



家庭养花 超简单

用花草点缀你的生活，
给自己和家人一份惬意……
用植物渲染出的春意，
令你的居室变花园。

于帆✿主编 陶峥 姚望✿摄影



化学工业出版社

S68
Y708

家庭养花 超简单

于帆✿主编 陶峥 姚望✿摄影

大字楷书
书章

藏

拍摄场地提供/童话山庄 北京目朗未来设计有限公司

拍摄花卉提供/中华租摆网 (www.zubaiwang.com)

编写人员/于帆·晏丽·鹿萌·何欣莹·刘莹莹·康玲
关小雪·郭宝胜·贾华敏·刘梅·于国锋·于凤莲
曹烈英·于富强·王春霞·周婷·赵彦·傅卫卫
岳会博·熊伟·安雷·邹杨·刘洋·陶峥
姚望·李昊轩



化学工业出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭养花超简单 / 于帆主编. —北京: 化学工业出版社, 2010.1
ISBN 978-7-122-07366-2

I. 家… II. 于… III. 花卉—观赏园艺 IV. S68



中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第232262号

责任编辑: 傅四周 蔡 红

装帧设计: 北京水长流文化发展有限公司

责任校对: 陶燕华

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装: 北京画中画印刷有限公司

889mm×1194mm 1/24 印张5½ 字数146千字 2010年4月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 29.80元

版权所有 违者必究

前言

现在都市人越来越喜欢养花种草了，带一片清新的绿色进入家庭已逐渐成为现代健康生活的一种新时尚元素。居室内摆放几盆适当的花草，红花绿叶，生机盎然，既美化了环境，健康了身体，净化了空气，亦能陶冶性情。

然而，在生活中又总是有一部分养花爱好者为养不好花而烦恼，一盆原本好端端的花，从花店带回家中不久，不是花蕾掉落，就是叶子发黄，不少还有病虫害，这使得原本开心的养花乐事变成一种烦恼。造成这种情况的原因当然是多方面的，但其中最主要的还是养护管理的技巧不够。谚语有云“三分种七分养”，养花种草光靠简单地浇水是远远不能满足植物正常生长需求的，养花种草其实也是一门学问。

由此，作者萌生出编写一本重在介绍家庭养花经验图书的想法，本书在编写过程中摒弃小而全的写作模式，主要从：花卉简介、花卉价值、养殖护理、小贴士等几个主要方面列举出了最适合在家里养殖的88种花卉，可以让花卉爱好者从花卉种植的基本知识入手，了解和学习养花种草方方面面的知识，从而掌握花草种植的方法和技巧，让读者能切实从书中找到自己所需的知识，或者解决在养花中所遇到的疑惑，进而让鲜花绿草将我们的时尚生活装扮得更美好。值得一提的是，书中所列花卉市场价格参照了2009年北京市场，谨供参考。

编者

2010年2月





目录

CONTENTS

上篇 提高生活品质的家庭养花 /1

宜养身心的家庭养花	2
花卉扮靓你的家	6
花卉：净化空气的清道夫	10
致病花卉少入室	15

中篇 家庭花卉养护知多少 /19

初学者如何选择花卉	20
家庭养花应挑选什么工具和设备	23
如何选择适合养花的土壤与基质	26
如何给种子、土壤消毒	27
旧盆土不能接着用	28
如何为盆栽花卉换盆	29
如何为盆栽花卉松土与除草	30
自己如何轻松施肥	31
家庭养花如何改良浇花水	32
如何鉴别盆花缺水	34
家庭养花，如何浇到恰到好处	35
家庭无人如何浇水	36
如何平衡花卉的光照	39
冬季如何提高花卉抗寒能力	41
夏季如何给花卉降降温	42
自制有机农药防治病虫害	43

下篇 适合家庭养殖的花卉 /46

文竹	47
黑叶观音芋	48
三药槟榔	49



芦荟	50
亮丝草	51
藿香蓟	52
红掌	53
龙舌兰	54
凤尾竹	55
五色椒	56
桂竹香	57
苹果竹芋	58
仙客来	59
美人蕉	60
水竹	61
吊兰	62
建兰	63
大花蕙兰	64
佛手	65
君子兰	66
山茶	67
铁树	68
平安树	69

