



邬志星 著 JINGHUA KONGQI DE JIAYANG HUACAO

净化空气的家养花草

绿色植物在白天进行光合作用时，吸收二氧化碳，放出氧气，是一个天然的“制氧机”。据测定，绿化好，能明显降低室内二氧化碳，大致上在15平方米摆上2盆中型花草或3~4盆小型花草，不会产生任何花草影响健康的问题。



绿色植物的叶子一般面积较大，不少叶片上
还能分泌



还有绒毛，有的

黏液，可有效地吸附空气中的烟尘，起到净化空气的作用。

花卉

有很强的抗菌排污能力。常春藤、铁树一天可去除香烟、人造纤维中释放的80%苯。芦荟、吊兰等对甲醛有排污作用。月季、虎尾兰能吸收二氧化硫等有害气体。桂花、兰花有较强的吸尘作用。



上海文化出版社



净化空气的 家养花草

邬志星 著



上海文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

净化空气的家养花草/邬志星著. - 上海:上海文化出版社,2005
ISBN 7-80646-840-4

I. 净… II. 邬… III. 观赏园艺 IV. S68

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 070575 号

责任编辑 唐宗良

装帧设计 周艳梅

正文绘图 李树德

书 名 净化空气的家养花草

出版发行 上海文化出版社

地 址 上海市绍兴路 74 号

邮 编 200020

电子信箱 cslcm@public1.sta.net.cn

网 址 www.shwenyi.com

经 销 新华书店

印 刷 苏州文艺印刷厂

开 本 890 × 1240 1/32

印 张 4.375

字 数 88,000

版 次 2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月第 1 次印刷

印 数 1—6,100 册

国际书号 ISBN 7-80646-840-4/S·46

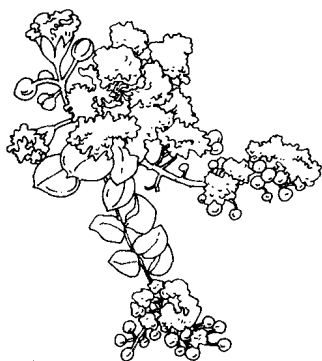
定 价 11.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T: 0512-66063782

前

言



有人计算过，大多数人的一生约有三分之二的时间是在室内度过的，因此室内空气质量的好坏将直接影响着人们的健康。随着现代办公楼和居住房的大量豪华装修，使室内污染大量增加，室内污染已大大超过室外，令人忧心忡忡，闻“污”色变。现代的室内污染物存在种类多、污染源广的特点，对人类健康的潜在危害极大，而且看不见，

摸不着，成为健康的“隐形杀手”。

据国外大量科学家实验研究表明，绿色植物有净化空气的作用，这不但美化了环境，而且能大大改善空气质量，可达到加强保健、延年益寿目的。

那么，室内污染主要有哪些呢？据调查，室内污染可以归纳为化学、物理和生物三大类。化学污染是由家庭使用的燃料造成的，如一氧化碳、二氧化硫等，这些污染物会引起呼吸道疾病，严重的还会破坏造血功能；还有地板、油漆、涂料、各种清洁剂、先进的办公设备、化纤地毯，甚至干洗过的衣服、皮鞋油等所释放的有机化合物如甲醛类化合物、三氯乙烯等，都是有害物质，有些物质长期释放能使人致癌，对鼻咽黏膜长期刺激，严重地危害人体的健康。物理污染是指建筑材料及



自然界中无处不在的放射性元素氡,它是肺癌的诱发剂,电器时代带来大量的电辐射,更是各种肿瘤产生的罪魁祸首。生物污染是指由于室内空气流通不畅所滋生的细菌、真菌、尘螨等,会使人产生哮喘、皮肤过敏反应。

针对上述严重的室内污染,许多科学家进行广泛的研究,发现许多植物能有效地降低空气中的化学物质,并有将它们转化为自己养料的特殊功能,从而改善生活的环境质量。那么绿色植物是怎样改善居住环境的呢?

