

JIANKANG ZHIWU  
BANWOJIA

李秉玲 姜周熙 编著

# 健康植物扮我家



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS



# 健康植物扮我家

李秉玲 姜周熙 编著



机械工业出版社

本书选取了生活中常见的近60种健康植物,从每种植物的生态习性入手,对其所需的温度、光照、水分和湿度、施肥进行了全面的分析和介绍。为了方便读者迅速查阅和记忆,专门设计了简洁、明快的“养护备忘录”这一小图表,读者在此可以迅速查阅到每种植物适宜的温度、光照、水分、观赏特性、摆放位置等信息。此处,还解答了人们在养护该植物时遇到的常见问题。小贴示的温馨提醒,更有利于读者掌握每种植物不同的特性。

本书适合于广大的城镇居民及园艺专业的入门者。

### 图书在版编目(CIP)数据

健康植物扮我家/李秉玲,姜周熙编著. —北京:机械工业出版社, 2011.5

ISBN 978-7-111-34041-6

I. ①健… II. ①李… ②姜… III. ①园林植物—观赏园艺  
IV. ①S68

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第058742号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:薛俊高 责任编辑:薛俊高

版式设计:霍永明 责任校对:王欣

封面设计:马精明 责任印制:乔宇

北京汇林印务有限公司印刷

2011年6月第1版第1次印刷

184mm×240mm·6印张·129千字

标准书号:ISBN 978-7-111-34041-6

定价:26.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心:(010)88361066

门户网:<http://www.cmpbook.com>

销售一部:(010)68326294

教材网:<http://www.cmpedu.com>

销售二部:(010)88379649

读者购书热线:(010)88379203 封面无防伪标均为盗版

# 前言



## Preface

我们身边有成千上万种有益身心健康的植物，它们有的开花结果、有的四季常青。植物世界博大精深，自古以来就是人类不可或缺的生存好搭档，难以想象没有植物的人类世界是否还能继续发展。正因为有了植物，我们的生活才充满了希望，变得生机盎然。

绿色植物所营造的赏心悦目的环境能缓解人们生理上的压力，首先绿色可以让眼睛免受强光的刺激，更可以让眼睛缓解疲劳；此外，在盛夏，植物的降温作用可以让人的皮肤温度整体降低 $1\sim 2^{\circ}\text{C}$ ，同时调节呼吸节奏，使血流减缓，从而降低心脏负荷，让人的精神整体处于舒缓镇静的良好状态；植物释放出的抗生素和负氧离子还能有效地提高人体免疫力。近年来，植物学家还提出了“绿色心理效应”理论，实验证明，人在绿色植物多的氛围中更能平心静气，有效缓解暴躁情绪，思维也能更加清晰。

植物优雅自然的生长姿态除了美化生活环境、增加生活情趣外，很多植物本身就含有抗生素和抗病毒作用的化学物质，有的植物还能散发出有益人体健康的活性气味。人类的养生保健、治疗康复都离不开植物。目前，国际上更是开始流行“园艺疗法”，即借由实际接触和运用园艺材料，美化植物或盆栽，通过从事具体的园艺活动，增加与自然环境的接触而纾解现代人的工作生活压力，消除消极情绪和思维，恢复和保持心理健康。

繁琐的日常生活和过重的工作压力常常让我们忽略了身边的生存环境，疏远了大自然，淡漠了生活的情趣。养花，本就是一件雅致快乐的事，在养花的过程中压力可以得到一定的释放，同时这种创造和促进生命力的活动，还会给人带来巨大的成就感，收获意外之喜。用植物来装点生活，让植物帮助我们让生活过得更加快乐和健康！而在未来，植物将是帮助人类抵御全球气候变暖的重要伙伴，本书介绍了多种健康植物和一些家庭养殖的慎选植物，希望能给广大的居民朋友一点参考和建议，帮助您在每一片新叶、每一朵花开中收获健康和喜悦。

