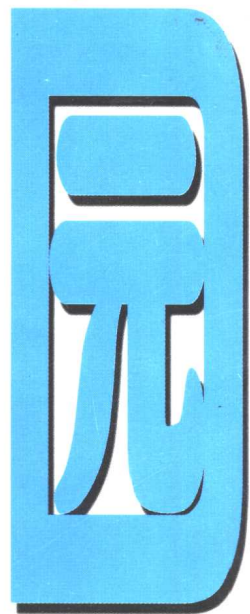




居室花园丛书

家庭 药用花



闫龙民 主编
山东科学技术出版社
www.lkj.com.cn

居室花园丛书

家庭 药用花园

主编 闫龙民 张利华
编写 闫龙民 赵 飞
鞠达青



山东科学技术出版社

居室花园丛书

家庭药用花园

闫龙民 主编

出版者:山东科学技术出版社

地址:济南市玉函路16号

邮编:250002 电话:(0531)2065109

网址:www.lkj.com.cn

电子邮件:sdkj@jn-public.sd.cninfo.net

发行者:山东科学技术出版社

地址:济南市玉函路16号

邮编:250002 电话:(0531)2020432

印刷者:山东农业大学印刷厂

地址:泰安市岱宗大街61号

邮编:271018 电话:(0538)8242447

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:3.875

插页:1

字数:74千

版次:2001年11月第1版第1次印刷

印数:1-5000

ISBN 7-5331-2955-5

S·560

定价:7.00元

前言

近年来,随着城市人口及设施的增加,城市的温室效应越来越明显,虽然各地园林部门做了大量工作,但总起来看绿地面积仍然远远满足不了居民对环境条件的要求。我们生活的环境变得污浊,缺乏生气,尤其是家庭居室环境。据权威人士说,现代家庭装饰材料的应用,使室内空气污染程度比室外空气污染严重好几倍,而绿色植物具有的可在某种程度上消除室内污染的功能,已被广大群众所认识。人们不再单纯为了生活,而是要享受生活,提高生活品位,花卉作为一种已往的高档休闲消费品,正逐渐走入寻常百姓家。本丛书从家庭居室的角度出发,从花的选择、养护到家庭花卉可能出现的问题以及流行时尚作了较详细的介绍。

本丛书共有4种,分别是:《营建居室花园》、《家庭无土养花》、《家庭花卉诊所》、《家庭药用花园》。

在《营建居室花园》中,通过对不同功用居室(包括阳台)环境的分析,对花的选择、花器的选择搭配和制造、花位的设置及效果,水肥的特别要求等等,给予了个性化的介绍,同时提出了营建居室花园的合理方案及个性设计思路。另外,本书还介绍了近年国内外最为流行的十几种居室花卉的栽培方法。

《家庭无土养花》介绍了适用于家庭居室养花的无



土栽培方案。对大多数家庭来说,卫生、简便、美观是室内花卉装饰的理想要求,无土栽培正适应于这一要求。本书对无土技术这一国内外新兴科技给予通俗化的介绍,并给出实用的无土栽植方法,其中包括当今最为流行的水栽法。另外,本书还介绍了26种流行花卉的家庭无土栽培方法。

《家庭花卉诊所》几乎涵盖了家庭花卉养护中所有可能出现的问题(不仅仅限于花卉病虫害),由结果到原因,作了详细分析,并给出了行之有效的对策;同时针对居室特点,对药剂的选择、配制进行了说明,体现了绿色环保意识。

《家庭药用花园》向你展示了花卉家族中一个独具特色的分支——药用花卉。药用花卉是当今流行时尚,它集观赏、保健于一体,可以说是花卉家族的新宠儿。本书精选了45种居室实用的药用花卉,从种、养、用三方面进行讲述,并依据不同家庭的需要,提出了药用花卉的选用建议供你参考。