一、绿色植物在白天进行光合作用时,吸收二氧化碳,放出氧气,是一个天然的“制氧机”,据测定,绿化好能明显降低室内二氧化碳,大致上每15平方米摆上2盆中型花草或3~4盆小型花草,不会产生任何花草影响健康的问题。社会上有花草在室内太多会与人争夺氧气的说法,是不完全的,花草在夜间排出的二氧化碳仅为一个人呼出的二氧化碳的1/30,因此一定量的室内花草能有利于健康。



二、绿色植物的叶子一般面积较大,不少叶片上还有绒毛,有的还能分泌黏液,可有效地吸附空气中的烟尘,起到净化空气的作用。据介绍,合理的室内绿化布局,可明显降低室内的飘尘量,大致为61.6%。

三、花卉有很强的抗菌排污能力。常春藤、铁树一天可去除香烟、人造纤维中释放的80%苯。芦荟、吊兰等对甲醛有排污作用。月季、虎



尾兰能吸收二氧化硫等有害气体。桂花、兰花有较强的吸尘作用。

四、植物的蒸腾呼吸等生理活动,可以为室内增加湿度,它远比用电器物理加湿有效,而且是环保的天然增湿器。

五、能增加室内绿色视效率。布置绿化后,室内人员明视持久度平均可提高11.75%。因此室内布置绿化可提高人的各种反应能力,大大提高工作效率。总之,合理利用植物,能为人们创造一个宁静、舒适、健康的生态小环境。如在房间内放上几盆松柏树,这些植物放出的负氧离子,能对心血管系统等疾病有效。如放几盆仙人掌类植物,能吸收电磁辐射,给人带来健康。有些花草还能排出植物杀菌素。桂花能治支气管炎,紫罗兰的气味能杀死结核菌、葡萄球菌,达到净化空气的作用。这方面作用最为突出的应为吊兰,能吸收一立方米空气中96%的一氧化碳和86%的甲醛,即使在较暗的地方仍有这些作用。而芦荟稍逊色,也能吸收一立方米空气中90%的甲醛。另外,龟背竹、虎尾兰都能清除空气中的有害物质。常春藤、无花果不仅能对付从街头带回来的细菌或有害物质,甚至连吸尘器都难以吸到的灰尘它们都能吸纳。柏树和针柏则是非常好的“噪音吸收器”,如果把它们摆放在窗口,街上传来的噪音可以降低30%左右。

现代科学证明,花卉还是天然的“芳香制造机”。芳香类植物中含有芳香族物质,这些物质能刺激人们的呼吸中枢,使大脑得到充足的氧,还能促进细胞发育,增强智力,对神经和心血管有很好的保护作用。花的香气还可以镇静安神、调和血脉。紫罗兰和玫瑰的香味使人心旷神怡、愉快,焕发人的工作欲望;康乃馨的幽香有“返老还童”之妙;柠檬香味可驱赶睡意,使人思路清晰;茉莉、丁香的香味可以让人感觉到轻松、宁静,置于卧室有利于睡眠;桂花的香味沁人心脾,使人疲劳



顿消；金银花的香味有明显的降压作用等等。因此，人们把这芳香气味作为健身祛病的“保健医生”。

美国心理学家曾做过一些实验：让有忧郁情绪的人看到结有黄澄澄柠檬果子的柠檬树或有红果子的石榴时，就会变得愉快活泼些；让长久处于喧闹之中的人看到洁白的水仙及红紫色的紫罗兰时，性格会变得温和宁静。植物的色彩和气味对调节人们的情绪有很好的辅助作用。因此我们在各种岗位上工作的人可根据自己工作的特点，选择一些各种色彩的花草来试试自我感觉。