# 目 录



## Contents

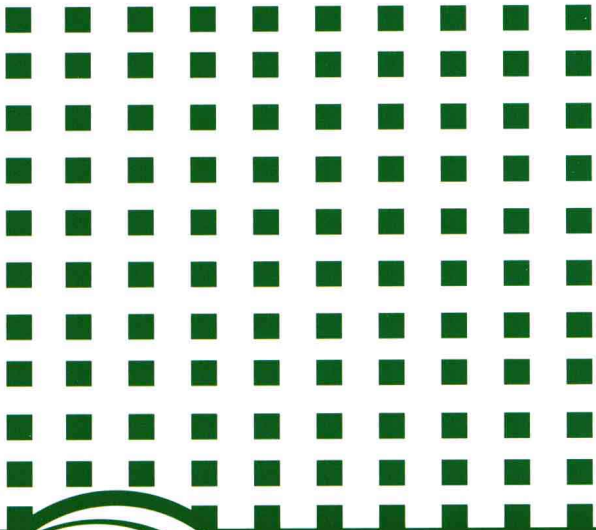
### 前言

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 第1章 绿色植物与家居健康 .....  | 001 |
| 1.1 室内污染知多少 .....    | 002 |
| 1.2 室内污染的治理 .....    | 003 |
| 1.3 绿色植物的作用 .....    | 003 |
| 第2章 园艺基本功 .....      | 006 |
| 2.1 花盆 .....         | 007 |
| 2.2 土壤 .....         | 008 |
| 2.3 温度 .....         | 009 |
| 2.4 光照 .....         | 010 |
| 2.5 水分和湿度 .....      | 011 |
| 2.6 施肥 .....         | 012 |
| 第3章 绿色植物栽培养护攻略 ..... | 014 |
| 3.1 常见室内健康植物 .....   | 015 |
| 3.1.1 巴西木 .....      | 015 |
| 3.1.2 发财树 .....      | 016 |
| 3.1.3 金橘 .....       | 017 |
| 3.1.4 铁线蕨 .....      | 018 |
| 3.1.5 菊花 .....       | 020 |
| 3.1.6 橡皮树 .....      | 021 |

|        |       |     |
|--------|-------|-----|
| 3.1.7  | 孔雀竹芋  | 022 |
| 3.1.8  | 合果芋   | 023 |
| 3.1.9  | 杜鹃花   | 024 |
| 3.1.10 | 金琥    | 025 |
| 3.1.11 | 石榴    | 026 |
| 3.1.12 | 散尾葵   | 027 |
| 3.1.13 | 吊竹梅   | 028 |
| 3.1.14 | 豆瓣绿   | 030 |
| 3.1.15 | 龟背竹   | 031 |
| 3.1.16 | 球根秋海棠 | 032 |
| 3.1.17 | 春羽    | 033 |
| 3.1.18 | 微型竹柏  | 034 |
| 3.1.19 | 鹅掌柴   | 035 |
| 3.1.20 | 仙客来   | 037 |
| 3.1.21 | 生石花   | 038 |
| 3.1.22 | 观音莲   | 039 |
| 3.1.23 | 栀子花   | 040 |
| 3.1.24 | 茉莉花   | 041 |
| 3.1.25 | 富贵竹   | 042 |
| 3.1.26 | 六月雪   | 044 |
| 3.1.27 | 九里香   | 045 |
| 3.1.28 | 米兰    | 046 |
| 3.1.29 | 八角金盘  | 047 |
| 3.1.30 | 花叶万年青 | 048 |
| 3.1.31 | 绿萝    | 049 |
| 3.1.32 | 虎尾兰   | 050 |
| 3.1.33 | 吊兰    | 051 |
| 3.1.34 | 鸟巢蕨   | 052 |
| 3.1.35 | 肾蕨    | 053 |
| 3.1.36 | 冷水花   | 054 |
| 3.1.37 | 山茶    | 055 |
| 3.1.38 | 天竺葵   | 056 |

