



新手**养花**、**种菜**入门

华姨 编著

22个蔬菜品种的种植实例
系统阐述浇水、施肥、育苗、催芽、修剪、采收、病虫害防治等知识
从空间大小、环境等因素选择适合家庭种植的花草和蔬菜
让您熟知养花、种菜的工具、时节、温度等

新手养花、种菜入门

华姨 编著



 浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

新手养花、种菜入门 / 华姨编著. —杭州:浙江科学技术出版社, 2017. 4

ISBN 978-7-5341-7495-7

I. ①新… II. ①华… III. ①花卉—观赏园艺②蔬菜园艺 IV. ①S6

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第034602号

书 名 新手养花、种菜入门
编 著 华 姨

出版发行 浙江科学技术出版社
杭州市体育场路347号 邮政编码: 310006
办公室电话: 0571-85176593
销售部电话: 0571-85062597 0571-85058048
E-mail: zkpress@zkpress.com

排 版 广东炎焯文化发展有限公司
印 刷 杭州锦绣彩印有限公司
经 销 全国各地新华书店

开 本	710×1000 1/16	印 张	8
字 数	100 000		
版 次	2017年4月第1版	印 次	2017年4月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5341-7495-7	定 价	36.00元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题, 本社负责调换)

责任编辑 王巧玲 全 林
责任校对 徐 岩

责任美编 金 晖
责任印务 田 文



前言

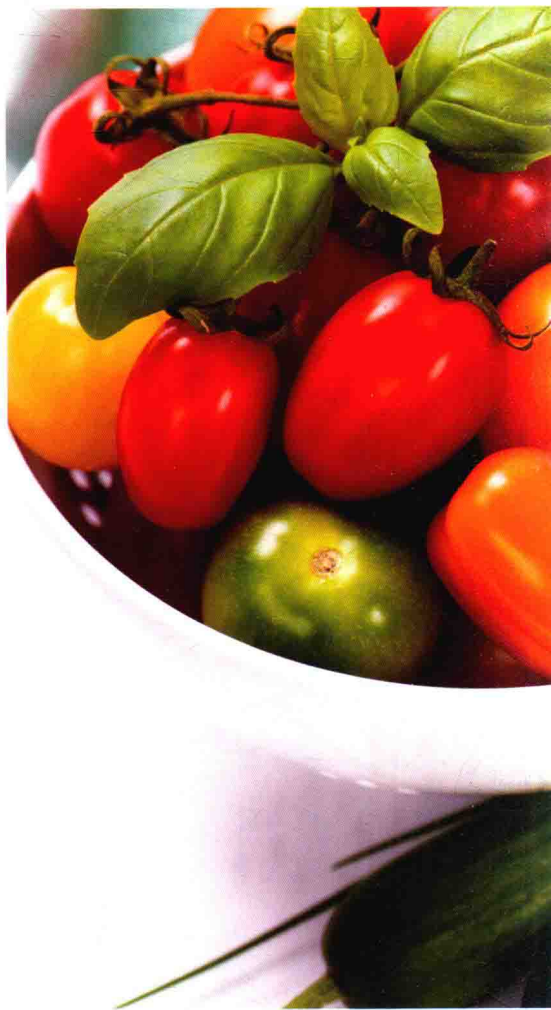
Preface

“自己种的花草最怡情，自己种的蔬菜最绿色。”在这个快节奏的时代，不少人的心中都有这样一个“桃花源”：花草成荫、果蔬遍地，还有一份难得的自由自在。但是现实生活中，或者是因为客观条件的限制，或者是因为相关种植知识的缺乏……，这样美丽的“桃花源”往往只能停留在梦境中。

现在我们所策划的这本书，正是希望为读者圆这样一个“桃源梦”而做出的努力。

本书分为养花和种菜两大部分。第一部分，首先带您认识花卉，了解室内植物种植的基本理论，为室内植物种植实践打下良好的理论基础；然后通过 70 多款室内植物种植实例，一步一步详细地“手把手”教会您养花种草。第二部分则是关于蔬菜种植的介绍，还是从认识品种开始，并了解相应的种植环境以及基本的种植技巧，然后是 20 多款蔬菜种植实例。本书除了介绍浇水、施肥等基础知识以外，还介绍了育苗、催芽、修剪和采收，以及病虫害防治等内容，简明易懂，具有很强的专业性和可操作性。