本丛书中没有生涩的专业术语,而是采用了咱老百姓都明白的语言,娓娓道来,简明实用,并配以大量插图,让你在轻松愉悦中学会本丛书教给你的知识和技巧,把自己的家装饰得富有品味,充满情趣。

由于编写时间仓促,加之缺乏经验,书中纰漏在所难免,恳请读者朋友指正。

编 者

于山东农业大学

目 录

一、居室药用花卉的益处	3
二、药用花卉有哪些用途	5
1. 食用	5
2. 饮用	5
3. 加工原料	5
三、怎样选择药用花卉	7
1. 药用花卉的选择原则	7
2. 居室栽培药用花卉应注意的问题	9
3. 药用花卉的应用	10
4. 药用花卉的采收和加工	11
5. 你食用过药用花卉吗	13
四、你的家适合选种哪些药用花卉	17
1. 保健型家庭可选种的药用花卉	17
2. 有高血压患者的家庭	51
3. 有更年期综合症患者的家庭	54
4. 有风湿性关节炎患者的家庭	59
5. 有支气管炎患者的家庭	62
五、其它药用花卉的栽培方法及疗方	69
1. 食疗美容佳品——芦荟	70
2. 花形奇特的马蹄莲	72
3. 傲霜吐香话腊梅	74
4. 雄纠纠的“卫士”——仙人掌	76
5. 知羞怕痒的小草——含羞草	78



6. 冬季的“红叶”——一品红	80
7. 月下美人——昙花	82
8. 娇冶柔媚的秋海棠	83
9. “芳香浓郁谁能比”——米兰	86
10. 纤弱文静的文竹	88
11. 富有南国风情的苏铁	90
12. 花中的“宰相”——芍药	93
13. “回眸一笑百媚生”——含笑	95
14. 明丽可爱话扶桑	97
15. 叶奇果红的枸骨	99
16. 洁白如玉的栀子花	101
17. “春日花白秋果红”——南天竹	104
18. 自然奔放的大丽花	108
19. 色彩缤纷的郁金香	109
20. 华盖舒展棕榈竹	112
21. 常绿植物代代花	113

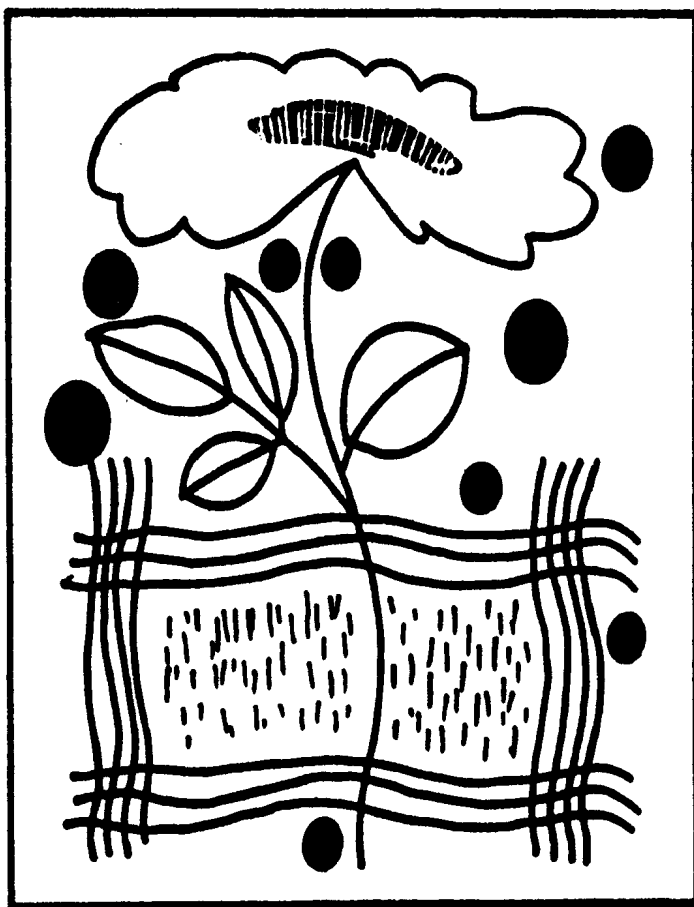
王大妈今年 65 岁了,眼神还挺不错的。据王大妈说,她年轻时常害火眼,每年一到夏天,就会染上红眼病,害得眼睛都快瞎了。后来遇上一位老中医,告诉她常饮菊花枸杞茶的方子,用了几十年,眼病再没有犯过,家里人都喝这种“茶”,连老伴的“电视眼病”和儿子开车引起的眼疲劳也给治好了,真是神了。

