

彩色升级精华版

草有百态 花有千姿 巧养花卉 妙用无穷
活用花草 装点生活 花姿草色 尽收一册
零距离接触大自然
花花草草保健康

好书相伴好生活

家庭花草健康宝典

初学者轻易上手

花卉养殖入门宝典

各形各色家养花卉的简介与习性

花草养殖与培育的新手必读知识

图文并茂详解数百种花草栽种窍门

养生堂健康家政课题组

编著

珍爱生命
享受生活

不可不知的生活智慧
自己珍藏·送给父母·与朋友分享

品质生活
专家

中国轻工业出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

家庭花草健康宝典 / 养生堂健康家政课题组编著. —北京: 中国轻工业出版社, 2008.6
ISBN 978-7-5019-6453-6

I. 家… II. 养… III. ①花卉—观赏园艺②花卉—影响—健康 IV. S68

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 072847 号

责任编辑: 王恒中 王晓晨 责任终审: 孟寿萱
装帧设计: 刘金华 旭 晖 美术编辑: 张瑞英
图文制作: 大麦文化

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印刷: 北京市雅彩印刷有限责任公司

经销: 各地新华书店

版次: 2008 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 635 × 965 1/12 印张: 20

字数: 250 千字

书号: ISBN 978-7-5019-6453-6/TS · 3761 定价: 34.80 元

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-85119817 65128898 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换
80216SAX101ZBF



家庭花草 健康宝典

养生堂健康家政课题组

编著

Part 1 [第一章]

家庭养花的基本知识



- 8 第1节 初识花卉
 - 8 一 认识花卉
 - 9 二 挑选花卉
 - 12 三 花卉的分类
- 17 第2节 花卉的生长需要
 - 17 一 土壤和基质
 - 20 二 水分
 - 21 三 光照
 - 23 四 温度
 - 23 五 肥料
- 27 第3节 花卉种植的工具
 - 27 一 花盆的种类
 - 28 二 养花工具
- 29 第4节 花卉的繁殖
 - 29 一 有性繁殖
 - 31 二 无性繁殖
- 36 第5节 花卉的病虫害
 - 36 一 花卉的病害及防治
 - 38 二 花卉的虫害及防治
- 40 第6节 花卉的日常管理
 - 40 一 春季养花
 - 41 二 夏季养花
 - 41 三 秋季养花
 - 42 四 冬季养花

Part 2 [第二章]

家庭养花与室内空气净化

- 44 第1节 常见室内污染 44

Part 3 [第三章]

易种易活的花草

- 54 仙客来
- 56 百合竹
- 58 紫背竹芋
- 59 墨兰
- 60 菊花
- 62 长寿花
- 64 迎春花
- 66 文竹
- 68 苹果竹芋
- 69 吊竹兰
- 70 报春花
- 72 蟹爪兰
- 74 万寿菊
- 76 芹叶牡丹
- 78 鱼尾葵
- 79 天堂鸟
- 80 荷兰铁
- 81 铁兰
- 82 幸福树
- 84 粉掌
- 86 金鱼吊兰
- 87 金枝玉叶
- 88 吊金钱
- 90 银边铁
- 91 墨西哥铁
- 92 巴西龙骨



Part 4 [第四章]

净化空气的花草

- 94 茉莉花

- 96 茶花
- 98 波斯顿蕨
- 99 薄荷
- 100 虎尾兰
- 102 君子兰
- 104 兰草
- 106 桂花
- 108 紫罗兰
- 109 散尾竹
- 110 龟背竹
- 112 一叶兰
- 113 龙舌兰
- 114 橡皮树
- 115 巴西木
- 116 仙人掌
- 118 孔雀竹芋
- 119 七彩千年木
- 120 绿巨人
- 121 绿萝吊兰
- 121 吸毒草
- 122 常春藤
- 124 合果芋
- 126 发财树
- 128 鸭掌木



Part 5 [第五章]

食疗养生的花草

- 130 薰衣草
- 132 芦荟
- 134 罗汉松
- 135 米兰
- 136 秋海棠
- 138 杜鹃
- 140 佛手



Contents

.....