铃兰	70
腊梅	71
康乃馨	72
菊花	73
昙花	74
绿萝	75
橡皮树	76
网纹草	77
垂叶榕	78
金银花	79
星花凤梨	80
剑兰	81
栀子花	82
石榴	83
非洲菊	84
常春藤	85
石竹	86



木芙蓉	87
胡椒薄荷	88
扶桑花	89
八仙花	90
迎春花	91

金橘	92
伽蓝菜	93
火炬花	94



薰衣草	95
枸杞	96
百合	97
紫薇	98
含笑	99
圆叶薄荷	100
含羞草	101
喇叭水仙	102
文心兰	103
仙人掌	104
桂花	105
绿帝王	106
牵牛花	107
榆叶梅	108
椒草	109
天竺葵	110
火棘	111
迷迭香	112
玫瑰	113
月季	114
杜鹃花	115

富贵竹	116
丁香	117
仙人指	118
冬珊瑚	119
虎尾兰	120
情人草	121
白掌	122
郁金香	123
三色堇	124
金钱树	125
蟹爪兰	126



上篇

提高生活品质的 家庭养花

生活节奏越来越快，而人与大自然的接触却越来越少，每逢节假日踏青赏花似乎变成一种奢望。其实，绿色并非是大自然的专利，回到家中，环顾四周，你会惊奇地发现，书架上垂下的是缕缕嫩枝，窗台上绽放的是娇媚鲜花，餐桌上摆放的是怒放的切花，即使足不出户，也能让人如同依偎在大自然的怀抱中一般，享受生活的乐趣。



宜养身心的家庭养花

不少家庭都是独生子女，当儿女们一天天长大，在外面打拼自己的事业、追求自己的生活时，原本身强力壮的父亲与母亲在不知不觉间已白发苍苍，留在家里的时间也越来越长，形成了庞大的“空巢老人”、“外地老人”队伍，并由此引发一系列“老年烦慌孤”症。特别是住惯了四合院或平房的老人，在搬进高楼大厦之后，由于对邻里关系的不适应以及周围环境的生疏，孤独感就更加强烈，颇有“高处不胜寒”的感觉。其实，这种“烦慌孤”症并非无药可解，只要针对老人的特点为其选择适合的兴趣爱好，就可以将他们的注意力从孤独的感觉吸引到其他地方，使精神生活更加丰富，“烦慌孤”症自然就会不药而愈。

现代医学、科学证明，养花是一种陶冶情操、益智益寿的活动，特别是老年人在养花的过程中不仅能享受到其乐融融的气氛，更能达到健身的目的。



1. 改善心理状态

俗话说心静则安康，花卉之所以能起到陶冶情操、愉悦心境的作用，是因为它能够从花色及花香两个方面对人产生一定的影响，从而为老年人带来或平静、或热烈、或舒适、或轻松的心境。

(1) 花色 每个人都有一个颜色感觉，能够对特定的颜色产生不同的反应，如冷暖、远近、轻重、轻松、兴奋、忧郁、烦躁、安定等。

例如，暖色的花卉，人们就会联想到太阳、火、光等，从而产生温暖、舒适、放松的感觉；浅色的花卉给人以轻快明亮的感觉，对神经的刺激度较小，从而使精神上的压迫感有了明显的减弱。相反，冷色花卉会让人联想到大海、天空、冰雪，虽然能给人带来静止、平缓、安定的感觉，但如果本身比较悲观的老年人，就会产生忧郁、空虚、忧伤等不良情绪；而深色的花卉，虽然能给人以强烈的视觉冲击，但是颜色过于沉重，就会加重对精神的压迫，带给人恐怖、压抑、绝望等感觉。

温馨提示

除了视觉外，皮肤也能感受到颜色的影响，据科学家研究，不同的颜色都有其具体的波长，它们能够通过神经末梢传导给大脑，从而使人们能够立刻得出喜爱或厌恶的颜色。有人曾经做过这样一个实验，一个蒙住双眼的试验者分别在刷有其喜爱或讨厌颜色的房间待了两个小时，前者给他的感觉像是度过了一个小时，而后者带来的时间感却延长至4小时。