愿这本《新手养花、种菜入门》能为您打开一扇通往绿色生活的大门，让您的家成为五光十色的花花世界，与您一起迎接清新健康的每一天。从此低碳生活不再遥不可及，美丽的“桃源梦”也将梦想成真！





目录

Contents

Part 1 养花准备时

室内花草种植的预备课	2
. 在家养花的好处	2
. 如何选择适合家庭种植的花草	4
家庭花草种植需要的环境	5
. 土壤	5
. 水分	7
. 温度	7
. 光照	8
家庭花草种植需要的工具	9
. 实用工具	9
. 花盆	9



Part 2 养花进行时

草本植物..... 12

. 龟背竹 13

. 德国报春 14

. 观音莲 15

. 荷包花 16

. 仙洞万年青 17

. 勋章菊 18

. 文竹 19

. 旱金莲 20

. 苹果竹芋 21

. 雏菊 22

. 绿巨人 23

. 百日草 24

. 海芋 25

. 鸡冠花 26

. 金钻蔓绿绒 27

. 三色堇 28

. 姬凤梨 29

. 瓜叶菊 30

. 荷叶椒草 31



. 仙客来 32

. 红雀珊瑚 33

. 大丽花 34

. 蝴蝶兰 35

. 风信子 37

. 彩叶草 38

. 马蹄莲 39

. 波浪竹芋 40

. 百合 41

. 吊竹梅 42

. 文心兰 43

. 铁线蕨 44

. 菊花 45

. 兜兰 47

. 卡特兰 48





藤本植物..... 70

. 百万心	71
. 洋常春藤	72
. 猪笼草	73
. 合果芋	74
. 矮牵牛	75
. 绿萝	76
. 飘香藤	77
. 吊兰	78
. 金香藤	79

多肉植物..... 80

. 长寿花	81
. 英冠玉	82
. 虎尾兰	83
. 金琥	84
. 佛手	85
. 落地生根	86
. 芦荟	87
. 翡翠珠	88
. 棱叶龙舌兰	89
. 捕蝇草	90

木本植物..... 49

. 千年木	50
. 月季	51
. 变叶木	52
. 茶花	53
. 鹅掌柴	54
. 羽叶薰衣草	55
. 富贵竹	56
. 宝莲灯	57
. 花叶垂榕	58
. 金边瑞香	59
. 南美苏铁	60
. 虎刺梅	61
. 栗豆树	62
. 茉莉	63
. 散尾葵	64
. 桂花	65
. 圆叶福禄桐	66
. 绣球花	67
. 金心巴西铁	68
. 橡皮树	69



Part 3 种菜准备时

家里可以种什么菜	92
· 不同朝向的阳台种不同的菜	92
· 不同季节种不同的菜	93
· 不同的菜用不同的容器种	94
· 购买种子与工具	94
家庭种菜小方法	96
· 播种、移植	96
· 浇水、施肥	97
· 虫害、病害	98



Part 4 种菜进行时

· 辣椒	100	· 苦瓜	111
· 菜心	101	· 茼蒿	112
· 菠菜	102	· 黄瓜	113
· 生菜	103	· 青椒	114
· 大白菜	104	· 樱桃萝卜	115
· 小白菜	105	· 莴笋	116
· 油麦菜	106	· 芹菜	117
· 空心菜	107	· 南瓜	118
· 番茄	108	· 芥蓝	119
· 包心菜	109	· 韭菜	120
· 茄子	110	· 花椰菜	121

Part 1

养花准备时





室内花草种植 的预备课

自然界中的植物千姿百态，适合在家种植的不胜枚举。要在如今包罗万象的“花花世界”中找到自己喜欢，并且适合自己种植的花花草草，首先就要对这些植物有大概的了解。

在家养花的好处

改善居住环境

在我们的居住环境当中，植物有着各种各样不同的功效与作用。植物在生长过程中，会产生醇、醛、酮、有机酸、酯类化合物和较复杂的含氮化合物等物质；在与环境进行物质交换的过程中，会释放出易挥发的小分子物质，这些物质进入大气当中，通过一些综合反应，悄悄地改善着我们的居住环境和生活质量。