- 142 金橘
- 144 金边瑞香
- 145 珍珠草
- 146 八角金盘
- 148 番石榴
- 150 扶桑
- 152 柠檬
- 154 腊梅
- 156 冷水花
- 158 肾蕨
- 160 铜钱草



Part 6 [第六章]

常见的其他家养花草

- 162 大花蕙兰
- 163 风信子
- 164 仙人球
- 165 太阳神
- 166 康乃馨
- 168 瓜叶菊
- 170 彩叶凤梨
- 171 满天星
- 172 网纹草
- 174 雏菊
- 175 朱蕉
- 176 朱顶红
- 178 火炬花
- 179 观音莲
- 180 蝴蝶兰
- 182 四季樱草
- 184 石竹花
- 185 王玉珠帘
- 186 酒瓶兰
- 188 卡特兰
- 189 巢蕨



- 190 蒲葵
- 192 孔雀木
- 193 元宝树
- 194 金心巴西铁
- 196 蒲包花
- 198 铁十字秋海棠
- 200 狗尾红
- 202 火棘
- 204 星花凤梨
- 205 地涌金莲
- 206 金玉满堂
- 208 千叶吊兰
- 209 榕树
- 210 条纹十二卷



Part 7 [第七章]

常见有毒花草的种植方法

- 212 郁金香
- 214 马蹄莲
- 216 含羞草
- 217 凤仙花
- 218 花叶万年青
- 220 水仙
- 222 夹竹桃
- 224 一品红
- 226 南天竹
- 228 火鹤花
- 230 铁树
- 232 虎刺梅
- 234 百合花
- 236 福祿桐
- 237 黄蝉
- 238 滴水观音
- 239 附录 常用养花术语解释



Contents

.....

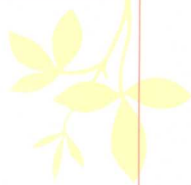
第一章

家庭养花的
基本知识





第1节 / 初识花卉



一 认识花卉

花按照其组成部分可以分为完全花和不完全花，如果一朵花是由花梗、花托、花萼、花冠、花蕊五部分组成的即称之为完全花；缺少其中的任何一部分或几部分都被称为不完全花。下面就让我们来认识一下花卉的各个部位吧。

1. 花梗

花梗是指生长在茎上的短柄，它是茎和花相连的通道，起着支持和疏导水分、营养的作用。花梗的长短因不同的花卉而不同。



2. 花托

花梗顶端膨大的部分叫花托。花萼、花冠、雄蕊、雌蕊各部分依次由外至内呈轮状排列生于花托上。花托有各种各样的性状。



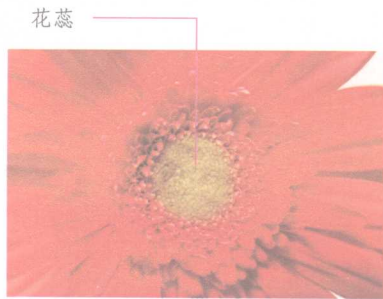
3. 花被

花被包括花萼和花冠。花萼由若干萼片组成，通常为绿色，位于花的最外轮。花冠在花萼的内轮，由花瓣组成。不同种类的花卉花萼和花瓣的形态千姿百态，它们的颜色、形状、大小以及层次的变化很大，是花的主要观赏部分。

4. 花蕊

花蕊分为雄蕊和雌蕊。雌蕊位于花的中央部分，由柱头、花柱和子房

三部分组成。柱头在雌蕊的先端，是接受花粉的部位。柱头分泌黏液，具有黏着花粉粒和促进花粉粒萌发的作用。雄蕊由花丝和花药两部分组成，位于花冠的内轮。花丝细长呈柄状，起支持花药的作用，花药呈囊状或双唇状，长在花丝的顶端，是形成花粉粒的地方。



二 挑选花卉

(一) 根据空间选择花卉

挑选花卉应根据居住情况、家庭健康和个人爱好进行选购。一般家庭养花都以观赏类为主，体积不宜过大，也不宜过多。如果你的房间在阴面，照不到太阳，宜选择阴性或中性品种，如万年青、兰花、龟背竹、君子兰等；如果你的房间处在阳面，则应选择阳性的观花品种，将其摆放在向阳面，让其接受足够的阳光。



