

Целебные свойства комнатных растений.

Не всем известен тот факт, что назначение комнатных растений - не только в создании уюта. На самом деле наши «помощники» с подоконника способны очищать в помещениях воздух от токсических веществ, выделяемых пластиковыми покрытиями, лаками, аэрозолями, клеем, моющими средствами и синтетическими смолами.

Целебные свойства комнатных растений дополняет и их способность поглощать вредные для человека электрические и магнитные поля от бытовых приборов. К тому же благодаря им воздух в квартирах и в офисах наполняется тончайшими ароматами, которые мы подчас не ощущаем, но которые оказывают благотворное влияние на сердечную деятельность человека, помогают бороться с бессонницей, а также обеззараживают воздух от бактерий и вирусов.

- Настоящий чемпион среди комнатных растений по своей пользе – хлорофитум. Он может ослаблять действие кислот азота даже в тех помещениях, где в течение нескольких часов работал газосварочный аппарат, а также поглощает выделяемый синтетическими теплоизоляционными материалами формальдегид и очищает воздух от вредных патогенных частиц. Причем такие способности хлорофитума оказываются сильнее, если в цветочный горшок добавлен активированный уголь. К тому же целебные свойства хлорофитума связаны и с бактерицидным эффектом. Ученые установили, что в течение 24 часов это растение способно практически полностью очистить воздух от вредных микроорганизмов в комнате средних размеров.

- Пеларгонию, или комнатную герань, можно назвать живой аптекой. Ее листики могут стать первой доврачебной помощью. Так, если человек простудил ухо, листики этих комнатных растений можно вернуть трубочкой и вложить в слуховой проход. Это даст ощущение

тепла и облегчение. Пеларгония выделяет в окружающую среду биологически активные вещества, которые уничтожают стафилококки и стрептококки. По мнению итальянских ученых, герань к тому же умеет обезвреживать энергетически патогенные зоны. А доктора с ее помощью определяют больных людей следующим способом: если запах растения человеку неприятен, то он здоров, если нравится – то перевозбужденная нервная система пациента нуждается в лечении. Целебные свойства герани заключаются в том, что соединения ее листьев помогают людям, которые их вдыхают, успокаиваться. Это особенно важно при неврозах, стрессах, бессоннице. Именно поэтому специалисты советуют выращивать пеларгонию в спальне.

- Каланхоэ приносит пользу, если при воспалениях в ротовой полости или в горле его жевать. А если снять с мягких листьев растения прозрачную кожицу и приложить влажной стороной к коже, они помогут вылечить ожоги, порезы и нарывы, обеззаразят раны и укорят их заживление.

- Пестролистная диффенбахия – это еще один «очиститель воздуха» в наших домах. Диффенбахия спасает от токсинов, поэтому ее хорошо держать в тех комнатах или офисах, окна которых выходят на крупные промышленные предприятия или оживленные автотрассы. Однако при пересадке стоит соблюдать осторожность. Сок диффенбахии может обжигать слизистые.

- Фикус, плющ, драцена, аглаонема также имеют фитонцидные качества, то есть очищают воздух. Однако у аглаонемы после периода цветения могут образовываться небольшие красные ягоды. Они ядовиты, поэтому аглаонеме лучше не выращивать в домах, где живут маленькие дети и домашние животные. Среди других зеленых антисептиков самой полезной и неприхотливой является драцена душистая. Чтобы это растение лучше развивалось и дарило вам свои

целебные свойства, его хорошо время от времени купать под душем, удаляя с листьев пыль.

- Лавр благородный. Этот вечнозеленый кустарник сейчас выращивают в домашних условиях редко, и совершенно напрасно. Он выделяет вещества, которые убивают бактерии и вирусы, в частности, туберкулезную палочку. Немногие знают, что в Европе лавр изначально выращивали исключительно как лекарственное растение, а затем его начали использовать и кулинары в качестве пряности. Еще Авиценна писал о том, что листья лавра облегчают боль в суставах, снижают одышку и напряжение, а кора и ягодки сине-черного цвета способны выводить из почек и печени камни. Особенно полезен лавр для людей с сердечнососудистыми заболеваниями и спазмами желчных путей и кишечника. И хотя это растение считается капризным, на самом деле оно хорошо растет в деревянных кадучках, в почве из равных частей торфа, земли и песка.

- Кактусы и прочие суккуленты. В большинстве своем они являются выходцами из Чили, Перу и Мексики. Специалисты считают, что эти растения могут не только убивать микробы, но и снижать уровень ионизации воздуха, а также защищать человека от вредного электромагнитного излучения. Так что лучшее место для кактусов – возле монитора компьютера или телевизора.

Комнатные растения могут и повышать влажность воздуха. Особенно это необходимо зимой и полезно для слизистых, кожи и для сопротивляемости нашего организма к инфекциям. Влаголюбивые цветы, как правило, возвращают влагу через мясистые сочные листья. Примерами таких растений служат цикламены, фиалки, папоротники. Повышать влажность способны также гибискус, папирус, азалия, нефролепис.

Чтобы в домашнем микроклимате снизить содержание химических веществ, на подоконнике можно выращивать хамедорею, алоэ,

хлорофитум, драцену, хризантему, плющ, фикус, филодендрон, нефролепис, диффенбахию.

Полезными обеззараживающими свойствами обладают лавр и пеларгония. А для снижения вредной ионизации подходят кактусы и суккуленты.

И наконец, на подоконнике можно круглый год выращивать лук и чеснок. Даже если вы не планируете употреблять эти полезные растения в пищу, можно вдыхать выделяемые ими фитонциды. Для этого можно отдать предпочтение пышным декоративным сортам, они не только принесут пользу, но и станут эффектным и оригинальным украшением кухни.