

LAROUSSE

时尚
TRENDS

植物净化术

60种消除污染植物养护指南

[法] 贝内迪克特·布达苏 (Bénédicte Boudassou) 著

邓建芝 译 飞思数字创意出版中心 监制

还等什么? 举手之劳, 用植物改善室内环境!

你每天有 80% 的时间在室内度过
室内污染物多达几十种

本书中推荐的植物能消除室内 80% 以上的污染物

遵循详细的栽培建议, 制造纯天然空气净化器!



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

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

植物净化术

60种消除污染植物养护指南

[法] 贝内迪克特·布达苏 (Bénédicte Boudassou)

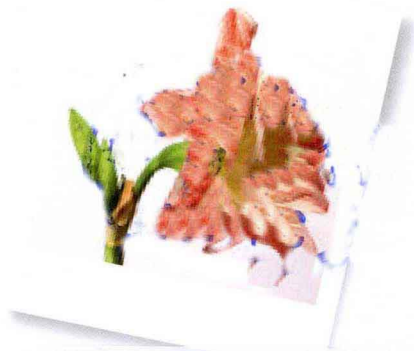
著

邓建芝

译

飞思数字创意出版中心

监制



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Plantes dépolluantes by Bénédicte Boudassou

©Larousse, Paris 2009

版权所有，侵权必究。

版权贸易合同登记号 图字：01-2013-4711

图书在版编目（CIP）数据

植物净化术：60种消除污染植物养护指南 / (法) 布达苏 (Boudassou,B.) 著；邓建芝译.

北京：电子工业出版社, 2013.8

ISBN 978-7-121-20968-0

I. ①植… II. ①布… ②邓… III. ①植物—应用—室内空气—空气净化②观赏园艺

IV. ①X510.5②S68

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第158046号

责任编辑：侯琦婧

特约编辑：杨斯萌 李新承 王春泓 刘向林

项目策划：北京时尚博闻图书有限公司

www.book.trends.com.cn

印 刷：北京市雅迪彩色印刷有限公司

装 订：北京市雅迪彩色印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：787×1092 1/16 印张：9 字数：230.4千字

印 次：2013年8月第1次印刷

定 价：48.00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。

植物净化术

60种消除污染植物养护指南

[法] 贝内迪克特·布达苏 (Bénédicte Boudassou)

著

邓建芝

译

飞思数字创意出版中心

监制



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Plantes dépolluantes by Bénédicte Boudassou

©Larousse, Paris 2009

版权所有，侵权必究。

版权贸易合同登记号 图字：01-2013-4711

图书在版编目（CIP）数据

植物净化术：60种消除污染植物养护指南 / (法) 布达苏 (Boudassou,B.) 著；邓建芝译.

北京：电子工业出版社, 2013.8

ISBN 978-7-121-20968-0

I. ①植… II. ①布… ②邓… III. ①植物—应用—室内空气—空气净化②观赏园艺

IV. ①X510.5②S68

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第158046号

责任编辑：侯琦婧

特约编辑：杨斯萌 李新承 王春泓 刘向林

项目策划：北京时尚博闻图书有限公司

www.book.trends.com.cn

印刷：北京市雅迪彩色印刷有限公司

装订：北京市雅迪彩色印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：787×1092 1/16 印张：9 字数：230.4千字

印 次：2013年8月第1次印刷

定 价：48.00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。

植物净化术

60种消除污染植物养护指南



目录

前言	6
----------	---

室内植物种植	8
--------------	---

消除污染的植物	13
---------------	----

粗肋草	16	常春藤	42
花烛	18	肯特椰子	44
天轮柱	20	竹芋	46
袖珍棕榈	22	肾蕨	48
吊兰	24	喜林芋	50
散尾葵	26	软叶刺葵	52
白粉藤	28	棕竹	54
变叶木	30	杜鹃	56
青锁龙	32	虎尾兰	58
龙血树	34	鹅掌柴	60
垂叶榕	36	藤芋	62
印度榕	38	和平芋	64
扶郎花	40	合果芋	66