如果打算在阳台上养花，就要选择一些喜光、耐旱的花卉种植。因为阳台的面积较大，空气流通较快，干燥，阳光充足，可以在阳台上种植攀

缘花卉，如茑萝、牵牛花、葡萄、五叶地锦等，并可设花架摆放月季、石榴、米兰、茉莉和盆景等。阳台顶部可以悬挂耐阴的吊兰及蕨类植物，阳台后部为半阴环境，可以摆放南天竹、君子兰。凹式阳台仅一面外露，通风条件差，可在两侧墙面搭梯形花架，摆设花木。

布置卧室应选择洁净、素雅的观叶类植物，不要在卧室内摆放过多观花类植物。花期时空气中容易飘散大量花粉，如果在关闭门窗的卧室中睡觉，很容易产生花粉过敏。另外，不宜在卧室中养殖过于高大或带有针刺的植物。卧室中适宜选择巴西木、鹅掌柴、龟背竹、绿巨人、散尾葵、棕竹、吊兰、绿萝、文竹、君子兰等，这些花木较耐阴，只需弱光或散射光就能正常生长。



布置客厅或门厅则应当以美观大方为主，色调不宜过杂，最好与室内风格保持统一。可以选择一些较大的观叶植物摆放在墙角，如发财树、散尾葵、棕竹、袖珍椰子及蕨类植物等。在向阳的地方则可以摆放一些观花类植物，如米兰、扶桑、月季、白兰花、金橘、山茶花、杜鹃花、栀子花、含笑等。

假如室内空间较小，可选择小型盆花及悬垂植物，如文竹、仙客来、微型月季、非洲紫罗兰、条纹十二卷、生石花、虎耳草、吊竹梅等，既可以美化家庭环境，又不占用过多的空间。这些植物养护起来都比较容易。



(二) 根据季节选择花卉

春天以开花植物为主，如茶花、杜鹃、梅花、洋水仙、迎春等，配些观叶植物和山石盆景。

↓ 春季花卉——茶花



夏天以香花植物和冷色系花卉为主，如白兰、米兰、茉莉、鸢尾、八仙花等，配些观叶植物和草本花卉。

↓ 夏季花卉——米兰



秋天以观果植物为主，如石榴、火棘、金橘、代代、盆栽葡萄等，配些彩叶植物，如枫香、一品红、三角枫、红枫、羽毛枫、银杏、洒金桃叶珊瑚等，还可配些草花和树桩盆景。

↓ 秋季花卉——一品红



冬天以观叶植物为主，配些时令花卉和山石盆景，观叶植物要选择四季常青、耐寒性较强的种类，如苏铁、棕竹、散尾葵、橡皮树、巴西木、春

↓ 冬季花卉——君子兰



羽、一叶兰、吊兰等。时令花卉有仙客来、君子兰、一品红、朱顶红、瓜叶菊、报春花、水仙等。

倘若需要净化室内夜间空气，应选择多浆植物，如仙人掌、仙人球、山影拳、蟹爪兰、燕子掌等，这些植物夜间能吸收二氧化碳，放出氧气，且耐干旱，四季常青，但不耐寒，只要夏季避免烈日暴晒，冬季保暖防寒，盆土保持偏干些，均可正常生长。

↓ 仙人掌





(三) 根据需求选择花卉

1. 初学者养花

缺乏养花经验的初学养花者,最好不要买花卉小苗和落叶苗木。选购盆栽花卉,以购上盆时间较长的盆花为好。上盆不久的花卉,根系因受到损伤,容易受到细菌的侵入,如果养护不当,会影响花卉的生长和成活。

为了运输方便,花商从外地买进的花木,多不带土球或土球很小。若买带土球的花卉,要注意土球是否过小,是不是泥土包的假土球。一般随花带的土球土壤不太板结,土内的根系发达,有幼嫩根,这样的花卉才能买。若发现土球松散,花卉根部发黑,须根少,这样的花苗栽下很难成活,千万不要买。在购买常绿花木如橡皮树、白兰、含笑、米兰、五针松等时,一定要带土球,否则买回去也很难栽活。凡不带土球的花木,一般都是落叶花卉。买时挑选裸根根系好、须根多、颜色呈浅黄色的为宜,最好不要发叶或带花蕾的,因为已发叶或形成花的植株栽种后并不容易成活。