|        |              |     |
|--------|--------------|-----|
| 3.1.39 | 倒挂金钟 .....   | 058 |
| 3.1.40 | 蒲包花 .....    | 059 |
| 3.1.41 | 蟹爪兰 .....    | 060 |
| 3.1.42 | 佛手 .....     | 061 |
| 3.1.43 | 黄葛兰 .....    | 062 |
| 3.1.44 | 大丽菊 .....    | 063 |
| 3.1.45 | 凤梨 .....     | 064 |
| 3.1.46 | 薄荷 .....     | 065 |
| 3.1.47 | 白网纹草 .....   | 066 |
| 3.1.48 | 袖珍椰子 .....   | 067 |
| 3.1.49 | 薰衣草 .....    | 068 |
| 3.1.50 | 洋常春藤 .....   | 070 |
| 3.1.51 | 文竹 .....     | 071 |
| 3.1.52 | 萱草 .....     | 072 |
| 3.1.53 | 君子兰 .....    | 073 |
| 3.1.54 | 一叶兰 .....    | 074 |
| 3.1.55 | 芦荟 .....     | 076 |
| 3.1.56 | 柠檬 .....     | 077 |
| 3.2    | 室内慎选花草 ..... | 078 |
| 3.2.1  | 水仙 .....     | 078 |
| 3.2.2  | 彩色马蹄莲 .....  | 079 |
| 3.3    | 室内忌选花草 ..... | 080 |
| 3.3.1  | 长春花 .....    | 080 |
| 3.3.2  | 一品红 .....    | 081 |
| 3.3.3  | 夜来香 .....    | 081 |
| 3.3.4  | 五色梅 .....    | 081 |
| 3.3.5  | 霸王鞭 .....    | 081 |
| 3.3.6  | 含羞草 .....    | 082 |
| 3.3.7  | 南天竹 .....    | 082 |
| 3.3.8  | 石蒜 .....     | 082 |
| 3.3.9  | 虎刺梅 .....    | 082 |
| 3.3.10 | 龙舌兰 .....    | 082 |

|                          |            |
|--------------------------|------------|
| 3.3.11 络石 .....          | 083        |
| 3.3.12 百合 .....          | 083        |
| 3.3.13 八仙花 .....         | 083        |
| <b>第4章 植物扮靓我的家 .....</b> | <b>084</b> |
| 4.1 客厅绿化装饰 .....         | 085        |
| 4.2 卧室绿化装饰 .....         | 085        |
| 4.3 厨房绿化装饰 .....         | 086        |
| 4.4 卫浴空间装饰 .....         | 087        |
| 4.5 书房绿化装饰 .....         | 087        |
| 4.6 儿童房绿化装饰 .....        | 088        |



## 第1章

# 绿色植物与家居健康

- ◆ 室内污染知多少
- ◆ 室内污染的治理
- ◆ 绿色植物的作用

## 1.1 室内污染知多少 >>

室内污染是指由于室内引入释放有害物质的污染源，或者室内环境通风不佳，导致室内空气中有害物质无论数量还是种类上不断增加，从而引起人们的一系列不适应症状的现象。

由于目前的家居环境多是以有着许多污染源的建筑及装修为前提的，因此，各种从建筑材料、装修材料、家具等释放出的有害物质充溢四周，顽固而强悍，经年累月的、永不疲倦地危害着我们的健康。目前，家庭装修污染问题已经成为严重危害人类健康安全的“隐形杀手”，是继“煤烟污染”和“光化学污染”之后的全球第三大空气污染问题。装修材料的改变是现代高速发展的产物之一，科技的日益进步让我们的生活品质得到提升的同时也带来了前所未有的麻烦与灾害。化学用品的大量使用，不仅使建筑材料、装修材料成为了室内污染源，更严重的是它会对人体产生极大的危害，影响人类的健康。

随着人们环境意识、健康意识的提高，人们对室内环境、对自身及家人健康越来越关注。那么，怎样判断您和您家人生活的环境是否安全与健康呢？如果您和您的家人有以下反应：眼睛、尤其是角膜、鼻黏膜及喉黏膜经常出现刺激症状，嘴唇等黏膜干燥，皮肤经常生红斑、荨麻疹、湿疹等；容易疲劳，容易引起头疼和呼吸道感染症状，经常有胸闷、窒息样的感觉，经常产生原因不明的过敏症；经常有眩晕、恶心、呕吐等感觉，可能您的室内环境已受到污染。请尽快采取措施，或联系专业人员进行室内环境检测和治理，尽快消除隐藏在您身边的“定时炸弹”。

室内污染的主要污染物是甲醛、氨、苯系物及总挥发性有机化合物（TVOC）。

甲醛是一种无色、具有刺激性且易溶于水的气体，污染来源主要是建筑装饰材料，比如装修用的大芯板、复合木地板以及家用化学用品等，长期接触甲醛会增加患癌的几率。

氨是无色气体，当环境空气中氨达到一定浓度时，才有强烈的刺激气味（厕所的味道）。室内空气中的氨主要来自室内装饰材料，比如家具涂饰时用的添加剂和增白剂均含有大量的氨水。吸入低浓度的氨会使人恶心、头痛；吸入高浓度的氨会使人呼吸困难并呕吐。