菊花枸杞茶其实不是茶,只是用菊花和枸杞当茶一样泡着喝。菊花要用杭菊花,王大妈就种着杭菊花,一到秋季,采摘下来,晒干备用。枸杞要买宁夏枸杞,颗粒小,红亮亮的。每次用杭菊花 10 克、枸杞 10 克,放入大茶壶内,加入热开水,10 分钟后便可饮用。王大妈还说:“在自己家种点花,既可美化环境,用这些花还可以方便家庭保健治病,真是太好啦!”菊花和枸杞都是花,又是中草药,属于药用花卉。

药用花卉历史悠久,我国自古以来就对花卉的药有深入的研究。改革开放以来,国民经济迅速发展,人民生活日益提高,爱花成为新的时尚,随着人们保健、美容意识的增强,药用花卉更是风靡一时,药用花卉向人们展示了从来没有过的光彩、风韵。种植和运用药用花卉已成为美好生活中不可缺少的重要部分。

随着科学技术的迅速发展,对药用花卉的开发利用越来越广泛,药用花卉的定义和范围日趋拓宽,凡使人怡情悦意的观花、观果、观茎、观姿、观叶、闻香的植物,都称为药用花卉,用于人们的生活。





居室药用花卉的益处

居室养花的好处不胜枚举，药用花卉更是方兴未艾——

其一，可以美化家庭环境，为人们增添无穷的生活情趣，给人以生机活力和清新的气息，激发人们热爱生活的情感。

其二，有助于陶冶人的情操。可以提高人的文化素质和修养。因为药用花卉不仅形态优美，还有深刻的感染力。比如傲霜斗雪的梅花、出污泥而不染的荷花，都是赋于人格化的形象，观之有美的意境，行之有感化作用。

其三，可以调节精神，消除疲劳。一天紧张工作之余，观赏自己精心栽培的鲜花，大有赏心悦目，顿消疲劳之感，调节紧张情绪，促进家人和睦相处。

其四，有利祛病强身、美容。

养花的劳动是一项有兴趣的活动，有利舒展筋骨、通活血脉。还会因精力集中养花、观花，忘却疾病痛苦，有益于恢复身体健康。如牡丹、芍药、栀子、菊花、石榴、金银花、凌霄、月季、连翘、荷花、百合、石竹、枸杞……，是名花，又是常用的中草药。栽培这些花卉，可供观赏，可作药用，调节精神，治疗疾病，一举两得，岂不是美事！

人们常用的滋补明目中成药“杞菊地黄丸”，八味药

中,有三味是常见的观赏花卉:如牡丹,雍容华贵,富丽堂皇,是我们中国最名贵的花卉,被称为“花中之王”,更有“国色天香”之誉;枸杞,夏季开紫色小花,秋来红果累累,晶莹如红玛瑙珠;菊花,更是家喻户晓,雅俗共赏,已有三千多年的栽培历史。地黄、山茱萸,也有人栽培观赏。再如,治疗伤风感冒的“银翘解毒丸”,是以金银花和连翘为主。金银花也是常见的花卉,初放时洁白如银,两天后,银白变金黄,一藤之上,黄白相参,如金似玉,互相衬映,娇美异常。连翘花金黄色,春季开放,艳丽而动人。石榴也很好,花期长,观花后尚可观果,直到中秋。成熟的石榴味道鲜美,营养丰富,又可制果酒、果汁,为珍奇的果实。花、叶、根、果皮皆可入药。遇有耳内流脓水者,将石榴花焙干,加入少许冰片(一味中药名),研细末,吹入耳内,几次即愈,胜于打针吃药。尤其是荷花,全身是宝,莲子、莲须、莲房、荷叶、藕节……皆可入药。有的还可熏制花茶,提取香精,做糕点食品,榨油,造酒……。