2. 老年人养花

老年人养花既能调节心情,又能美化环境,还能将闲暇的时间充分利用起来,可谓一举多得。老年人养

花要慎重挑选,一定要选择易种易活、不费事的,最重要的是对身体有益。下面介绍几种适合老年人种植的花草,可以在挑选花卉时进行参考。

↓ 大花蕙兰



●春兰:常年青翠,具有含蓄的内在美。花味清香而不浊,醇正而幽远,一枝在室,使整个书斋更添诗情画意,让人心胸豁然开朗。

●石斛兰:青翠的叶片,鲜艳夺目的花,显得亲切可爱。其花枝具有秉性刚强、祥和可亲的气质,有“父亲节之花”的称呼。

●菊花:自古以来被视为高风亮节、清雅洁身的象征。寓意高洁、长寿,适合情趣高雅的老年人培植。

●大花蕙兰:是高贵和富有的象征,常用于歌颂品德高尚和知识渊博的长者。

●牡丹:是幸福美好、繁荣昌盛的象征。在院落、阳台盆栽几株,花开时娇艳夺目、妩媚动人,享受“富贵荣华”之乐。

●君子兰:是一种花、叶、果并美的观赏花卉,易栽、易长、易开花,被称为有顽强生活力的“长命花”,能使老人在心理上产生一种和谐、吉祥的美好意愿。

●仙客来:优美的花姿,吉祥的名字,可谓人见人爱。栽培几盆仙客来,馈赠亲朋好友,祝愿事业有成、合家欢乐,是老人最高兴的事。

●蟹爪兰:花朵娇柔婀娜、明丽动人,

↓ 常春藤





开花时又有“锦上添花”、“鸿运当头”的说法，特别受人喜爱和赞美。

●**长寿花**：栽培容易，花期长，耐干旱，加上花名吉祥，是最适合老年人养护的，还可作为礼品馈赠，有“福寿康宁”之意。

●**常春藤**：蔓枝密叶，叶色多彩，耐阴性好，悬挂装点居室，显得清新飘逸，充满青春活力，有“青春常驻”之意。

●**非洲堇**：植株小巧玲珑，花色斑斓，极富诗意，经常被用作窗台饰物，一年四季开花不断，寓意“永恒的美”，在欧美是老年人最喜爱和栽培最普遍的花卉。

●**金银花**：自古以来，茎叶及花入药代茶，欣赏之余，摘花泡茶，有清热、解毒、通络之功效。

常言道：“雅室何须大，花香不在多。”放一些花草在室内，绿叶繁花，四季常青，真是春意盎然，生机勃勃。

(四) 根据质量选择花卉

要挑选幼龄、长势茂盛、没有病虫害的苗株。所谓幼龄，是指1~2年生的花苗，应选茎干平滑、枝叶较多的，如果选宿根草花，则要选株丛茂盛、长势旺盛的苗株。所谓无病虫害的就是指枝干及叶片没有病斑、没有虫卵或分泌物，叶色正常，这种幼苗移栽后成活率较高，缓苗也快。如果选择盆栽花卉，则要选择株形匀称的原盆苗，而不要选新栽上盆的

苗。如果选购的是裸根苗，就要选择须根较多的。在选购花苗时还要注意防止花商以假乱真。

三 花卉的分类

花卉的品种有很多，根据不同的生长特征和价值可以划分出很多种类。本书中，我们根据花卉的形态、观赏部位、用途及生活习性进行了分类。通过这些类别，可以帮助你认识花卉的生长习性和性情，有助于家庭栽培和管理。

(一) 按照形态特征分类

1. 草本花卉

草本花卉的茎和木质部不发达，支持力较弱，被称为草质茎。草本花卉按照生育期长短不同，又可分为一年生、二年生和多年生几种，另外还包括宿根花卉、球根花卉、水生花卉、多肉类花卉以及地被和草坪植物。

(1) **一年生、二年生草本花卉** 是指植物从种子到种子的生命周期在1年之内，春季播种秋季采种，或于秋季播种至第二年春末采种。根据其耐寒性，可分为耐寒、半耐寒及不耐寒三类。不耐寒者在北方多为春播，但在南方多作秋播或冬播。耐寒及半耐寒的品种在北方多作秋播，但在南方多作春播。如百日草、凤仙