颜色	功效	缺点	代表花卉
红色系	大胆、强烈的感觉会令人产生热烈、活泼的情绪，对神经系统有较强的刺激	不适合大团锦簇的花卉，易对视力造成影响，并令人头晕目眩，患有心脑血管疾病的老年人应格外注意	红色美人蕉、红色海仙花、一串红、红色虞美人、红色芍药、红色山茶花、红杜鹃花等
绿色系	绿色系是生命的颜色，会带来积极向上的情绪，且对各种神经均具有镇静、舒缓的作用，有助于改善老年人的休息状态	绿色植物如果过于密集，原本清爽与平静的感觉就会变得冷清，易使情绪跌落，并影响食欲	绿色观叶植物
黄色系	温暖的颜色会给人带来温情、热烈、快乐、活泼的感觉，被称为“最令人愉快”的颜色，能够刺激神经系统、改善大脑功能，使老年人更充满朝气、思维敏捷	天生或正处于情绪压抑、悲观失望状态下的老年人，在面对过于密集的黄色会加重不良情绪	金鸡菊、金盏菊、金钟花、黄牡丹、黄杜鹃花、黄瑞香等

(续表)

颜色	功效	缺点	代表花卉
蓝色系	它是一种既肃穆又清爽的颜色，能够令人遐想到天空、大海，令心境更加广阔，具有调节神经、镇静安神的作用，避免情绪起伏造成的失眠、高血压及其他心血管疾病	蓝色系的另一面是消极、冷酷的，对于本身就患有忧郁症或抑郁症的老年人来说，往往与寒冷、阴影联系在一起，对情感有强烈的压抑感，极易加重病情	蓝色三色堇、蓝色勿忘草、蓝花鸢尾、蓝色妖姬、紫丁香、紫玉兰等
白色系	纯洁与宁静，是白色系花卉的主要特点，能够使人有种与世隔绝的感觉，使精神得到绝对的放松	有孤独感或抑郁感的老年人面对密集的白色花卉，会变得被动，长久以往会失去生活的热情，还会产生过敏、抑郁等不良情绪	白玉兰、白风信子、白百合、白鹃梅、白碧桃、白蔷薇、白玫瑰、白杜鹃等
粉红色系	温柔的粉色系花卉有着少女一般甜美的笑容，能够帮助处于盛怒、激动、焦虑等状态下的人恢复平静，特别适合压力较大的老年人	一般情况下，对心理无不良影响	粉色玫瑰、粉色扶郎花、粉色牡丹、粉红色郁金香、粉色荷花等

(2) 花香 花香通过嗅觉对大脑神经细胞进行刺激，使香气通过嗅觉神经传递到大脑的相关部位，使人体对花香的认识从“嗅觉”变为“味觉”，对神经功能起到良好的调节作用，从而缓解老年人最常见的神经紧张、情绪低落、精神不振、老年抑郁等植物神经方面的问题。

花卉代表	功效
茉莉花	理气解郁、镇静神经，使心情舒畅，提高老年人的精神
天竺花	天然的“镇静剂”，尤其对神经衰弱的中老年人而言，有促进睡眠、健脑的作用
玫瑰花	能够提升注意力和意志力，增强老年人对生活的自信心

(续表)

花卉代表	功 效
薄荷花	醒脑清神，使人放松、精神愉快，并且有利于促进睡眠
石 竹	增强记忆力，敏捷思维，有利于老年人更快地接受外部信息
香柠檬	减少外部环境对老年人造成的压力，减轻并化解消沉、忧郁等不良心理
熏衣草	消除紧张感、稳定神经、化解盛怒，对忧郁症、歇斯底里症等有良好的改善作用
菊 花	使思维敏捷、反应灵敏，有助于调动大脑活性，预防老年痴呆

2. “全身锻炼”

