

## 室内养花与健康 不能不知道的秘密

养花是一个很需要爱的生活习惯。花真的就像孩子一样，离不开关心呵护，却也需要给它成长的空间。满心期待，悉心照料，当它开花的时候，会觉得整个世界都是灿烂的。不仅如此，养花其实是有许多学问的，也有许多需要注意的地方。

■ 吴笑文/整理



### 有些花在室内慎养

**丁香、夜来香:**丁香、夜来香在夜间能散发刺激嗅觉的微粒，对高血压和心脏病患者有不利影响。

**夹竹桃:**夹竹桃的花香能使人昏睡、智力降低。

**洋绣球:**洋绣球散发的微粒会使人皮肤过敏发生瘙痒。

**郁金香:**郁金香的花朵有毒碱，过多接触易使人毛发脱落。

**水仙花:**如果不小心弄破水仙花的鳞茎，因为它里面含有拉丁可毒素，叶和花的枝叶接触到人后会导致皮肤红肿。

**一品红:**一品红也是一种毒性很强的花卉，全身都是毒，特别是茎叶里的白色汁液能引起人体皮肤红肿，产生过敏反应；人若误食了其茎叶，还会有中毒死亡的危险。

**松柏类:**松柏类花木散发出的油香，会影响人的食欲。

**万年青:**万年青叶色特别，观赏价值较高，但是它的花叶内含有草酸和天门冬素，其枝叶的汁液具有很强的毒性，一旦触及皮肤，奇痒难熬。它的果实毒性更大，误食后会引出口腔、咽喉肿痛，甚至伤害声带，使人声哑，被称为“哑巴草”。

### 有些花适宜室内养

当然，有些花就很适合在室内养，可以很好地改善室内环境。

**吊兰、芦荟:**可消除甲醛的污染，净化空气。

**龟背竹:**在夜间有很强的吸收二氧化碳的作用，比其它花卉高6倍以上。

**美人蕉:**对二氧化硫有很强的吸收性能。

**石榴:**能降低空气中的铅含量。

**海桐:**可以吸收光化学烟雾，还能防尘隔音。

**石竹:**有吸收二氧化硫和氯化物的本领。

**月季、蔷薇:**这两种花卉能较多地吸收硫化氢、氟化氢、苯酚、乙醚等有害气体。

### 养花亦可“对症下药”

有时候，花本身就可以使人更加健康。

**虚体弱，患有慢性疾病——人参**

人参一年可观赏三季。春季，人参萌发的嫩芽向下弯曲，犹如形态可掬的象鼻由土中拉出；夏季，伞形的花序上开满白绿色诱人的花朵；秋季，粒粒红果衬着绿叶尤为悦目清心。人参的根、叶、花、种子皆可入药，对强壮身体、调理机能神奇的效果。

**患有风湿、脾胃虚寒——五色椒**

五色椒果色鲜艳，点缀在绿叶中，灵巧可爱，可以单株培植于小盆中或数株合植于稍大的盆中；全草药，根茎性温、味甘，能祛风散寒，舒筋活络并有杀虫、止痒功效。

**患有肺结核——百合花**

百合花形姿高雅，鳞茎与花除食用外，入药可镇咳、平惊、润肺。

**患有高血压、小便不利——金银花、小菊花**

花朵装填香枕，冲水泡饮，有清热解毒、降压清脑、平肝明目之效。

除此之外，凤仙花质朴秀雅，种子煎膏外搽，可治麻木酸痛，取全株内服及捣碎外敷，能治蛇毒。花外搽可治鹅掌疯，又能除狐臭；仙人掌千姿百态，药性寒苦，可舒筋活血、滋补健胃，对动脉硬化、糖尿病、癌症等有一定的药理作用；米兰、茉莉花香气袭人，可熏香茶，米兰枝叶可治跌打损伤，茉莉的叶、花入药可治感冒、肠炎。



## 漫赏蝴蝶独品兰

■ 贾美芳

“这是啥花？开得这么好看！”“蝴蝶兰。”朋友站在窗前，眼睛直直地顶着窗台上的一盆蝴蝶兰赞不绝口。手也不闲着，轻轻地扶着长长的茎干，鼻子蹭在花朵上，一次次深呼吸：“这花儿还有香味呢，真香！”

爱人喜欢养花，屋里室外到处都是。有开花的，有常年不见一朵花的各种绿植，仙人掌科的各种各样，应有尽有。我家被好多来过的人称为“小花园”。有一天，爱人捧着一盆花回来，放在院子里，用喷水壶喷来洒去。一会儿端进屋子里，一会儿又端出去，忙个不停。对于他的这些摆弄，我早已习以为常。最后，还是放在窗台上，给这盆花安家了。

蝴蝶兰，是爱人心心念念的花。有几次，我陪他逛花市，他都蠢蠢欲买了，当他一问价格，又无奈地跟着我走回来。我是不支持他买花的，“自己养出来的花才有成就感。”这是我不舍得让他花钱买花的理由。他干脆来个先斩后奏，径直抱回一盆开着一串花的蝴蝶兰。