花、三色堇、金盏菊等。另外有些多年生草本花卉，如雏菊、金鱼草、石竹等常作一年生、二年生栽培。

↓ 一年生、二年生草本花卉——凤仙花



(2) **多年生草本花卉** 特征为无明显的休眠期，四季长青，地下为肉质须根系，南方多露地栽培，在北方均作为温室花卉培养，如吊兰、万年青、君子兰、文竹等。

↓ 多年生草本花卉——文竹



(3) **宿根花卉** 包括冬季地上部分枯死、根系在土壤中宿存、来年春暖后重新萌发生长的多年生落叶草本花卉，如菊花、芍药、蜀葵、耬斗菜、落新妇等。

↓ 宿根花卉——菊花



(4) **球根花卉** 包括地下部分肥大呈球状或块状的多年生草本花卉。按形态特征又将其分为五类。

● **球茎类**：地下茎呈球形或扁球形，外被革质外皮，内部实心，质地坚硬，顶部有肥大顶芽，侧芽不发达，如唐菖蒲、仙客来、小苍兰等。

● **鳞茎类**：地下部分的茎部极短缩，形成鳞茎盘。外被纸质外皮的叫有皮

↓ 球根花卉——仙客来



鳞茎，如水仙、朱顶红、郁金香等。在鳞片的外面没有外皮包被的叫无皮鳞茎，如百合等。

● **块茎类**：地下茎呈不规则的块状或条状，新芽着生在块茎的芽眼上，须根着生无规律，如马蹄莲、大岩桐、花叶芋等。

● **根茎类**：地下茎肥大呈根状，肉质有分枝，具明显的节，每节有侧芽和根，每个分枝的顶端为生长点，须根自节部簇生而出，如美人蕉、德国鸢尾、玉簪等。

● **块根类**：主根膨大呈块状，外被革质厚皮，新芽着生在根颈部分，根系从块根的末端生出，如大丽花等。

(5) **多肉类花卉** 多原产于热带半荒漠地区，它们的茎部多变态成扇状、片状、球状或多形柱状，叶则变态成针刺状，茎内多汁并能贮存大量水分，以适应干旱的环境条件。按照植物学的分类方法，大致可分为以下两种。

↓ 多肉类花卉——仙人掌

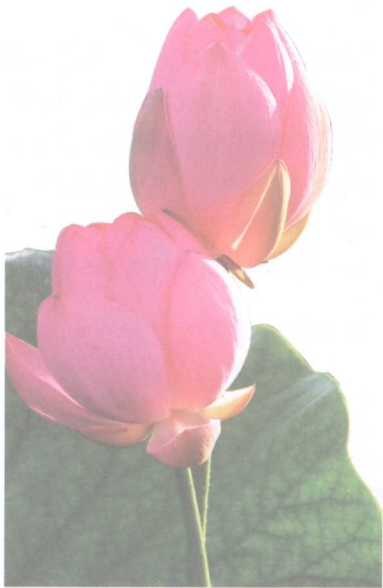


● **仙人掌类**：均属于仙人掌科植物，用于花卉栽培的主要有仙人柱属、仙人掌属、昙花属、蟹爪属等21个属的植物。

● **多肉植物类**：除仙人掌之外的其他科的多肉植物的统称，分别属于十几个科。

(6) **水生花卉** 属多年生宿根草本植物，地下部分多肥大呈根茎状，除王莲外，均为落叶。它们都是生长在浅水或沼泽地上，在栽培技术上有明显的独特性，如荷花、睡莲、石菖蒲、凤眼莲等。

↓ 水生花卉——荷花



(7) **蕨类植物** 属多年生草本植物，多为常绿，其生活史分有性和无性世代，不开花，也不产生种子，依靠孢子进行繁殖，如肾蕨、铁线草等。



蕨类植物——肾蕨



(8) 地被和草坪植物 一般用于园林建设,绿化、美化城市和改善生活环境。草坪植物按照形态特征可分为宽叶类(如结缕草、假俭草等)和狭叶类(如红顶草、早熟禾、野牛草等);按照其对温度的要求不同又可