养花并不像人们想象中的那样，浇浇水、除除草、捉捉虫子就可以轻松应对，实际上它是一个不小的“力气活”。

运动项目	功 效
搬花盆	为了使花卉受到充足而又均匀的光照，需要定时转动花盆或者将花盆搬到室外接受阳光的沐浴，搬花盆的过程就等于进行了一次运动
修剪枝条	花卉植物需要修剪枝条，手臂在修剪的过程中会做出伸展、抻拉、收紧等动作，眼睛也会随着修剪工具的移动而相应得到锻炼，使得手眼达到协调一致的作用
浇水	选择较重的水壶浇水，单手如同持一个哑铃一般，手臂特别是上臂会随着浇水的动作得到一定的锻炼，另一手臂也会因为手托水壶处于紧张状态
松土	手持园艺钉耙进行松土时，手腕在松土的过程中会不断收缩、伸展，对腕部韧带、关节起到良好的锻炼作用

(续表)

运动项目	功 效
捉虫	捉虫锻炼的是眼睛与大脑的协调，同时手指也会在捉虫过程中得到充足的运动，如捏、抓、放等，这些都是手指锻炼的基本要点

花卉扮靓你的家

利用花卉美化居住空间并不是挑选自己喜爱的品种随意摆放即可，而是需要精心地与其他条件一同搭配，否则就会弄巧成拙，使美丽的白天鹅变回丑小鸭。

1. 花卉与空间类型相适应

家庭居室一般分为卧室、客厅、书房、餐厅、阳台、厨房等，它们既是一个相互关联的整体，又分别是相互独立的空间，因此花卉也应当根据各自特点进行摆放布置。例如，有的花卉香气较浓，就不适合摆放在卧室中，而应摆放在阳台或靠近窗台的地方；有的花卉具有净化作用，就应当摆放在辐射、污染较多的厨房、卫生间或书房的电脑旁。



空间类型	摆放特点	花卉代表
卧室	◎不宜选择气味浓烈、花粉较多的花卉盆栽，可选择花粉少的观叶类植物以及具有舒缓神经、放松心情的观花类植物； ◎宜摆放中小型盆栽，也可用少量大型盆栽点缀，但摆放得不可过密、过多，占地面积不宜太大；	菊花、珠兰、茉莉、天门冬、秋海棠、巴西木、文竹、绿萝等
客厅	◎装饰性较好的花卉能突出客厅的风格，为自己和客人营造出舒适的环境。此外，富有节日气氛或吉祥名字的盆栽，还能增加宾客欢聚一堂的热闹气氛； ◎花卉盆栽摆放应“大、中、小”结合，大型盆栽放在门厅、走廊或墙角，中型号盆栽放在边桌上或家具旁，小型盆栽放在茶几、电视柜、隔板架或窗台等位置	发财树、散尾葵、袖珍椰子、扶桑、杜鹃花、山茶花、文竹、虎耳草、微型月季、仙客来等
书房	◎宜少不宜多、宜精不宜乱，应摆放一些中小型或迷你型花卉盆栽； ◎花卉盆栽的品种不宜过于艳丽，以清新、宁静为宜，且同样应避免摆放香气浓郁的花卉； ◎对湿度要求较大的花卉不宜摆放在书房	文竹、仙人掌、绿萝、吊兰、香石竹、茉莉、富贵竹、常春藤、龟背竹等
餐厅	◎集美味与观赏于一体的水果盆栽、香料盆栽或蔬菜盆栽能够让用餐的心情更愉悦； ◎与客厅相连的餐厅，可利用蔓性植物的特点做成绿色“门廊”，或摆放大型观叶类植物，利用伸展的枝叶充当门帘； ◎餐桌上适合摆放瓶插花或水养花； ◎不要摆放带毒性或气味过于浓郁的花卉盆栽	龙血树、橡皮树、常春藤、吊兰、绿萝、一串红、康乃馨、长寿花、红月季、剑兰等
阳台	◎阳台养花应选择喜温暖、耐寒的花卉，花卉应茎干低矮、枝叶紧凑且耐修剪； ◎设置花架、悬架，种植蔓性、攀缘植物，增加阳台的阴凉，减轻风沙灰尘侵袭；	矮牵牛、茛苕、旱金莲、天竺葵、郁金香、风信子、水仙、番红花等。

(续表)