苯系物主要指苯、甲苯、二甲苯等，在这三种物质当中以苯的毒性最大。苯是一种无色、易挥发、具有特殊芳香气味的液体，在家具制造业被广泛使用。因此，使用苯或含苯材料的家具，会使苯气散入环境中，通过呼吸被吸收。而苯早在1993年就被世界卫生组织（WHO）确定为致癌物。甲苯和二甲苯主要来源于油漆、涂料、壁纸等。

总挥发性有机化合物(TVOC)的组成极其复杂，包括三氯乙烯、三氯甲烷、萘、二异氰酸酯类等。TVOC主要来源于建筑材料中的人造板、泡沫隔热材料、塑料板材；室内装饰材料中的各种涂料、黏合剂及各种人造材料等。TVOC能引起免疫水平失调，影响中枢神经，使人出现头晕、乏力、胸闷等症状。

1.2 室内污染的治理 >>

室内污染的治理主要有竹炭、活性炭、光触媒、臭氧、负离子等多种方法。但是常开窗户通风换气是清除室内污染最简单、最有效的方法。如果不是有害气体严重超标，一套居室在自然通风条件下，两三个月就能挥发掉大部分有害物质。此外，在居室内放置一些抗污染的花草，也能起到“空气净化器”的作用。植物吸收有害气体的具体情况可见下表。

| 花卉种类 | 吸收有害气体种类 |      |     |      |      |    |
|------|----------|------|-----|------|------|----|
|      | 甲醛       | 二氧化硫 | 硫化氢 | 二氧化碳 | 一氧化碳 | 氯气 |
| 米兰   |          | √    |     |      |      |    |
| 绿萝   | √        |      |     | √    |      |    |
| 虎尾兰  |          | √    |     |      |      |    |
| 八角金盘 |          | √    |     |      |      |    |
| 梔子花  | √        |      | √   |      |      | √  |
| 白网纹草 |          |      |     |      | √    |    |
| 小石榴  |          | √    | √   | √    |      | √  |
| 杜鹃花  |          |      |     | √    |      |    |
| 吊兰   | √        |      |     |      | √    |    |
| 菊花   | √        |      |     |      |      | √  |

1.3 绿色植物的作用 >>

植物是空气的“天然净化器”。例如，在24小时的照明条件下，一盆芦荟可以吸收1立方米空气中90%的甲醛；常春藤能让90%的苯消失；吊兰能“吞食”室内96%的一氧化碳、86%的甲醛和过氧化氮等；天南星的苞叶能吸收80%的苯、50%的三氯乙烯。此外，仙人球、芦荟、虎尾兰等都具有空气净化功能，能大量吸收室内甲醛等污染物质，消除并防止室内空气污染。



芦荟



虎尾兰

植物是“天然消噪器”。由于花卉、树木表面的气孔和粗糙的纤毛能有效地吸收各种振动的波长，从而可以有效地吸收和阻挡噪声的反射。

植物是“天然灭菌器”。植物能滞留大量的灰尘，可以减少空气中细菌的数量。例如，铁十字秋海棠、菊花等叶面粗糙的植物具有很强的吸附粉尘的能力。而红豆杉、米兰、茉莉、丁香、金银花、柠檬等花卉分泌的杀菌素能够有效地杀死空气中的某些细菌，抑制结核、痢疾病原体和伤寒病菌的生长，使室内空气清洁卫生。



米兰



茉莉

植物是“天然的空调”。在炎热的夏天，植物可以通过叶片蒸发水分，以降低自身的温度，从而增加空气湿度，降低周围环境的温度。例如，在盛夏，植物的降温作用可以让人的皮肤温度整体降低1~2℃。

绿色植物还是生物制氧“工厂”。很多人曾经有过这样的担心：植物白天进行光合作用，吸收二氧化碳，释放氧气；但是夜间却要进行呼吸作用，吸收氧气，释放二氧化碳，这样会不会出现人和植物争夺氧气的情况呢？其实大可不必担心，因为植物在白天所进行的光合作用是远大于呼吸作用的。也就是说与白天植物固定二氧化碳释放的氧气相比，夜间植物呼吸所释放的二氧化碳是很少的。此外，还有一些植物则是白天释放二氧化碳，夜间则吸收二氧化碳，这一类植物叫做景天酸代谢植物，例如仙人掌、凤梨、龙舌兰等多数原产于干旱地区的植物。在居室内摆放此类植物就可以在夜间利用植物吸收部分人体呼吸产生的二氧化碳，提高室内空气质量，有利于人们的睡眠。