其五,有利于拓宽人的知识面。使人具有实践技术的成功感。养药花、用药花是农学、化学、生物学、气象学、土壤学、肥料学、工程学、设计学、中医学、中药学、美学各门类知识经验综合运用的结晶,易于丰富人的知识,增强亲身实践的能力。

二

药用花卉有哪些用途

药用花卉种类繁多，欣赏之余，用花卉的某一部位作为食品、饮料、药用的资源，就更值得引起人们的注意了。

1. 食用

药用花卉如外形华丽的石榴、鲜红饱满的枸杞，不仅营养丰富，并有驱虫、止泻、补肾、明目的作用。莲子是脾去湿、益肾涩精的上等补品，百合、玉竹等株形优美、花朵宜人，秋后收获其地下鳞茎也是可供食用的佳品。

2. 饮用

近几年来，以药用花卉作原料制成的保健饮料有几十种。常见的有玫瑰保健饮料、白菊茶、金银花茶、金莲花茶等等。以野生花卉和人工栽培的花卉为基础制成的清凉饮料、保健饮料正在形成高潮，引起世界各国普遍关注。

3. 加工原料

如利用玉兰、茉莉熏制茶叶；利用桂花、玫瑰做成糕点；利用栀子、紫罗兰提取香料。由夜来香（月见草）的种子中提取的精油是扩张微血管的特效药，医学界正积极应用于临床。



此外,还有用药用花卉制成的各种保健器具。如用菊花、丹皮等制成的降压药枕。

三

怎样选择药用花卉



随着现代医学对药用花卉的深入研究和认识,药用花卉已在化妆品、保健食品和药品等领域得到开发利用。为了帮助读者了解和掌握花卉栽培和治病知识,读者可根据需要,对常见病、多发病对症下药进行医治。

1. 药用花卉的选择原则

✱因天时制宜

即根据当地气候条件,选择适于本地种植的品种。种植的花卉,应适应本地的水土和气候条件,易活、易管、药用部位成熟好,药效高的种类或品种。

✱因地制宜

根据居住条件,在考虑上述的情况后,还要依据居室的位置、方向与光照等情况,再选择花卉的品种。如:

✱东西向居室

由于光照的时间短,可选择较耐阴的药用花卉,如山茶、杜鹃、扶桑、含笑、文竹、吊兰、君子兰、万年青、天门冬等耐半阴的植物。

✱向南的居室

向南的居室具有日照时间长、光照强烈的特点,适宜月季、石榴、茉莉、米兰、一串红、凤仙花、鸡冠花、叶子花、金鱼草、五色椒、香石竹、石腊红、仙人球(掌)等喜光

类花卉的生长。

❀西向的居室

住房在烈日西晒的威胁下,会使养花受到限制,但只要作巧妙地安排种植,不仅可绿化环境,还有助于降低西向居室的温度。具体做法是:先在阳台四个转角处,竖立四根支柱,或者在阳台前侧的两个转角处安装两个支柱。上下固定,而在柱与柱之间,用铁丝或尼龙绳编织成网,并在网下种上2~4盆攀援植物如凌霄、茑萝、牵牛花、金银花等等,不久它们便借助支柱与绳网而迅速向上攀援,等到夏日炎炎的时候,则一幅既能以绿荫遮挡西晒,又能观赏花果的“帷幕”便形成了。在这绿色屏障保护下的西晒阳台上,实际上大多数草本以及喜阳的木本花卉,几乎都能安然无恙地茁壮成长,如午时花、凤仙花、美人蕉、大丽花、晚香玉、茉莉、代代、扶桑、石榴、迎春、翠柏、龙柏以及雀梅、枸杞、银杏、三角枫等树桩盆景。