一、制氧

绿色植物通过光合作用，吸收空气中的二氧化碳，释放氧气，使居室中的二氧化碳减少，氧气增多，空气中的负离子浓度增加。

二、调节温度、湿度

植物的蒸腾作用，可使室内温度降低。植物还能调节室内相对湿度，在干燥季节，植物能提高室内相对湿度；而在雨季，植物则具有吸湿性，可降低室内相对湿度。



调节人体机能

室内种植植物，可以有效改善我们的生活环境，特别是可以提高空气质量。随之改善的，当然还有长期生活这样的环境中的人的身体机能。



一、花香对人体的好处

花香来自植物薄壁组织中的许多油细胞，油细胞能分泌出有香气的挥发性芳香油，它们能刺激人们的呼吸中枢，从而能刺激人体加快吸收氧气和排出二氧化碳的速率，使大脑得到充足的氧。

例如，丁香、茉莉的香味可以让人宁静、放松；玫瑰、紫罗兰的香味则可以让心情愉悦，精力充沛；夜来香、锦紫苏等的气味有驱除蚊蝇的作用；仙人掌、文竹、常青藤、秋海棠的气味有杀菌抑菌的效果。

二、减少视觉疲劳

通过对人体神经系统以及大脑皮层和视网膜对光感的测试，科学家发现绿色的反射率比较接近以上人体系统对光感的适应力。也就是说，绿色反射出来的光，不仅不会对人体视觉系统产生不良的刺激，还可以有效调节视网膜、睫状肌等的功能。

同时，研究还证明，绿色植物不仅能减少强烈光线对眼睛的直接刺激，还能较大幅度地吸收对眼睛伤害极大的紫外线。因此，可以在辐射源附近摆放一些绿色植物，防辐射的同时可有效缓解眼睛疲劳。



其他作用

除了以上提到的一些比较实用的功效外，适合家庭种植的植物还有没有其他作用呢？答案当然是肯定的。

一、净化空气

相关研究表明，芦荟、桂兰、虎皮兰、龟背竹等，可以很大程度上辅助清除空气中的有害物质。

例如，虎皮兰和桂兰可以吸收室内 2/3 的有害气体；而芦荟在充足的光照下以及一定的空间内，可以分解超过 90% 的甲醛。

二、愉悦身心

植物千姿百态、五彩缤纷、生机勃勃，不仅可以美化家居环境，其各色花朵还会给人带来不同的感觉：绿色生动，红色热情，白色纯洁，蓝色神秘，紫色高贵，黄色愉悦等。



如何选择适合家庭种植的花草

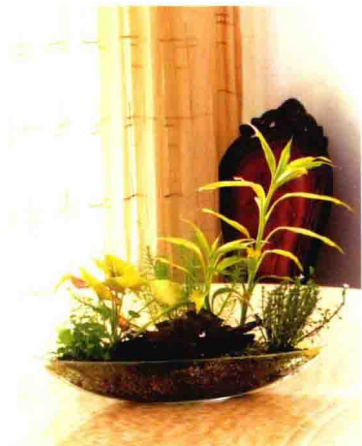
室内种植植物有很多好处，不仅可以美化生活环境，还有益于人体健康。然而，这样的优点不能一概而论，种植的时候需要综合考虑，仔细选择适合家庭种植的花草。

家居植物与家居空间要协调

首先，植物的尺寸要与摆放空间的整体协调。

小户型不宜摆放过于高大的盆栽，采光不足的空间不适合摆放过于茂盛的植物，大户型则不宜单独摆放过小的盆栽。

当然，在常规的家居装饰中，家居植物一般不会摆放在空间的中央位置。因为这样既影响居住空间的利用率，又会破坏整个居住空间的格局。



不同环境摆放不同植物

阳台，适宜摆放一些尺寸较大的大叶植物，充分的光合作用可以更好地提高家居空气中的含氧量。

厅堂，根据具体的采光、通风情况摆放中型的观花、观叶植物。

书房，适宜摆放一些释氧能力强，又不需要温湿条件的植物。

卧室，不适宜摆放浓香型植物。



小贴士：植物选择需注意

浓香型植物香味浓度大，所释放的芳香油浓度就相应大。此类芳香油短时间吸入可以提神醒脑、刺激兴奋神经，但不宜长时间吸入。所以，像卧室、书房、洗手间等相对密闭的空间都不太适合摆放浓香型植物。