舒缓精神的植物	69
---------------	----

铁线蕨	70	仙客来	78
巢蕨	72	飘香藤	80
秋海棠	74	圣诞花	82
君子兰	76	栀子花	84



朱槿	86	非洲堇	94
朱顶兰	88	圣诞天轮柱	96
伽蓝菜	90	婴儿泪	98
蝴蝶兰	92	室内椴树	100

保护性植物..... 103

蜘蛛抱蛋	104	纸莎草	114
叶子花	106	琴叶榕	116
肖竹笋	108	薛荔	118
小果咖啡	110	胡椒	120
朱蕉	112	鳄梨	122

香草植物..... 125

柠檬马鞭草	126	罗勒	134
薰衣草	128	天竺葵	136
香蜂花	130	芸香	138
辣薄荷	132	除虫菊	140

索引..... 142

*内文中植物名称选用的为法文常用名, 其上为拉丁学名。

前言



很久以前，人们就已经认识到植物对人的健康和生命起着不可或缺的作用。但年复一年，由于生活环境的过度城市化，人们忘记了植物带来的积极作用，在生活中与植物日渐疏远。

人类每天都在污染周围的环境。这种污染是双重的。首先是来自人类自身的，众所周知，这是不可避免的——每天，每人要吸入600升氧气，呼出500升二氧化碳。其次是来自人类使用的日常物品的。这一点是潜在的，不可见的，甚至不为人所知。这就是来自生活中多种污染物的放射性污染，比如室内装饰画、壁纸、化纤地毯、油漆、含胶材料等。这种污染对于儿童、成人及老人的危害很大，可能引起头痛、疲劳、失眠、过敏、鼻炎、咽炎，等等。

多年以来，**在梦索花店**，我们致力于关注植物对身心健康的益处。我们努力研究这些益处，尤其是在净化室内空气方面的功效。这些研究确认了植物对改善室内环境的积极作用。

植物确实已经成为广为人知的自然环境吸尘器。在家庭、办公室或者公共场所摆上植物，能够有效地减少苯、甲醛、三氯乙烯等化学污染物，这些污染物又称挥发性有机化合物（VOC），是我们已经确定的环境侵略者。它们来自壁画、化纤地毯、壁纸、油漆、含胶材料、家用产品等生活的各个角落。除了净化空气，植物还能部分吸收计算机、电话、微波炉等家用电器释放的电磁辐射，这对减少工作环境及生活住所的压力和噪声非常有效。我们可以将植物摆放在任何场所（客厅、厨房、卧室、会客厅、浴室、梳妆室、办公室、工厂、车库……），因为无论它们在哪儿，都能改善我们的生活品质。



梦索 (Monceau Fleur) 花业集团的花店每年总共销售将近3亿盆花草植物。我们有义务尽可能广泛地向公众普及相关知识，在花店中提供了宣传手册，以帮助消费者选择适合他们的植物。这份抗污染植物的实用指南，是为了更好地与我们所关心的大众沟通。希望这本册子能够帮助那些喜爱用植物装点室内环境，提高生活品质的人，更好地利用植物给我们的生活所带来的益处。

我们比以往任何时候更需要氧气：植物是我们抗压力和抗污染的秘诀，也是我们保持健康和生活品质的好帮手！

洛朗·阿马尔 (Laurent Amar)

梦索花业集团总经理

www.monceaufleurs.com

室内植物种植

生长良好的植物可以使室内环境变得生机勃勃，同时也可以净化空气。只要我们提供一个良好的环境，它们就可以呼吸、汲取养料、成长、开花、繁殖。相反，如果环境不好，它们就会变黄、枯萎，甚至死亡。我们应该给植物多一点关心，它们可以回报给我们新鲜的空气，还能清除室内绝大部分空气污染物。

我们应该如何把室内植物种植得更好？

> 第一，要提供一个它们真正需要的生存环境，那样才有长久存活的可能。例如，一株热带兰花全年需要的最低生存温度是18℃，所以一间拥有良好供暖的公寓很适合它生长。但如果将它放在一个全年阴凉的房间中，它会停止长叶开花。而相反，橘树却能在一个冷温室里生存得很好，因为冬天公寓里的暖气会使橘树遭受寄生虫的侵害，最终干枯死亡。因此最初的选择是至关重要的。

> 第二，一旦植物被搬回家中，我们就应该经常考虑它们的需要。因为家具或者不同的装饰都会对它们产生影响。其实很多植物并不需要特别的照顾，也可以保持健康，我们每周只需要花费一点点时间就足够了。

浇水

> 给植物浇水的频率和浇水的总量应该随着季节和品种的不同进行调整。但基本原则是：保持规律性。

我们应该怎样浇水呢？

> 浇水的最大问题依然是方法：从植物上方浇水有一定的风险，会给植物带来水压。因为腐殖土干燥的

速度特别快，随即土层会收缩。下去的水很快就会渗入土里，然后迅速流入花盆底下的托盘，使腐殖土没有时间膨胀。所以我们浇的水只有很少一部分被植物吸收，导致它们慢慢丧失活力。