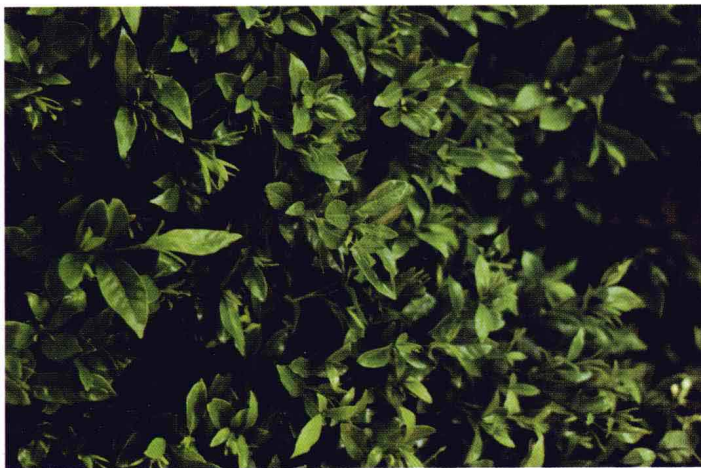


仙人掌

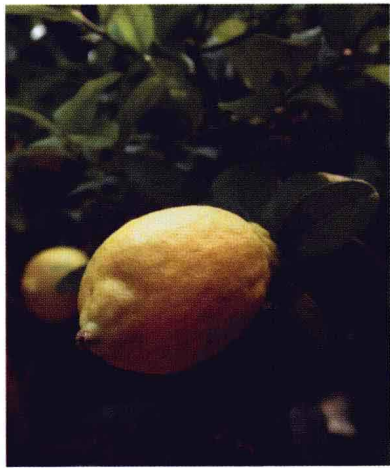


凤梨

**植物是最好的除味剂。**许多植物都能散发迷人的香气。如香草植物薰衣草、迷迭香、梾子花、茉莉花等可以散发出浓郁的花香；带果植物盆景，如洋梨、金橘、香瓜、柠檬等则可以散发清新的果香。将这些植物放在室内，既能散发芬芳迷人的味道，迅速消除室内异味，还有益身心健康。



梾子花



柠檬

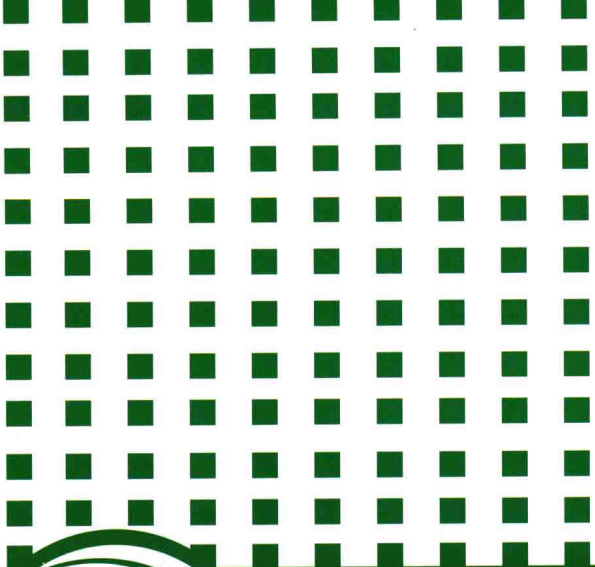
#### 利用植物净化室内环境污染时要注意的四条原则。

1. 根据室内环境污染有针对性地选择植物。有的植物对某种有害物质的净化吸附效果比较强，卫生间、书房、客厅、厨房的装修材料不同，污染物质也不同，如果在室内有针对性地选择和栽培植物，可以起到一定的辅助治理污染的效果。

2. 根据室内环境污染程度选择植物。一般室内环境污染在轻度污染、污染值在国家标准3倍以下的环境，采用植物净化可以收到比较好的效果。

3. 根据房间的不同功能选择和摆放植物。夜间植物呼吸作用旺盛，放出二氧化碳，卧室内摆放过多植物不利于夜间睡眠，而客厅等白天活动较多的地方，则可以多摆放体量较大的植物。