家庭花草种植

需要的环境

植物的“感情世界”一样丰富多彩，只要人们给予它们合适的种植环境，它们便会化身成绿色、风情万种、多姿多彩的仙子，还种植者一片勃勃生机。但如果种植环境不理想，花儿、草儿们就有可能闹小脾气，甚至凋零。可见，营造一个合适的种植环境对植物本身、种植者都是很有必要的。下面我们就来了解一下，一个好的种植环境所需要的一些必备基础因素吧。



土壤

因为各类植物对土壤的要求不同，往往需要人工调制混合土壤，这种土壤被称为培养土。培养土的成分很多，主要成分有以下几种：

1. 园土：是培养土的主要成分。由垃圾、落叶等经过堆制和高温发酵而成，通常也把绿化带里的土称为园土。

2. 腐叶土：又叫山泥，是一种树叶经腐烂而成的天然腐殖土，除用于配制培养土外，还可单独用于种植杜鹃、山茶等喜酸性土壤的花卉。

3. 河沙：是培养土的基础材料，可选用一般的粗沙。掺入一定比例的河沙有利于土壤通气、排水。

4. 泥炭：又叫草炭、泥煤，含有古代埋藏在地下未完全腐烂分解的植物体，以及丰富的有机质。加入泥炭有利于改良土壤结构，可混合或单独使用。



5. 砻糠灰：是稻壳燃烧后的灰，富含钾肥。掺入砻糠灰可使土壤疏松。

6. 锯末：木屑经发酵分解后，掺入培养土中，可以改变土壤的松散度和吸水性。

7. 苔藓：苔藓晒干后掺入培养土中，可使土壤疏松，有利于通气和排水。



培养土的配制

1. 一般草花用土：腐叶土 3 份、园土 5 份、河沙 2 份。

2. 木本花卉用土：腐叶土 4 份、园土 5 份、河沙 1 份。



► 3. 播种及幼苗用土：腐叶土 5 份、园土 3 份、河沙 2 份；或腐叶土 2 份、园土 1 份、厩肥土少量、河沙少量；或腐叶土 1 份、园土 1 份、砒糠灰 1 份、厩肥土少量；或园土 2 份、砒糠灰 1 份、河沙 1 份。

4. 一般盆栽花卉用土：腐叶土 1 份、园土 1 份、砒糠灰 0.5 份、厩肥土 0.5 份；或腐叶土 1 份、园土 1.5 份、厩肥土 0.5 份；或园土 2 份、腐叶土 2 份、河沙 1 份；或园土 3 份、塘泥 1 份、砒糠灰 1 份。

5. 扦插用土：植物扦插时因生根前不要养料，所以常用黄沙或蛭石。可以用园土和砒糠灰各 1 份，或园土和腐叶土各 1 份配制。某些花卉单用砒糠灰扦插也可。

6. 兰花用土：目前大多用黑山泥，即山区树林中由落叶自然堆积成的腐叶土，或者在腐叶土中加少量黄沙。

7. 观果、观花类植物用土：特别是大花型的花卉，还要在土壤中添加少量骨粉或过磷酸钙等，以补充土壤中的磷、钾。



小贴士：培养土的消毒方法

1. 日光消毒：将配置好的培养土暴晒 2 ~ 3 天，因阳光中含有紫外线，可将土壤中的部分病菌及虫卵杀死。

2. 可用 5% 的福尔马林溶液或 5% 的高锰酸钾溶液进行消毒，把药液均匀地喷洒在土壤中并拌匀，密封 2 天后即可晾晒，待药味散去后再上盆。



水分

一些原产于热带、亚热带雨林的植物需要比较高的湿度，一般而言，相对湿度都要保持在 60% 以上。这些植物一般有花叶芋、花烛、黄金葛、白鹤芋、绿巨人、观音莲、金鱼草、龟背竹、凤梨、蕨类等。