- 应该将水直接倒在土层表面各处，特别是大花盆，使腐殖土快速潮湿，同时植物的侧根也能充分吸收水分。

- 应该分两次浇水，每次水量相同。第一次使土层膨胀，5分钟之后浇第二次水，这样，水就可以真正被根部吸收。

- 将花盆完全浸入水中（当花盆不是特别大时）。可以偶尔这样做，将花盆浸入一大盆水中，整个土层都能保持潮湿。这种方法可以代替浇水，并且能迅速弥补多次遗忘浇水后造成的水分缺失。

我们应该浇多少水呢？

> 这完全取决于植物类别和季节。一些植物在冬天需要休眠，我们需要减少浇水的频率。而一些植物全年都在生长，不论冬夏，给他们浇水的频率应该是一样的。

- 应该完全遵循每株植物的栽培建议。
- 在生长淡季，我们可用手指触摸土层，或者伸入



花盆边缘来感受土壤的潮湿程度。这个方法有助于我们更好地掌握植物对水的需求。

> 过多的水会造成植物根部缺氧。植物的根在花盆内有限的空间里生长，如果腐殖土被过多的水分堵塞，就会出现问题。残留在托盘中的水会通过根须重新进入土层，阻止土里的空气循环。长期处于这种潮湿的环境中，植物的根会慢慢腐烂。

- 如果花盆的托盘中没有装陶粒，那么就需要定期倒掉渗入托盘里的积水。

- 尽量避免在阳光下给植物的叶子喷水。

- 通常早上给植物喷水。如果某些植物需要一个

小贴士

注意空气的湿度！很多室内植物都来源于每年至少有一个季度气候温暖潮湿的国家。因此我们应该经常对树叶喷水，弥补空气中湿度的缺乏，特别是在冬季开过暖气后。和夏天相比，同样的温度下，暖气会使室内空气变得更为干燥。

较凉爽的夜间温度，则最好在晚上给它们喷水。

- 将喜潮湿环境的植物放置在一层潮湿的陶粒上。陶粒应该放在一个深的大托盘中，相对比较厚，以保证花盆底部接触不到托盘中的水。

换盆

>在花盆中栽培植物，需要常常给花盆更换新土，增加更多营养成分。不同植物种类的需要应与不同的土壤结构相适应。这种新的培养基土可以取代植物自然生长的土壤，因此它必须具有土壤的原始状态。以腐殖土为基土，我们还需要混合其他的东西，比如灌木叶腐殖土、泥炭、腐叶、河沙和松树皮等。

- 购买质量较好的腐殖土，因为植物至少要在这些土里存活一年。

- 选取一种适合植物品种的腐殖土。如果要培植一些特别的植物，它们需要的土也很特殊（比如天轮柱、兰花等）。

小贴士

在户外，植物可以充分地享受它们原产地的风水和气候。但是如果它们从小就被种植、生长在温室里，然后移入居室内，对外部气候条件的免疫力就会下降，因此需要一个相对密闭的空间环境。一点点变化都会对植物造成影响，甚至导致枯萎。在开窗透气的时候，应该尽量避免穿堂风，特别是冬天，内外部的冷热温度变化都会迫使植物产生应激反应，从而出现落叶。

- 当窗户打开时，房门应该紧闭。
- 不要把花盆放置在窗户后面，因为在冬天的室内容易出现冷气流（冷壁效应）。

- 将植物换入一个坚固稳定的花盆中。花盆的尺寸应适合植物的生长规模。这样效果更美观，而且盆株也不会有倾倒的危险。

- 一旦将植物买回家，应立刻给它换盆：一般来说，在一年内植物将持续生长，最初的花盆对它来说太小了。并且，这个花盆中只含有很少量营养稀少的混合盆栽土。因为实际上，在我们买回它之前，这棵植物的营养仅仅来源于一滴滴稀释后的肥料。

施肥

>含土量太少的盆栽种植会使植物缺乏足够的养料来维持一年的生长，更别提几年的时间。因此在生长季节给植物施肥必不可少。当植物进入休眠期时则应该停止施肥。但是全年生长的植物，就需要持续施肥。

- 将可溶肥料充分稀释在浇灌的水中，为了避免肥料灼烧植物的根部，用量要控制在包装袋上的建议剂量以下。也正因为如此，最好不要直接在干燥的土壤上施用稀释肥料，通常的做法是先将土壤浇透。

- 换盆时，应该混合几粒缓释肥料撒在腐殖土底部，以便给植物补充营养。

合适的摆放位置

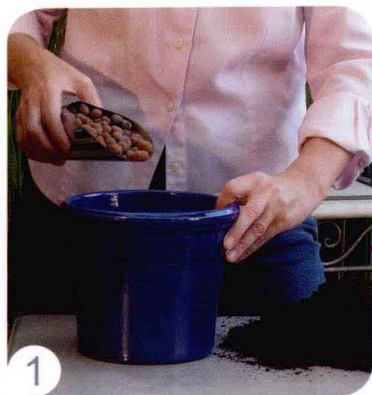
>弃置在衣柜顶层、橱柜或者搁物架上的植物不能得到充足的阳光。另外，如果我们没能正确地浇水，也不能及时倒掉托盘里的积水，它们就会很快枯萎，最终死亡。

