第一图书网, tushu007.com

<<拈花惹草也健康>>

图书基本信息

书名：<<拈花惹草也健康>>

13位ISBN编号：9787537535717

10位ISBN编号：753753571X

出版时间：2008-8

出版时间：河北科技出版社

作者：徐晔春，孙光闻　主编

页数：138

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

花卉是大自然的精华，在快节奏的现代社会，越来越多追求生活质量和身体健康的人们，用五彩缤纷、芳香四溢的花卉装扮居室，美化环境，愉悦心情。
花卉与人类的生活息息相关。
花卉除具有观赏价值外，还有很多功能，如药用、食用、茶饮、香熏、提制精油等，有的花卉还具有较强的净化空气的能力。
为帮助广大读者科学刊用花卉，我们特编写了这本小册子。
本书分为六部分，导语部分简要介绍了花卉与生活、健康的关系。
第一章介绍了吸收有害气体花卉。
现代家庭装修过程中，有些材料可能会散发出甲醛、甲苯等有害气体，危害人体健康。
本章从花卉的功能、习性及应用等方面介绍了一些常见的吸收有害气体能力较强的花卉，让广大读者对吸收有害气体的植物有个全面了解。
第二章介绍了宜赏宜食的花卉。
花卉食用在我国有着悠久的历史，目前用花卉做原料的保健品和食品越来越多.如用花卉制作糕点、花酒、花醋、茶饮、果脯等，食用花卉已成为一种消费时尚。
本章从花卉的食用方法及注意事项以及花卉的习性、齐护和应用等方面进行阐述，满足读者做一把都市花农的愿望。
第三章介绍了一些常见药用花卉。
花卉入药在我国有着悠久的历史，可药用的花卉对一些常见病、多发病都具有一定的疗效。
本章从药用花卉的功效、小验方以及花卉的习性、养护、应用等方面加以介绍，读者可在自家的阳台、天台或室内种植几盆药用花卉，既可欣赏、食用，又可以强身健体，可谓一举多得。
第四章介绍了近年来兴起的芳香植物。
芳香植物可用于沐浴、熏香、食用、药用、观赏等，早在唐代杨贵妃就已利用芳香植物沐浴了，说明我国芳香植物的应用历史非常悠久。
家栽芳香植物，已是城乡居民的一种时尚，芳香植物既可观赏，又可愉悦身心。
第五章介绍十几种常见的有毒花卉，着重从中毒症状及家庭养护注意事项方面进行阐述，让读者对有毒植物有充分的认识，使大家能理性地看待有毒花卉。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

花卉是大自然的精华。
在快节奏的现代社会，越来越多追求生活质量和身体健康的人们，用五彩缤纷、芳香四溢的花卉装扮居室、美化环境、愉悦心情。
花卉与人类的生活息息相关。
花卉除具有观赏价值外，还有很多功能，如药用、食用、茶饮、香熏、提制精油等，有的花卉还具有较强的净化空气的能力。
本书从花草与健康的关系入手，阐述了吸收有害气体花卉、宜赏宜食花卉、药用花卉、芳香植物的习性、功能、应用、养护等知识。
同时，对常见有毒花卉的种类、中毒症状、家庭养护注意事项等知识进行了阐述。
使您在养花的过程中，能够愉悦心情、强健身体，使您的生活更加绚丽多彩。

书籍目录

导语——花卉与健康第一章　室内清道夫——吸收有害气体花卉 吊兰 牵牛花 石竹 仙人掌 鸡冠花 紫罗兰 虎尾兰 龟背竹 山茶花 一叶兰 天门冬 月季　君子兰　晚香玉第二章　宜赏宜食——食用花卉　库拉索芦荟　百合　金针菜　量天尺　火龙果　菊花　荷花　木槿　木棉　茉莉花第三章　祛病健身——药用花卉　芦荟　凤仙花　森芙蓉　益母草　桑　鱼腥草　何首乌　桂花　金银花　石榴　无花果　枸杞第四章　香飘万家——芳香植物　薰衣草　罗勒　迷迭香　薄荷　紫苏　金盏菊　欧芹　旱金莲　蚊净香草　香叶天竺葵　鼠尾草　琉璃苣第五章　慎养花卉——有毒花卉　水仙　海芋　夹竹桃　石蒜　马利筋　苏铁　虎刺梅　变叶木　曼陀罗　半边莲　含羞草　木薯参考文献

章节摘录

第一章　室内清道夫——吸收有害气体花卉　　随着我国城乡居民生活水平的提高，人们对居住环境的要求越来越高，乔迁新居或居住时间长了之后，都要对房屋进行装修。
装修时因选择了非环保的　　装修材料，会导致室内有害气体超标，污染严重，因有害气体导致住户中毒的事件也经常见诸报端。
据报道，广州珠江医院接受的儿童白血病患者中有1／3与家庭的装修污染有关，因此，防治室内污染已刻不容缓，国家及各省市也相继出台了《住宅室内装饰装修管理办法》或相关条例。
　　室内主要污染气体有：　　1．氨：氨是一种具有强烈刺激性气味的有害气体，对人体危害极大，对皮肤组织具有腐蚀作用，并能吸收人体组织中的水分，使蛋白质变性，破坏细胞膜结构等。
氨释放较快，不会在空气中长期积存。
氨主要来源于混凝土中的防冻剂及室内部分装修材料，如有些家具涂料使用的增白剂和添加剂中含有氨。
　　2．氡：氡是由镭衰变产生的天然放射性惰性气体，无色无味，在常温下，氡及氡衰变产物氡子体在空气中形成放射性气溶胶，易被呼吸系统截留，经积累后易诱发肺癌。
另外，氡与人体脂肪有较强的亲和力，特别是氡进入神经系统后，危害更大。
氡主要来源于建筑材料，如花岗岩类的装修材料、水泥、石膏等，含有放射性物质较多的石材更容易释放出氡。
　　3．甲醛：甲醛是一种无色易溶于水的刺激性气体，其水溶液为福尔马林，当室内甲醛浓度达到30毫克／米3时，可导致死亡。
甲醛能使蛋白质变性，有致畸、致癌的副作用，并对神经系统、免疫系统、肝脏等均有毒害作用。
甲醛是装修污染最常见、最严重的污染物。
甲醛主要来源于装修材料，如墙布、墙纸、化纤地毯、油漆、涂料等，在遇热及遇潮的情况下，逐渐释放造成室内污染。
　　4．苯：苯、甲苯及二甲苯均属于同系物，目前室内的装饰材料多用甲苯、二甲苯代替纯苯来制作各种胶、油漆，以及涂料及防水材料的溶剂及稀释剂。
长期吸入苯，可导致过敏性皮疹、、皮炎等，也可能导致再生障碍性贫血、月经异常、胎儿畸形、中枢神经系统障碍及发育迟缓等。
苯已被世界卫生组织确定为强致癌物质。
苯的主要来源也是装饰材料，苯及其同系物是油漆制造中不可缺少的溶剂的重要成分，也是涂料添加剂的主要成分。
　　……

编辑推荐

《拈花惹草也健康（彩色图文版）》由河北科学技术出版社出版。
以饮花来养生，以食花来保健，为爱花人士打造健康人生。
药用花卉、宜赏宜食花卉、芳香植物……一本关于花卉与健康的完全读本。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com