

轻松易学 天然健康 简单时尚

朱黎明 朱 敬 等编著



巧养居家 健康植物



只需增添些许绿色，就能打造出
属于你自己的居家健康植物。令
整个空间焕然一新！



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

朱黎明 朱 敬 等编著



巧养居家 健康植物



健康植物



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

巧养居家健康植物 / 朱黎明等编著. — 北京：电子工业出版社，2012.8
ISBN 978-7-121-17695-1

I. ①巧… II. ①朱… III. ①观赏植物—观赏园艺 IV. ①S68

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第166076号

策划编辑：祁玉芹

责任编辑：鄂卫华

印刷：中国电影出版社印刷厂

装订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社出版

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开本：880×1230 1/24 印张：8 字数：239千字

印次：2012年8月第1次印刷

定价：35.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

内容提要

本书精选了数十种常见、易养、具有空气净化或健康保健功能的家养植物，重点介绍各类植物的净化作用及养殖技巧，并配以精美图片，便于读者识别各类植物，也可欣赏各类植物的美态。本书通过各类植物的净化特性区分，将具有相同净化功能的植物罗列，读者可以从中选择喜欢的植物。本书适用于追求健康生活的都市人群，因本书所选植物比较常见，养殖也比较容易，所以也适合学习养花者选择使用。

前言

随着生活水平的提高，人们对生活环境的要求越来越高，但是，房屋装修、家居装饰无一不匿藏污染之物，威胁着大家的健康。

养花是一种乐趣，更是一种保护众人健康的方法。在养花的同时，不仅可以享受植物在眼前长大的乐趣，还能感受到植物带来的种种好处。有人希望能通过摆放合适的植物盆栽来减轻装修污染带来的伤害；有人希望植物释放的清新空气可以让室内环境更美好；有人希望植物能帮忙抵御辐射的伤害。可是由于对植物的养护和植物的净化性能的缺乏，让大家在选购植物时左右为难。

每一种植物都有自己特性，有的可以吸收二氧化碳，有的吸收甲醛的能力较强，有的能净化室内空气。但是，并不是所有植物都对人体有益，有的植物散发的气味会让人昏昏欲睡，有的植物汁液带毒，有的植物触摸后会使人脱发等。在选购花草时，如果对花草的习性不了解贸然领回家，可能不仅不能净化家中的空气，反而会危害家人的健康。

所以，摆放在家里的植物一定要选对。本书主要介绍了几十种常见、易养、好活的室内植物盆栽，分别对其功能、栽种方法、水培方法、病虫害防治等进行详解，并辅以精美的图片，让大家在欣赏植物美态的同时轻松学习养护方法。

现在，就带上书中的知识开始实践吧，与家人一起把都市的小家打造成为绿色的后花园。

目 录

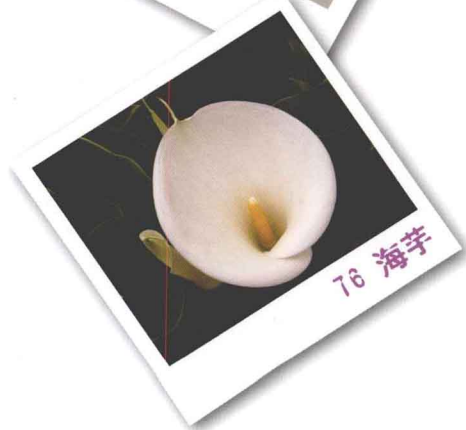
第1章 巧用植物保健康..... 1

新居中的有害气体.....2

甲醛.....	2
氨.....	2
一氧化碳.....	2
二氧化碳.....	3
二氧化硫.....	3
铅.....	3
粉尘.....	3

花花草草的作用.....4

美化环境.....	4
吸收室内有毒气体.....	4
释放杀菌物质.....	4
吸附粉尘.....	4





增加室内空气舒适度..... 5

第2章 植物的养护技巧..... 7

养花必备工具 8

准备花盆..... 8

准备工具..... 9

日常照料技巧 9

温度..... 9

光照..... 9

浇水..... 10

施肥..... 11

盆栽修剪技巧 11

摘心..... 12

疏枝..... 12

抹芽..... 12

剥蕾..... 12

病虫害防治技巧 13

合理浇水..... 13

合理施肥..... 13

用草木灰防治..... 14

巧用酒精、食醋和肥皂水..... 14

防止枝叶过于浓密..... 15

第3章 简单时尚的水培植物 17

如何获取水培植物 18

洗根法..... 18

水插法..... 19

剪去走茎小株法..... 20

切割孽芽法..... 20

水培植物的容器 21

水和营养液 21

水的管理..... 21

营养液的管理..... 22

定植水培植物 23

第4章 吸附装修污染的植物 25

白鹤芋..... 26

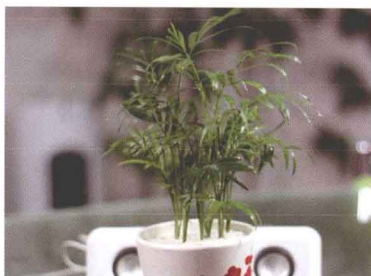
吊竹梅..... 28

吊兰..... 30

绿萝..... 32

虎尾兰..... 34





冷水花

40



袖珍椰子	36
苏铁	38
冷水花	40
武竹	42
美人蕉	44
萱草	46
龙血树	48
一叶兰	50
橡皮树	52
水仙花	54
广东万年青	56
迎春花	58
龟背竹	60
蟆叶秋海棠	62
朱蕉	64
量天尺	66
鹅掌柴	68
鸟巢蕨	70
芦荟	72
翡翠珠	74
海芋	76
巴西木	78
马拉巴栗	80