置身于机器隆隆、汽锤撞击或金属摩擦等嘈杂声中的青年，不妨选择一些色彩素雅、姿态潇洒的花草，如有“凌空仙子”之称的吊兰悬挂于窗口，淡色窗帘背景上映出的斑斑点点花影，会使您处于静谧之中；风度洒脱的文竹、兰花、水仙、竹节海棠对视觉终日处于火花刺眼中的电焊工是十分适宜的。

长期处于宁静环境中工作的人，如制图、文学创作、实验室工作者，可以选择一些以观花为主的植物，特别是五光十色、色彩丰富的花卉，如红花绿叶的石榴，串串紫花的紫藤及山茶花、杜鹃花、扶桑、枫树、金橘、佛手、五彩椒，也可插些鲜艳的瓶花，如菖兰、康乃馨、非洲菊及造型美的壁插花梗，可使情绪振奋起来，对恢复脑力或视力疲劳能起到调节作用。

对于在病中或正在康复中的病人，可选择一些色彩和谐、淡而不俗，最好带有香味的一些植物，如茉莉、米兰、石菖蒲小盆景及富有艺术情趣的多肉类小品，如花叶景天、松鼠尾、青锁龙、龙舌兰盆景等。

古往今来人类就认识到在室内外种花养草既能美化环境，又能陶情怡性。老舍在散文《养花》中说：“我总是写了几十个字，就到院中去



看看,浇浇这棵,搬搬那盆,然后回到室中再写一点,继而再出去,如此循环,把脑力劳动和体力劳动结合在一起,有益于身心,胜于吃药。”养花是一种愉快的劳动,也是一种休闲的养生,每天莳弄花木、浇水施肥、修剪整枝,能活动四肢、灵活关节,使人得到锻炼,尤其是自种自看花木,每天都要去呵护它们,看着新叶萌发、花朵盛开、果实累累,这是通过自己辛勤劳动而获得报酬的欢乐。赏花更是



一项有益健康的活动,漫步在花丛之中,赏花色,色彩绚丽;观花态,千姿百态,或悬或弯或曲,韵味无穷;闻花味,幽香阵阵,使人心旷神怡,一切疲劳和烦恼皆置之度外,有益于诸如神经官能症、高血压、心脏病等慢性病患者,有改善心血管系统、降低血压、调节大脑活动的功能。