4. 根据房间面积的大小来选择和摆放植物。植物净化室内环境与植物的叶面表面积有直接关系。所以，植株的高低、冠径的大小、绿叶量的大小都会影响到净化效果。一般情况下，10平方米左右的房间，1.5米高的植物放两盆比较合适。



## 第2章

## 园艺基本功

- ◆ 花盆
- ◆ 土壤
- ◆ 温度
- ◆ 光照
- ◆ 水分和湿度
- ◆ 施肥

热爱园艺的人不仅仅在意植物本身给生活带来的益处，更多的是看重了种植过程所带来的乐趣。从种子的生根发芽、每长出一片新叶、孕育一个花蕾、结成一个雏果，从这种生命活动、自然节律中获得成就感和身心的愉悦。一个园艺爱好者只有在养殖过多种不同种类的植物后才能具备一定的园艺基本功，这是一个快乐的积累的过程。

## 2.1 花盆 >>

世间有花盆千万种，选择花盆不是简单的选择装饰与搭配，而是在为植物选择成长的环境，花盆是植物与外界的隔断，更是一种联系。

按照制作材料来分，现在市场上常见的花盆无外乎以下几种：塑料盆、瓦盆、瓷盆、陶盆和麦秆压缩盆。



☆ 塑料盆

目前花卉市场和苗圃在运送植物时几乎都是采用塑料盆（如图所示）装栽。因为塑料盆具有造价便宜、轻便易放的优点。但塑料盆只能是不折不扣的“权宜之盆”，因为塑料盆不透气，长期在塑料盆里生长的植物会由于根部呼吸受到限制而导致植株生长不良甚至死亡；此外塑料盆在长期的阳光照射下会发脆炸裂；加上塑料容易老化，散发有毒物质，危害植物和人体健康，也不利于环保。因此，在购买植物回家以后应该将植物重新移栽到其他花盆里，以利于植物的生长发育。



☆ 瓦盆

瓦盆（如图所示）是传统的家庭使用花盆，其透气性好、渗水能力强，利于植物生长。但是由于这种材质不宜于塑形，因此瓦盆一般都外形笨拙、颜色暗哑，使整体的观赏性大打折扣；再加上这种盆外表粗糙，容易沾染泥土，很难清洗，不符合现代人的审美与价值观。因此瓦盆已经在市场上很少见了，偶尔还可以在传统家庭中看见。



☆ 瓷盆

瓷盆（如图所示）是最具有中国风格的花盆，在中国几千年的历史中，瓷盆也占有了一席之地。瓷盆美观大方，瓷盆本身就有极高的观赏价值，精致的瓷盆甚至还要精心挑选植物植入其中，以达到花与盆的相配。但是瓷盆的透气性能并不理想，因为瓷盆外面的釉面阻塞了空气进出的途径，但这一缺点是可以弥补的。可以在瓷盆底部填入小石块或者最好是大颗的陶粒（水培材料，花卉市场上

有售)等透气性好的材料,做成一个简单的排水层。在盆壁周围也需要做一个特殊的排水层。方法是:先用一定厚度的纸(卡纸或是牛皮纸等)卷成一个比花盆直径稍小的圆筒放入花盆,在圆筒与花盆内壁之间的缝隙里面填入蛭石或者粗粒河沙,在圆筒里面填入种植所需土壤之后,抽掉圆筒,这样盆内培养土的底部和四周就都能保证有良好的透气性了。



☆陶盆

陶盆(如图所示)是美观性、透气性俱佳的花盆,很具中国古代风韵。最适合种植兰花或者是一些株形苍劲古朴的植物。但是陶盆需用水养,陶如果长期干燥会暗淡无光。此外,陶盆对水质比较挑剔,如果浇水的水质呈碱性,时间久了,陶盆外表就会出现白色的斑纹,大大影响植物的观赏价值。而且大部分植物与陶盆搭配并没有很好的互陪效果,加上陶盆并不轻便,因此,陶盆只是出现在一些较大的、正式场合,普通家庭并不是很常用。