第5章 净化空气的植物..... 83

常春藤.....	84
茉莉.....	86
大岩桐.....	88
文竹.....	90
龙舌兰.....	92
旱伞草.....	94
石竹.....	96
月季.....	98
杜鹃花.....	100
八仙花.....	102
四季秋海棠.....	104
含笑.....	106
木槿.....	108
八角金盘.....	110
紫鹅绒.....	112
富贵竹.....	114
君子兰.....	116
山茶.....	118
蝴蝶兰.....	120
酒瓶兰.....	122
梅花.....	124
桂花.....	126



宝石花

136



白花紫露草

146



虎耳草

156



X

第6章 消除电磁辐射的植物 129

仙人掌.....	130
仙人球.....	132
紫叶鸭跖草.....	134
宝石花.....	136
肾蕨.....	138
蟹爪兰.....	140
生石花.....	142
豆瓣绿.....	144
白花紫露草.....	146

第7章 制氧加湿的植物..... 149

花叶芋.....	150
水塔花.....	152
金钱树.....	154
澳洲鸭脚木.....	158
落地生根.....	160
合果芋.....	162
白网纹草.....	164

第8章 家居植物巧布置..... 167

不同房间的植物摆设	168
-----------------	-----

门厅.....	168
客厅.....	168
卧室.....	169
阳台.....	169
卫生间.....	170
厨房.....	170
书房.....	170

室内养花需要注意什么 171

根据房间的功能选择植物.....	171
根据房间大小选择植物.....	171
根据室内污染有针对性地选择植物.....	171
室内不宜摆放有异味和有毒的花卉.....	172

不适合摆放在室内的观花植物 172

宜摆放在室内的花卉 173



第1章 巧用植物保健康

人的一生中有三分之二的时间生活在室内环境中，但是随着家具、家电的日新月异，室内污染也日趋严重。当我们不能躲避污染的危险时，请使用植物来保护家人的健康。





新居中的有害气体

据研究发现，如今的室内有害污染物已达300种以上，时刻危害着人体健康。在严防这些污染物之前，需要先认识潜伏在我们身边的“居室杀手”。

甲醛

来源：建筑、装饰材料是甲醛的主要来源，如居室装修时使用的人造板、胶黏板、墙纸、油漆、涂料等。

危害：甲醛对黏膜有强烈的刺激作用，特别是对眼、鼻和呼吸道作用较强，还会影响神经系统，对儿童的神经损害严重，可以直接导致儿童智力低下和白血病的发生，是世界卫生组织确定的可疑致癌和致畸物质。

氨

来源：主要来源为施工时使用的混凝土添加剂及装饰材料所用的添加剂，如防冻剂、胶黏剂、涂料添加剂、增白剂等。

危害：氨会附着在皮肤、鼻黏膜、眼膜上，吸收皮肤组织中的水分，破坏细胞膜，导致炎症。如果以气体形式吸入人体肺泡内，进入血液后，会破坏血液的输氧功能。



一氧化碳

来源：含碳物质不完全燃烧时会产生一氧化碳，如使用煤炉做饭、燃烧香烟等。

危害：当空气中的一氧化碳达到一定浓度时会引起中毒症状，其会与血红蛋白结合，导致氧与血红

蛋白不能结合，降低血液的输氧功能，引起组织缺氧，严重时还会导致死亡。

二氧化碳

来源：主要由人体呼出，占人体呼出气体中的4%。

危害：少量并无危险，如果因为通风、物质燃烧等情况导致室内含量达0.1%时，会使人感到不舒服；达到4%时会导致头晕、头痛、眼花、血压上升等；达到8%~10%时会发生呼吸困难、全身无力、肌肉抽搐等；如达到30%可导致人死亡。

二氧化硫

来源：主要来自室内炉灶燃烧时所产生，如煤气、天然气、液化气等。

危害：如长期受二氧化碳刺激，会发生慢性鼻炎、慢性支气管炎、支气管哮喘、肺气肿等。

铅

来源：主要来源于汽车尾气、油漆、灰尘等。

危害：铅主要由消化道、呼吸道和皮肤进入人体，中毒后损害造血系统、神经系统和肾脏，如果中毒严重甚至会导致死亡。

粉尘

来源：主要来自衣服、被子、地毯上的纤维和棉絮，空气中也会有部分粉尘漂浮。

危害：当粉尘被吸入肺部时，会导致呼吸系统病变；当环境温度和湿度合适下，粉尘还会滋生螨虫，导致人体过敏性疾病。





花花草草的作用

在室内种植盆栽的好处很多，不仅能美化环境，打造温馨绿色的居室氛围，还能吸收空气中的有害物质，增进身心健康。

美化环境

花卉色彩自然清新，是室内装饰的重要素材。无论是颜色单调的白色花卉，还是色彩艳丽的彩色花卉，都可以让人赏心悦目。

吸收室内有毒气体

有些植物具有吸收有毒气体的能力，如吊兰和虎尾兰可以吸收室内大部分的有害气体，特别是甲醛；菊花、月季、山茶和腊梅等可以有效清除一氧化碳、二氧化硫、乙醚和乙烯等有害物。

释放杀菌物质

有些植物在净化空气的同时还能释放氧气和杀菌物质，从而达到杀菌的目的，如仙人掌、仙人球以及兰花等。

吸附粉尘

有些植物具有很强的吸附粉尘的能力，如兰花、腊梅、爬山虎和桂花等，其纤毛可以截留并吸附空气中的烟尘和漂浮微粒，能有效地降低室内空气中的颗粒状污染物。



增加室内空气舒适度

有些花草在释放氧气的同时，还可以提高室内的空气湿度和负离子浓度，从而使室内空气清新，舒适感增加，如大花蕙兰、蝴蝶兰和石竹等。