总之,园艺专家告诉大家:室内外种花养草与你的健康很密切,花草能净化空气,有益于健康、有利于增寿。

邬志星

2005年7月

目 录

前言/1

净化空气的花草

大丽花/4

能吸收空气中的硫化氢、二氧化碳等有毒有害气体,能对居住环境起到净化作用。

紫藤/6

对氯气、二氧化硫、氟化氢及铬有较强的抗性。

紫薇/8

对氯气、氟化氢、二氧化硫等有清除、吸收的作用。尤其是它的叶片有很强的吸收二氧化硫的功能。

水仙花/10

对空气中的污染物如二氧化硫、一氧化碳、二氧化碳有很强的抗性。

木槿/12

对二氧化硫、氯气、氟化氢等有吸收和净化作用。另外,还有吸尘的功能。

菊花/14

能抵御和吸收家用电器、塑料制品散发在空气中的乙烯、汞、铅等有害气体,而且对二氧化硫、氟化氢、氟化氢等有很强的抗性。

仙人掌/16

肉质基上的气孔白天关闭,夜间打开,所以它在夜间会吸收二氧化碳,释放氧气,有增加新鲜空气和负离子的功能。另外,它还具有减少电磁辐射线带来的伤害的功效。

大花蕙兰/18

大花蕙兰为兰科植物,兰科植物具有吸收空气中的一氧化碳、甲醛的作用,起到净化空气的作用。

蜀葵/20

对硫化氢、二氧化硫、氟化氢有害气体抗性强,对净化空气、抗污染有很良好的环保作用。

夹竹桃/22

对有害的氯气、氟化氢、二氧化硫、汞有很强的净化力和吸收力。对灰尘的吸附力也很强。



凤尾兰/24

对氟化氢、氯化氢、二氧化硫、氯气有很强的抗性。

芦荟/26

可净化空气中的甲醛、二氧化碳、二氧化硫、一氧化碳等有害有毒气体,尤其对甲醛吸收特别强。

苏铁/28

能净化空气中的二氧化硫、过氧化氮、乙烯、汞蒸气、氟、铅蒸气等有害气体。

吊兰/30

能在微弱的光线下,进行光合作用吸收有毒气体,尤其能吸收空气中95%的一氧化碳和85%的甲醛,还能分解由复印机等排放的苯有害物质。

石榴/32

有抗空气中的二氧化硫和氯气的作用,对臭氧、氟化氢有吸收的功能。

米兰/34

能吸收空气中的二氧化硫和氯气。花卉能散发出具有杀菌作用的挥发油,对于净化空气,促进人体健康有很好的作用。

木香/36

能抵抗,氟化氢、二氧化碳、硫化氢等有害气体的污染,对一氧化碳也有抗性,是一种有效的环保花木。

丁香/38

对烟尘及氟化氢、二氧化硫等毒气和污染有净化和吸收作用。

常春藤/40

可吸收有毒物质苯,24小时中在有照明的条件下,可吸收室内90%的苯,还可吸附微粒灰尘,净化空气。

虎尾兰/42

有很强的吸收有毒物质甲醛的功能,约15平方米的房间内,放置两盆中型虎尾兰,就能有效地吸收甲醛所释放的毒害。

冷水花/44

能净化厨房间烹饪时所散发的油烟,是厨房内理想的环保植物。

万年青/46

对三氯乙烯有害气体有净化吸收的作用。



棕榈/48

对氯气、二氧化硫、氟化氢、汞蒸气等有较好的吸收作用,尤其对氯、硫等吸收最为良好。

龟背竹/50

能清除空气中的有害物质甲醛,起到净化空气的作用。

君子兰/52

有较强的净化空气功能,尤其是它的厚叶片对硫化氢、一氧化碳、二氧化碳有很强的吸收作用,还能吸收烟雾,调节室内混浊空气。

广玉兰/54

对二氧化硫等毒气抗性强,能耐烟尘,净化空气,对汞蒸气也有一定的吸收力。

含笑/56

对空气中的氯气有很强的抵抗作用,花开时放出的挥发物,能杀死空气中的肺结核菌及肺结核菌及肺炎球菌。

发财树/58

又称马拉巴栗,是联合国推荐的国际环保树种之一。它对一氧化碳和二氧化碳有强烈的净化作用。

海棠/60

对二氧化硫有较强的抗性和吸收作用。

无花果/62

对苯、硝酸雾、二氧化硫、二氧化碳等多种有害物质有较强的吸收作用,是净化空气、消除粉尘危害的良好植物。

木芙蓉/64

对二氧化硫、氯气、氟化氢等有害气体有很强抗性,能净化空气。

