد. از نظر اقلیمی، در اقلیم گرم و خشک تهران که در تابستان نیاز به جلوگیری از تابش مستقیم خورشید، و در زمستان به علت کاهش دما نیاز به جذب تابش خورشید دارد، با طراحی پنجره رو به جنوب و در نظر

(CIBSE). (1999). *Daylighting and window design*. London: Author.

10. Chartered Institution of Building Services Engineers (CIBSE). (2006). *Environmental Design*. London: Author.

11. Cummins, S., & Jackson, R. (2001). *The Built environmental and children health*. *Pediatric Clinics of North America*, 48, 1241- 1252.

12. Dubois, M. C. (2001). *Impact of Solar Shading Devices on Daylight Quality: Measurements in Experimental Office Rooms*. Sweden, Lund: Lund University.

13. Joseph, S., Fred, W., & Robert, Y. (2001), *Handbook of Behavioral Neurobiology: Circadian Clocks, Volume 12*. New York: Kluwer Academic/ Plenum Publishers.

14. Kellert, S., Heerwagen, J., & Mador, M. (2008). *Biophilic design: the theory, science and practice of bringing buildings to life*. New jersey: John Wiley & Sons.

15. Lewy, A. J., Nurnberger, J. I., Wehr, T. A., Pack, D., Becker, L. E., & Powell, R. L. (1985). *Supersensitivity to light: Possible trait marker for manic-depressive illness*. *American Journal of Psychiatry*, 142, 720-727.

16. McCullough, C. (2010). *Evidence – based design for healthcare facilities*. US: Renee Wilmeth.

17. Ono, M., & Chikazawa, Y. (2009). *Street Lighting with LED Light Sources*. *Osram jornal*, 23, 1-10.

18. Simm, S., & Coley, D. (2011). *The relationship between wall reflectance and daylight factor in real rooms*. *Architectural Science Review*, 54(4), 329-334.

19. Tyson, G. A., Lambert, G., & Beattie, L. (2002). *The Impact of Ward Design on the Behaviour Occupational Satisfaction and Well-Being of Psychiatric Nurses*. *International Journal of Mental Health Nursing*, 11(2), 94-102.

20. UK Building Research Energy Conservation Support Unit. (1998). *Desktop guide to daylighting - for architects*. UK: Author.

21. Wasserman, D. (2011). *Depression*. UK: Oxford University Press.

22. WHO (World Health Organization). (1948) *Constitution*. Geneva: Author.

گرفتن سایه بان مناسب، امکان بهره گیری از روشنایی مطلوب روز در فصول مختلف سال و نیز گرمای حاصل از تابش خورشید در زمستان به وجود می آید. در این زمینه پنجره‌های رو به شرق در اولویت بعدی قرار دارند. مسائل اقلیمی نیاز به بررسی دقیق تری دارد که مورد بحث این مقاله نمی باشد.

## پی‌نوشت‌ها

۱. *Dialux*، ۴،۱۰، نرم افزار دیالوکس یکی از قدرتمند ترین نرم افزار های برق، در زمینه طراحی روشنایی داخلی و خارجی است. در بسیاری از پروژه‌های اجرایی و مقالات تحقیقی از این نرم افزار استفاده شده و نتایج آن با واقعیت تطبیق داده شده است.

۲. WHO، سازمان بهداشت جهانی.

3. Chartered Institution of Building Services Engineers

4. DF : Average daylight factor

## فهرست مراجع

۱. پورمحمدی، محمد رضا. (۱۳۷۹). برنامه ریزی مسکن تهران. تهران: انتشارات سمت.

۲. واتسون، دونالد. (۱۳۸۷). طراحی اقلیمی، (وحید قبادیان، مترجم). تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

۳. کوبی، افشین. (۱۳۸۶). معیار های ارزیابی کیفیت زندگی شهری در مراکز شهری. هویت شهر، ۱(۱)، ۷۵-۸۶.