☆麦秆压缩盆

麦秆压缩盆(如图所示)是近两年来市场上出现的一种新型花盆,具有盆壁轻薄、材质环保的优点。因为是用麦秆压缩制成,因此透气性非常好,但也因为压缩的麦秆不易塑形,因此这种花盆目前形状还是比较单一。由于麦秆之间的缝隙比较大,在浇水的时候很容易渗出水分,甚至托盘下面也会渗出水珠,影响外部整洁。不过这种花盆价格非常低廉,渗出的水也只是少量,因此很受欢迎。

## 2.2 土壤 >>

土壤是植物根系生长的主要环境。按其地质指标来分,土壤可以分为:壤土、砂土、黏土三类。

**壤土:**表面上看是松散的粉尘结合状。摸起来手感很细滑,感觉比较均匀,碾碎后手上会留有粉尘。土团比较松散、表面粗糙。与水混合后成浆,澄清后有沉淀、表面有悬浮物。

**砂土:**表面上呈散粒状。有明显的不均匀的沙粒感,很难成团。与水混合后类似流沙、表层变均匀、光滑。

**黏土:**表面上呈坚硬的土块状。摸起来有均匀感,又滑又黏。土团紧致、表面光滑。与水混合后变成泥浆,澄清后有沉淀,表面无悬浮物。

### 1. 常见培养土

☆园土:普通的栽培土。园土肥力较高,团粒结构好,是盆栽土的主要原料之一,缺点是表层在干燥时容易板结,湿时透水性差,同时容重大,因此很少单独使用。

☆腐殖土：由腐殖质组成的酸性土。养分充足、质轻、吸水和吸收肥料能力强，但是排水性较差，一般也要与别的土壤混合后使用，常见的盆栽中腐殖土与腐草土配合较多。

☆腐叶土：由植物的叶子与草腐烂变质后混合园土或者农家肥，经过一段时间的堆积发酵而成的酸性土。使用前必须经过暴晒和筛选过程。质轻，多被用作黏重土壤的疏松剂。

☆泥炭土：古代植物未完全分解后所剩下的炭化部分，呈酸性，富含有机质，可以改善土壤的物理性质，具有较强的保水和保肥能力，是非常理想的培养土。如与黏土混合使用，则可以让植物根系呼吸畅通，如与砂土混合使用，则可以降低其黏性和改善其透水性。

☆黑山土：也称兰花土。色黑而质轻为佳，使用前必须摊开暴晒数日，挑拣以去除枝梗等杂质。排水性能好，特别适合栽种兰花、杜鹃和山茶等。

## 2. 常见基质

☆河沙：也称素沙，排水和透气性能俱佳，与别的土壤搭配可以改善其透水 and 透气的功能。缺点是毫无肥力，一般不单独使用，可作为培养土的辅助材料，少数时候也可以作为扦插或播种基质。如果要使用海沙，则必须用大量淡水冲洗，否则盐分过高，易使植物伤根。

☆蛭石和珍珠岩：人工生产的无土栽培基质，质轻、不含养分、无需消毒，是适合家庭养殖的优良材料，但一般不单独使用。

☆木屑：具有盆栽绿植所需的全部功能，透气、透水、轻便、保温、卫生，是一种中性介质。缺点是难以固定植株，因此一般也不单独使用。

☆草木灰：植物根茎叶烧制而成的灰质，一般呈碱性。富含钾肥，加入培养土中可以增加养料，也能改善排水和透气性能。

▼ 适宜的培养土能让植物生长茁壮，功能发挥全面。在为植物搭配培养土的时候要注意以下事项：

- ① 养分一定要充足全面。
- ① 具有良好的团粒性，保肥保水能力强，透气排水性好，不开裂、不板结。
- ① 经过消毒，酸碱度适中，无潜伏病虫害。

## 2.3 温度 >>

无论高温还是低温对植物的影响都是很大的，适宜的温度才能让植物健康生长。四季温度不是人们可以随意调控的，但我们可以辅助植物调节其自身周围小范围内的温度。

早春季节，植物其实才刚刚从严寒冬季的休眠期中苏醒过来，植物几乎都不能适应骤冷骤热的环境变化。植物在从休眠期到完全苏醒进入生长期的过程，是慢慢适应逐渐变高的温度的过程。休眠期的植物通常较为虚弱、生理机能也减退了一半。因此如果早春天气一暖和马上就把植物搬出室外照射阳光，那么在夜里植物回到相对低温的室内，就很容易引起“感冒”，甚至是冻