石竹/66

能吸收二氧化硫和氯气。它所散发的香气能杀死空气中的有害病菌——肺炎球菌、结核杆菌、葡萄球菌。

百合/68

能净化空气中的一氧化碳、二氧化硫,吸收这些有害的气体。

杨梅/70

有净化氟化氢、二氧化硫等功能,对有毒有害气体有吸收和较强的抗性。



合欢/72

对空气中的多种有害气体有毒物质,如二氧化硫、氟化氢、氯气有净化作用。

鸡冠花/74

能吸收大量放射性铯元素,对氟化氢、二氧化硫、氯气有一定的抗性。

腊梅/76

可清除空气中的汞蒸气,对二氧化硫等有害物质也有净化作用,能清除家电、塑料制品散发在空气中的有害物质。

金橘/78

能净化空气中的汞蒸气、铅蒸气、乙烯、过氧化氮等有害物质,也能对家用电器、塑料制品所散发的气味有一定的吸收和抵抗作用。

非洲紫罗兰/80

散发的香气有明显的杀菌作用,特别是对结核杆菌、肺炎球菌和葡萄球菌有明显的抑制作用。

扶桑/82

能吸收空气中有毒的氯气。

兰花/84

能吸收空气中的甲醛、一氧化碳等有害物质。

月季/86

有较强的吸收空气中有害物质苯、硫化氢、二氧化碳、氟化氢的作用,还能吸收乙醚、二氧化氮和氯气,有很好的净化空气的功能。

山茶/88

对二氧化硫、氟化氢、氯气、硫化氢、氯气等有吸收的作用。

桂花/90

对氯气、二氧化硫、氟化氢等有毒有害气体有较强的抗性,还有较大的吸尘能力。

一叶兰/92

对甲醛有清除作用,对二氧化碳、氟化氢也有一定的吸收功能。

天竺葵/94

能净化空气中的氯气,对二氧化硫、氟化氢也有抗性。



枸骨/96

对空气中的氟化氢、氯气、二氧化硫等有毒有害气体有很强抗性。

爬山虎/98

对二氧化硫等有害气体有较强的忍耐力,滞尘力强。

黄杨/100

对氟化氢、二氧化硫、氯气等有害气体有很强的吸收能力,特别是对硫吸收最多。

橡皮树/102

对一氧化碳、二氧化碳、氟化氢等有害物质有一定的抗性,对室内灰尘有滞尘作用。

监测空气的花草

虞美人/106

对有毒气体硫化氢反应极其敏感,如这类毒气体侵袭,叶子便会发焦或有斑点,作监测指示植物十分理想。

美人蕉/108

能清除和监测二氧化硫、氯气等有害气体带来的伤害和警示,发现其叶子失绿变白,花果脱落时,特别要当心氯气的污染。

萱草/110

当空气中存在氟污染时,其叶子尖端会变成褐红色,可利用它对环境氟污染进行监测。

杜鹃/112

对臭氧和二氧化硫等有害气体有很强的抗性,对氯气也十分敏感。

桃花/114

对硫化物、氯气十分敏感,一有污染,它的叶片就会出现大片斑点,并逐渐死亡,是监测硫化物、氯气排放的良好指示植物。



秋海棠/116

可清除空气中的氟化氢，对氮氧化合物也十分敏感，一有污染，其叶片会有斑点。

梅花/118

对甲醛、氟化氢、苯、二氧化硫有监测作用，在它受毒气侵害后，叶片即受伤，出现斑纹。

芍药/120

对空气中的氟化氢极其敏感，一受到侵害，叶片上就出现斑点。

牵牛花/122

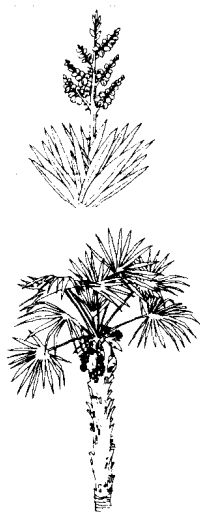
能对空气中的二氧化硫有较强的监测作用，其叶片受到侵害，就会出现斑点。

牡丹/124

对大气中的光、烟、雾污染，如二氧化硫等十分敏感，如有这些污染的危害，就能在其叶片上出现几种色泽不一的斑点。



古往今来人类就认识到在室内外种花养草既能美化环境,又能陶情怡性。老舍在散文《养花》中说:“我总是写了几十个字,就到院中去看看,浇浇这棵,搬搬那盆,然后回到室中再写一点,继而再出去,如此循环,把脑力劳动和体力劳动结合在一起,有益于身心,胜于吃药。”养花是一种愉快的劳动,也是一种休闲的养生,每天莳弄花木,浇水施肥,修剪整枝,能活动四肢,灵活关节,使人得到锻炼。





净
化
空
气
的
花
草