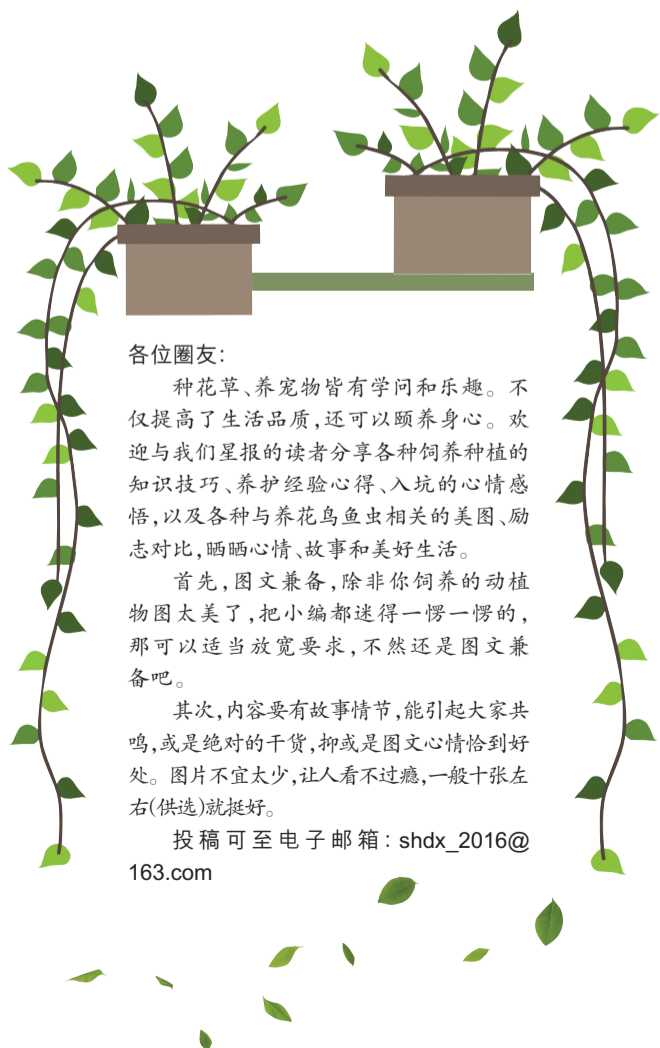
蝴蝶兰，开在一根高高的茎干顶端。五个粉紫色的花瓣分两层叠加，下层三片成“三国鼎立”，上层两片展开成蝴蝶的一对翅膀。中间的两片小花瓣像两个拢在一起的小小扇贝，黄色的花蕊下，伸出两片尖形的花瓣，恰似蝴蝶的两根触须。六朵水灵灵的蝴蝶兰，开成一串粉紫，像六只蝴蝶翩翩成行，显得热情奔放，清新脱俗，又给人一种端庄秀丽之感。引得亲朋好友，无不驻足观赏，夸赞一番。怪不得有诗云：“幽香疑是出琼瑶，粉紫嫣红拥绿蕉。应是容妃沁汗舞，翩翩彩蝶竟来朝。”

蝴蝶兰，还有个美丽的传说。“从前，一个清幽出尘的山谷中有一潭清幽的池水。一只孤独而寂寞的蝴蝶

翩跹而来，渐渐被这个空谷小池吸引，一时间分不清楚是现实还是梦境。这天晚上，天空划过一颗流星，蝴蝶便许下了自己的愿望——但愿在清风荡漾之时，晨露凝结之际，化作一颗种子，永远守护这座空谷。流星一闪而过，待春光烂漫的时候，真的就萌发出了幽艳的蝴蝶兰，娇艳美丽的蝴蝶兰开满了整个山谷，仿佛千百只翩跹的蝴蝶正在守护着这幽幽空谷。”

我仔细欣赏着这美丽的花朵，顺着长长的、棕黑色的茎干往下看，我有点惊讶。厚厚的叶子有点旧绿，匍匐在花茎底下。四片叶子尖端都已泛黄，其中有一片叶子还撕裂开了，但不失庄重。凝视着这些叶子，不由让我心生敬畏之心。也许，这几片叶子，是耗尽了所有的精华，才得以开出这样美丽的花。一串鲜艳的花朵绽放枝头，被欣赏、被夸赞、被无数文人墨客写成诗、做成画，又有谁会注意这默默无闻的叶子呢？在这默默中，我仿佛看到了叶子和深埋泥土里的根。仿佛看到了无数的父母，他们不就是这老成，略带伤痕的叶子和根吗？为了孩子的成长，为了孩子以后能有个美好的前程，添了皱纹，多了白发，腿罗圈了，腰累弯了，毫无怨言，一任把自己的血汗精华，输送给孩子们。看到孩子健康快乐地成长，能取得一点点成就，脸上的条条沟壑就开成了菊花。

“庸人只爱枝头媚，漫赏蝴蝶独品兰。”蝴蝶兰的花语——我爱你，幸福向你走来。父母的爱，在心血慢慢耗尽的过程中，用勤劳的双手，把孩子高高举起，尽最大能力给孩子创造最大的幸福。我爱蝴蝶兰的花，更爱这把花高高举起的茎、叶、根。



各位圈友：

种花草、养宠物皆有学问和乐趣。不仅提高了生活品质，还可以颐养身心。欢迎与我们星报的读者分享各种饲养种植的知识技巧、养护经验心得、入坑的心情感悟，以及各种与养花鸟鱼虫相关的美图、励志对比、晒晒心情、故事和美好生活。

首先，图文兼备，除非你饲养的动植物图太美了，把小编都迷得一愣一愣的，那可以适当放宽要求，不然还是图文兼备吧。

其次，内容要有故事情节，能引起大家共鸣，或是绝对的干货，抑或是图文心情恰到好处。图片不宜太少，让人看不过瘾，一般十张左右(供选)就挺好。

投稿可至电子邮箱：shdx\_2016@163.com