空间类型	摆放特点	花卉代表
厨房	◎宜摆放小型或迷你型盆栽，盆栽的叶片应厚实，方便擦洗，以免积满油污影响美观； ◎在盆栽下面垫一个漂亮的托盘，可避免泥水渗出，并增加摆放的层次感； ◎利用水养花、鲜切花“见缝插针”点缀厨房角落，但应远离灶台	绿萝、吊兰、三色堇、小杜鹃花、小型龙血树、小型松树以及蕨类植物等

2. 花卉与空间风格相适应

花卉与空间的关系就如同衣服与人，即使再美丽的衣服如果与个人的气质、性格不符，也无法衬托出穿着者的个性。同样，尽管花卉赏心悦目，如果与空间的风格相互冲突，那就如同在上身穿着华美的旗袍、脚下却蹬着一双运动鞋一样别扭。现代装修风格多种多样，怎样才能更好地将花卉与空间风格融合在一起呢？其实，这并非一件难事，只要将众多风格归纳为两种，即中式风格和西式风格，然后再细分成几类，就可以牢牢把握住花卉的挑选以及摆放的方向。



风格类型	装饰要点	花卉代表
中式风格	◎在中式风格的空间中，花卉宜选择具有传统色彩的品种，或者制作具有中国特色的盆景、水景； ◎利用紫砂器、陶器、陶瓷等作为花器，增加花卉的古色古香感；	君子兰、瑞香、牡丹、芍药、菊花、文竹、龟背竹、富贵竹、腊梅、山茶花、海棠等
现代简约型	◎花器以粗陶、磨砂、金属、水晶等材质为主，特别是水晶透明花器能保持光线稳定，突出现代简约的特点； ◎花卉适合摆放在局部，如化妆台、小边桌、餐桌等，不适合密集摆放	仙人球、非洲菊、报春花、龙胆花、散尾葵、白色山茶花等
美国乡村型	◎轻松明快、色泽亮丽的花卉体现粗犷、朴实的乡村风格； ◎将盆栽花制成切花、干花、花环，挂在墙壁或随意插（撒）在竹篮或木质花瓶中，并置于木桌之上	月季、玫瑰、欧石楠、金缕梅、地中海荚蒾、薰衣草、天竺葵、半支莲、冬珊瑚、金鱼草等
维多利亚型	◎可爱的花卉与锦缎、印花棉布和硬纱营造出维多利亚风格的浪漫氛围； ◎将花卉种在或插在玻璃瓶、水晶瓶或银质花瓶中，与精美繁复的家具搭配，提升了空间的欣赏价值	大丽菊、玫瑰、百合、栀子花、小苍兰等





花卉：净化空气的清道夫



在日常生活中，电器、装饰物、居室装修等为人们带来不少便利与惬意，但与此同时也将污染带到生活中，给人们的健康带来巨大的损害。例如，天然气燃烧会产生二氧化氮，对肺部以及气管会造成强烈的刺激性；高温下的油烟会损害细胞，具有较强的致癌性；吸烟产生的烟雾含有300多种化合物，对心脏、胃部等都具有严重的破坏性。除此之外，电器带来的辐射、家居装饰带来的化学污染也都是居室空气污染的主要元凶。

面对这群穷凶极恶的“不速之客”，如何才能将它们挡在大门之外，使居室空气质量得到进一步提高呢？方法很简单：第一，监测污染源；第二，净化空气。而在家庭中，能够同时兼顾这两个“任务”的，非花卉莫属。



1. 花卉是天然的“污染监测仪”

花卉特别是观叶类植物，为了能从空气中吸收水分和二氧化碳，在叶片的表面通常会布满肉眼看不到的气孔。一旦居室内出现污染时，污染物就会从气孔进入花卉内部，人们便可根据花卉所发生的不良反应判断室内是否有污染以及污染物的种类。

花卉的“污染监测”功能与其他监测手段相比，具有灵敏性高的特点，不仅可以监测已经发生的污染，对尚未完全形成的污染也能起到良好的作用。例如，人体对二氧化硫产生明显反应的浓度为0.1%~0.15%，而花卉在二氧化硫浓度只有0.003%后的7个小时就会发出警报。由此可见，对于普通家庭来说，使用花卉作为监测污染的仪器真是又方便、又省钱，更重要的是能够将无形的污染扼杀在摇篮中，对保护家人健康起到了重要作用。