- 我们应该将花盆放在方便接近的地方，以便更好地照料植物。

>即使是放置在计算机后面、电视屏幕旁边，或者一组音响附近的植物，也应该在目光所及之处；如果被遮掩，我们可能很快就会忘记它们的存在。

- 如果我们经常忘记给植物浇水，就应该换个摆放的位置，因为忘记浇水的原因通常是我们看不到这盆植物。

如何换盆?



1 取一个直径比原先花盆大2~3厘米的新花盆,在底部铺上2~3厘米的陶粒层,这样可以更好地排水。随后继续给底部铺上合适的腐殖土。

2 将植物从原先的花盆中小心地挖出。仔细整理土层表面的须根,之后将取出的植物放入新的花盆,保持刚取出的土块表面略低于花盆边缘,这样可以方便浇水。

3 之后用腐殖土填满土块边缘和花盆的空隙,并用指尖压实。

4 充分浇水。在第一次浇水后等待土壤变得密实,之后再补充(缺失的)水分。同时我们也可以在表面放置陶粒或者小的细碎石层,以防止水分快速蒸发。

光照

>大部分室内植物全年都需要充沛的光照,以便它们的枝叶更好地生长,吸收二氧化碳,释放氧气,同时其细胞数量在光合作用的过程中也在不断增长。

>在夏季,除了天轮柱可以暴晒在室外阳光下,很多植物的枝叶不能接受阳光的直射。因为这些植物在其原产地,都生长在大型树木的枝叶下,或者是在多云的热带气候和亚洲高山气候下,通常不会受到阳光的直射。

•为了使光线变得柔和,同时保护植物不被直射光线烧坏,我们应该在室内挂上薄纱窗帘。

>在冬季,植物需要同样多的光照。但在我们生活的环境中,每年都会有4~5个月的阴沉天气,使得植物接受光照的时间严重缩短。这时灯光就可以满足少部分光照需要,特别是在办公室的灯光环境下。但如果是在家里,当我们外出时,就不能全天都保持开灯状态。

•把花盆放置在窗户或者玻璃门窗前。



消除污染的植物

空气质量的重要性正逐渐被人们重视,但是认识的时间还很短。据证实,空气污染已经越来越严重,而污染的源头来自工业制造和日常生活排放的废气,以及建筑、装修房屋材料挥发的有害气体。胶水、涂料、油漆、绝缘材料、保养及处理木材的产品等,都是污染的重要来源。现在,很多室内家具、家具绒、纺织品及合成材料,都会不同程度地散发出复合有机挥发物(VOC),严重危害我们的健康。来自法国住房与空间研究中心的结果显示,一直以来,室内污染指数比起室外污染指数都要高得多!

法国科学研究中心同期研究结果显示,植物在吸收有害气体方面有着不可忽视的能力。在室外,它们帮我们吸收着大量的烟尘和有毒尾气;而在室内,它们承担着相同的责任,为我们消除各种有机复合挥发物(VOC)。

植物能净化室内的空气

空气主要污染物含量水平的测试证实了室内植物在消除污染气体方面拥有卓越能力。几乎所有的植物都能吸收甲醛这个首要污染物。除此之外,大部分植物都具备吸收其他污染物的能力,比如苯、甲苯、二甲苯及氨。这样一来,本来只作为装饰品的植物,还扮演着保护我们健康的重要角色,也让我们的生活更舒适。当然,如果我们能尽量减少室内污染源,会更好。

净化空气,一棵植物足矣

我们可以根据室内面积来准备房间内的植物。已有的研究结果并没有具体给出每棵植物可以净化多少体积空气的参考数值,因为植物净化空气的能力会根据其大小、种类、摆放的地点和种植条件的不同而有所变化。众所周知,当将植物移植到一个新的地方,首先需要一周的时间来适应新环境,然后才开始吸收有害气体。随着植物的不断生长,它的净化能力

也在增强。因此,正在茁壮成长的植物比幼小的植株净化功能更强。同时值得注意的是,应该经常留意植物的健康状况,除非万不得已不要使用杀虫剂。只有当植物生长条件恶化时,蚜虫、粉虱、螨虫等害虫才会出现。为了改善这些情况,可以使用杀虫剂将这些寄生虫一次性除去。



叶在植物净化环境过程中有重要作用