地被和草坪植物——铁线蕨



分为冷地型草坪(如匍茎剪股颖、草地早熟禾、小羊胡子草等)和暖地型草坪(如结缕草、马尼拉草、细叶结缕草)。地被植物有很多种,其中包括木本地被植物、草本地被植物和蕨类。其中草本地被植物又以球根类为多,在这里就不多做介绍了。蕨类地被植物常在林下附地生长,如贯众、铁线蕨、凤尾蕨等,是园林绿地下地被的好材料。

按应用范围可分为空旷地被植物、岩石地被植物、坡地地被植物、林缘及林下地被植物。

2. 木本花卉

木本花卉的茎,木质部较发达,称木质茎。木本花卉主要包括乔木、灌木、藤本、竹类四种类型。乔木的主干与枝干区分明显,有常绿乔木和落叶乔木两种。灌木没有主干与枝干之分,且有大多聚多干的特征,又分常绿灌木及落叶灌木两种。

(1) 落叶木本植物 大多原产于暖温带、温带和亚寒带地区,按其性状又可分为以下三类。

●**落叶乔木类**: 地上有明显的主干,侧枝从主干上发出,植株直立高大,如鹅掌楸、悬铃木、紫薇、樱花、海棠、梅花等。再分细一点,还可根据其树体大小分为大乔木、中乔木和小乔木。

●**落叶灌木类**: 地上部无明显主干和侧主枝,多呈丛状生长,如月季、牡

丹、迎春、绣线菊类等。亦可将其分为大灌木、中灌木和小灌木。

●**落叶藤本类**: 地上部不能直立生长,茎蔓攀援在其他物体上,如葡萄、紫藤、凌霄、木香等。

(2) 常绿木本植物 多原产于热带

落叶木本植物——梅花



和亚热带地区,也有一小部分原产于暖温带地区,有的呈半常绿状态。在我国华南、西南部分地区可露地越冬,有的在华东、华中也能露地栽培。在长江流域以北地区则多数作温室栽培。按其性状又可分为以下四类。

●**常绿乔木类**: 四季常青, 树体高大。其中又分阔叶常绿乔木和针叶常绿乔木。阔叶类多为暖温带或亚热带树种, 针叶类中在温带及寒温带亦有广泛分布。前者如云南山茶、

白兰花、橡皮树、棕榈、广玉兰、桂花等，后者有白皮松、华山松、雪松、五针松、柳杉等。

●常绿灌木类：地上茎丛生，或没有明显的主干，多数为暖地原产，不少还需酸性土壤，如杜鹃、山茶、含笑、栀子、茉莉、黄杨等。

●常绿亚灌木类：地上主枝半木质化，髓部常中空，寿命较短，株形介于草本与灌木之间，如八仙花、天竺葵、倒挂金钟等。

●常绿藤本植物：株丛多不能自然直

↓ 常绿木本植物——桂花



立生长，茎蔓需攀援在其他物体上或匍匐在地面上，如常春藤、络石、非洲凌霄、龙吐珠等。

(3) **竹类** 是园林植物中特殊分支，它在形态特征、生长繁殖等方面与树木不同，其在园林绿化中的地位及其在造园中的作用，也非树木所能取

代。根据其地下茎的生长特性，又有丛生竹、散生竹、混生竹之分。常见栽培的有佛肚竹、凤尾竹、孝顺竹、茶秆竹、紫竹、刚竹等。

↓ 竹类——凤尾竹



(二) 按照观赏部位分类

按照观赏部位分类，花卉可分为观花类、观叶类、观果类和观茎类、观芽类五种。

观花类花卉一般以观赏花色、花形为主，如菊花、牡丹等；观叶类花卉以观赏叶色、叶形花卉为主，如叶木、龟背竹等；观果类花卉以观赏果实为主，如金橘、佛手等；观茎类花卉以观赏茎干为主，如佛肚竹、山影拳等；观芽类花卉以观赏芽为主，如银柳等。

↓ 观花类花卉——芹叶牡丹



(三) 按照栽培目的和用途分类

按照栽培目的和用途分类，花卉可分为室内花卉，如君子兰、竹芋等；切花花卉，如香石竹、马蹄莲等；庭院花卉，如月季、丁香等；药用花卉，如月见草、金银花等；香料花卉，如玫瑰、茉莉等；食用花卉，如百合、芍药等。

↓ 可食用花卉——百合