❀北向居室

北向居室光照弱,但温度较低,应选择茶花、杜鹃、含笑、扶桑、南天竹、龟背竹、吉祥鸟、万年青、马蹄莲、玉簪花、天门冬、四季海棠等。

❀没有阳台、晒台的住房

只要室内有空,可改变朝向,都可盆栽一些以观叶为主的花卉,如在橱窗放置一盆悬崖式的常春藤、地柏、爬山虎等,或在写字台、茶几上放上一盆文竹、水竹或万年青等,它们四季常青,使室内显现出宁静幽雅,生机蓬勃的景象,或者培育一盆适宜于室内莳养的君子兰,所有这些花卉,平时的养护并不太难,不过到了冬季,需将它们置放于室内;立秋的夜晚,放在窗口通风的地方,能生长良好。

对光照不到或很少照到的室内、走廊等处,选择什么样的药用花卉,便要特别地考虑了。这些场所,一般是难以养好药用花卉的。若用盆花作为临时性的摆设,还是可以的。但是不能过久,通常以1周左右为宜。

✱根据自己的爱好进行选择

有的喜欢观叶品种,如铁树、棕竹等;有的喜欢观花品种,如杜鹃、牡丹、月季等;有的喜欢观果品种,如金橘、石榴等;有的喜欢闻香类品种,如玫瑰、茉莉等。均可依据自己的喜好种植。

✱根据自己的不同需要进行选择

根据病情的需要,如高血压患者可选菊花、芭蕉等;根据美容的需要,可选芦荟;根据食疗的需要,选兰花、茉莉花等。



2. 居室栽培药用花卉应注意的问题

许多药用花卉本身在生长发育过程中,会散发出一些特殊的味道,对人体产生不好的影响。即使散发出的是迷人的香气,时间一久,也会感到不适。以下花卉应该引起你的注意:

月季花——所散发出的香味,会使个别人闻后突然感到胸闷不适、憋气与呼吸困难。

兰花——它所散出的香气,久闻之会令人过度兴奋而引起失眠。

夜来香——它在晚上能大量散发出强烈刺激嗅觉的微粒,高血压和心脏病患者容易感到头晕目眩,郁闷不适,甚至会使病情加重。

郁金香——它的花朵含有一种毒碱,如果与它接触过久,会加快毛发脱落。

夹竹桃——它的花朵散发出来的气味，闻之过久，会使人昏昏欲睡，智力下降；其分泌出的乳白液体，如果接触过久，也会使人中毒。

洋绣球——它所散发出来的微粒，如果与人接触，会使有些人皮肤过敏，发生瘙痒症。

黄花杜鹃——它的花朵散发出一种毒素，一旦误食，轻者会引起中毒，重者会引起休克。

百合花——它所散发出来的香味如闻之过久，会使人的中枢神经过度兴奋而引起失眠。

3. 药用花卉的应用

✧应用原则

药用花卉具有保健养生、治病防病等多方面的作用，在应用时应遵循一定的原则。

✧药用花卉不能代替药物治疗

药物是祛病救疾的，见效快，重在治病；药用花卉多用以养身防病，见效慢，重在养与防。药用花卉在保健、养生、康复中有很重要的地位，但各有所长，各有不足，应视具体人与病情而选定合适之法，不可滥用。

✧因证选用

中医讲辨证施治，药用花卉的应用也应在辨证的基础上选料配伍，如阴虚的病人多使用枸杞、百合、麦冬等。只有因证用料，才能发挥药用花卉的保健作用。

✧因时而异

中医认为，人与日月相应，人的脏腑气血的运行，和自然界的气候变化密切相关。“用寒远寒，用热远热”，意思是说在采用性质寒凉的药物时，应避开寒冷的冬天，而采用性质温热的药物时，应避开炎热的夏天。这一观