而像天门冬、球兰、秋海棠、散尾葵、袖珍椰子、万年青、合果芋等这一类植物，则需要相对湿度保持在 50% ~ 60% 之间。

另外一些植物要求相对湿度要低一些。例如荷兰叶、鹅掌柴、橡皮树、棕竹、变叶木、垂叶榕和苏铁等，需要相对湿度保持在 40% ~ 50% 之间。

浇水方法

浇水的时间一般在早晨、下午或傍晚，夏天要避免在中午浇水，尤其是盛夏，更不能在中午浇冷水。晚上浇水也可以，但是晚上光线暗淡，看不清盆土表面是否缺水。水的温度一般以手伸到水里不感觉冰凉刺骨为宜。

多长时间浇一次水要视植物的习性而定。关于浇水的频率，最重要的一点是浇水要有规律，要定时定量，使植物形成稳定的“生物钟”，这样它才能健康成长。许多人对给植物浇水很随意，想起来就浇，想不起来就不浇，或者有时只浇一点点，让植物渴死；有时浇很多，让植物淹死。这都是不正确的。



温度

室内植物一般需要有比较恒定的温度，大多数植物通常的生长适温是 20 ~ 30℃。

夏季温度过高，不利于室内植物的正常生长，必须注意荫蔽与通风，营造较凉爽的小环境，保证其正常生长。

冬季低温往往是限制室内植物生长乃至生存的一大障碍。由于植物原产地纬度的不同以及形态结构上的差异，各种植物所能忍耐的最低温度也有差别。在栽培上，需要针对不同类型室内植物对

温度需求的不同而区别对待。不同植物的越冬温度会有所不同，由此室内植物大概可以分为以下几大类：

1. 越冬温度要求 10°C 以上的品种：网纹草、花烛、花叶万年青、星点木、秋海棠、竹芋、变叶木、龟背竹、凤梨和观音莲等。



2. 越冬温度要求 5°C 以上的品种：散尾葵、袖珍椰子、垂叶榕、虎尾兰、孔雀木、吊兰、吊竹梅、合果芋、蕨类等。



凤梨



常春藤

3. 越冬温度要求 0°C 以上的品种：荷兰铁、苏铁、天门冬、鹤望兰、常春藤、棕竹和一叶兰等。

光照

根据对光照强度的不同需求，室内植物大概可以分为以下几大类：

1. **需要充足光照类**：变叶木、花叶榕、荷兰铁、美洲铁、苏铁、金边垂榕等。喜阳类植物如果光照不足，则生长纤细且容易落叶，同时许多品种的彩斑性状不能正常形成和稳定。

2. **中等耐阴类**：万年青、吊兰、散尾葵、袖珍椰子和凤梨科大部分品种等。它们在中等光照强度下生长较好，在太弱光照下生长纤细、花弱叶黄、容易倒伏，而在室内较强散射光下可以表现出比较好的观赏状态。

3. **喜阴类**：蕨类、一叶兰、白鹤芋、绿巨人、龟背竹等。它们在较荫蔽条件下生长良好，适应于光照不足的室内环境；在强光下，容易出现日烧、枯焦等生理病害，同时叶片色彩暗淡。



家庭花草种植

需要的工具

工欲善其事，必先利其器。要栽种一盆好看的室内植物，让室内环境生机勃勃，首先需要从挑选合适、称手、美观的工具开始。一般最常被提及的养花工具，分为日常实用工具和花盆两大类。下面我们就来粗略介绍一下这两大类工具。



实用工具

浇水壶：浇水壶是植物栽培的必备工具，用它来浇灌盆花、苗床，清洗叶面等。浇水壶一般有大、中、小三种，购买时可根据实际情况及植物的数量来选择。喷头分粗眼和细眼两种，每把喷壶上应各配一个。粗眼喷头用于喷洒叶面和降温增湿，细眼喷头供播种和扦插苗床使用。



喷雾器：主要用于防治温室植物的病虫害，常用的有压缩喷雾器、单管喷雾器、背式喷雾器和超低量电动喷雾器。



花铲：主要作移植花苗及上盆、换盆和铲除杂草用。多用于移植、栽培和松土等。



小耙：多用于清除垃圾以及松土。



剪刀：树枝剪，主要供木本花卉修剪、嫁接和扦插繁殖用；普通剪刀，主要供草本花卉修剪、整型和扦插繁殖用。



花盆

市场上的花盆种类很多，可根据栽种的植物种类选择不同的花盆。一般家庭多选择造型美观、色泽上能与所栽培的植物协调一致的花盆，常用的花盆可以分为七大类。