۴. ذبیحی، حسین؛ حبیب، فرح؛ و رهبری منش، کمال. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین میزان رضایت از مجتمع های مسکونی و تاثیر مجتمع های مسکونی بر روابط انسان. هویت شهر، ۵(۸)، ۱۰۳-۱۱۸.

۵. کلهر، حسن. (۱۳۹۱). مهندسی روشنایی. تهران: شرکت سهامی انتشار.

6. Augustin, S. (2009). *Place Advantage: Applied Psychology for Interior Architecture*. New jersey: john wiley & sons, inc.

7. Baker, N., Fanchiotti, A., & Steemers, K. (1993). *Daylighting in Architecture, A European Reference Book*. London: James and James (Science Publishers) Ltd, For the Commission of the European.

8. British Standards Institution. (2008). *BS 8206-2, Lighting for Building, Part 2 Code of Practice for Daylighting*. UK: Author.

9. Chartered Institution of Building Services Engineers

# Achieving Appropriate Daylight Quality for Small Apartments in Tehran City by Proper Design of Windows

**Amin Alah Ahadi\***, Ph.D. Candidate of Architecture, School of Architecture and Urban Design, Art University of Isfahan, Isfahan, Iran.

**Mostafa Masoudi Nejad**, Faculty Member of Department of Architecture, Islamic Azad University, Ahvaz Branch, Ahvaz, Iran.

**Armin Piryaee**, M. A. Student of Architecture, The School of Architecture and Environmental Design, Iran University of Science and Technology, Tehran, Iran.

## ... Abstract

Today, due to increasing the population of large cities such as Tehran, the demand for housing, has been increased. The imbalance between supply and demand of housing has increased the price of housing which caused citizens to live in small apartments. This issue reduces the quality of life in these homes. The quality of the human environment has an enormous effect on his health. Most research in the field of health psychology has shown that, there is a direct relationship between the quality of the residential environment and social harms such as suicide, mental disorders, drug addiction and criminality. One of these qualitative factors is the quality of daylight. Being exposed to adequate daylight has an enormous effect on the health of body and the human spirit. Due to the high density and compressibility of buildings and also aerosols and air pollution that cause low access to daylight, attention to the appropriate use of daylight in the cities such as Tehran is more critical. On the other hand, in tall apartments, residents have not access to some open spaces such as yard and during the day, they live in closed space of apartment. Therefore, the design of windows as the only source of daylight are very important. So, the conditions of suitable daylight in residential areas and the way to create it, are considered in this article.

The study area of this article is small apartments in Tehran. Because of the high price of housing in Tehran, these apartments are considered by many citizens. Regarding to the limitation in access to the yard and outdoor living space, attention to improvement of environmental quality, especially attention to daylight is more important.

The determining standard characteristics of daylight in residential areas is one part of this research. In this field with studying credible sources and standards, required data is collected. The most important index is a daylight factor that is equal to the average daylight in interior space in the proportion to outdoor daylight. Appropriate daylight factor for bedroom, work and study rooms, living room and kitchen respectively is equal to 1%, 5%, 2.5% and 2%. Identifying the common spaces of small apartments in Tehran and theirs area, is the next step. For this purpose a number of small residential apartments in the various parts of Tehran were selected and the different dimensions of theirs spaces were investigated. Finally, to determine the proper size of windows, the daylight simulation and calculation software (DIALUX) has been used. In this software, Tehran's geographic information (latitude and longitude) and the status of air pollution in Tehran and the data related to glass of window (common windows that used in this apartments ) such as transparency coefficient and the reflection coefficient of glass, were imported and according to the standard daylight factor of bedroom, living room and kitchen, for each of these spaces, the calculations have been performed and the optimal window size for each of these spaces in proportion to the internal surface area is presented.

... **Keywords:** Daylight, Health of Body and Spirit, Residential Apartments, Tehran

\* Corresponding Author: Email: ahadi6688@yahoo.com