

# رمز و رازهای

# نگهداری از گیاهان آپارتمانی

از تار یخچه، مزایا، بهترین گیاهان آپارتمانی و چگونگی نگهداری شان در خانه گفتیم همچنین بامدیر اتحادیه گل و گیاه درباره پر فروش ترین گیاهان آپارتمانی گفت و گو کردیم



مجید حسین زاده | روزنامه نگار

## پرونده

محبوبیت گیاهان آپارتمانی، روز به روز در حال افزایش است و این روزها شما در هر خانه ای می توانید حداقل یک یا دو گلدان زیبای طبیعی ببینید که جذابیت خاصی به فضای خانه داده اند. نگهداری از این گیاهان نه تنها یک سرگرمی لذتبخش و مفرح است که فواید زیادی برای سلامت جسم و روان انسان ها دارد. باین حال اصول نگهداری از گیاهان آپارتمانی، ریزه کاری هایی دارد که اگر مورد توجه قرار نگیرد، باعث خشک شدن گل و گیاه خواهد شد. به همین بهانه و در پرونده امروز زندگی سلام درباره تعریف، تار یخچه، مزایای نگهداری و چگونگی مراقبت از گیاهان در خانه خواهیم گفت. همچنین با «غلامحسین سلطان محمدی»، مدیر اتحادیه گل و گیاه استان تهران و عضو اتحادیه سراسری تولید کنندگان گل و گیاه ایران گفت و گویی داشتیم که در ادامه خواهید خواند.



ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان رضوی

شنبه ۹ تیر ۱۴۰۳

۲۲ ذی الحجه ۱۴۴۵ • ۲۹ ژوئن ۲۰۲۴

شماره ۲۱۵۲۴

۲۷۴۳

در زندگی سلام امروز بخوانیم:

## آب سخت با موهای ما چه می کند؟

آب سخت چیست و برای جلوگیری از آسیب به موها چه کارهایی انجام دهیم؟

## اعتماد به نفس؛ افسانه یا حقیقت؟

هر فتر ممنوعه در مسیر موفقیت شغلی

## خاطره بازی | به یاد خونه های حیاط دار

با درخت های میوه

## اصلی ترین دلیل خراب شدن گیاهان آپارتمانی آبیاری زیاد است

مدیر اتحادیه گل و گیاه استان تهران و عضو اتحادیه سراسری تولید کنندگان گل و گیاه ایران از پر فروش ترین گیاهان آپارتمانی و رازهای نگهداری از آنان می گوید

«ما حدود ۱۵ هزار تولید کننده گل و گیاه و حدود ۸ هزار گونه گیاهی در کشور داریم.» غلامحسین سلطان محمدی، مدیر اتحادیه گل و گیاه استان تهران با این مقدمه درباره پر فروش ترین گیاهان آپارتمانی می گوید: «بیشترین گیاه آپارتمانی که این روزها در کشور به فروش می رود، سانسوریا است چون علاوه بر زیبایی، به تصفیه هوا و تولید اکسیژن هم در خانه کمک زیادی می کند. گیاه زاموفیلیا و بونسای وار داتی هم جزو پر فروش ترین هاست.»

### آبیاری گیاهان آپارتمانی را جدی بگیرید

«مجموعاً همه گیاهان آپارتمانی نور می خواهند. آن هایی که برگ سبز دارند، به نور کمتری احتیاج دارند اما آن هایی که برگ رنگی دارند، نور بیشتری می طلبند.» او ادامه می دهد: «بیشتر گیاهان آپارتمانی که مردم می خرد و خراب می شود، به خاطر آبیاری زیاد است. گیاه برای این که رشد مناسبی داشته باشد، باید بینیم چقدر به آب نیاز دارد. برای بعضی گیاهان هفته ای یک بار آبیاری کفایت می کند، بعضی هفته ای دوبار، بعضی ها آب کمتری می خواهد و .... در ضمن، درجه حرارت مناسب برای نگهداری گیاهان آپارتمانی نباید کمتر از ۱۵ درجه بیشتر از ۲۰ تا ۲۵ درجه باشد. گرما و سرما برای گیاه خوب نیست. در حقیقت گرما گیاه را خشک می کند و روشن شدن ضعیف خواهد شد و سرما هم گیاه را دچار سرمازدگی می کند؛ بنابراین دمای محیطی که گیاه در آن وجود دارد، باید معتدل باشد.»

### مگر می شود گل به دست کسی نیاید؟

مدیر اتحادیه گل و گیاه استان تهران درباره سختی های نگهداری از گیاهان آپارتمانی می گوید: «گیاه باید شناخته شود و اگر کسی می خواهد در کنار یک گیاه

زندگی کند باید رفتار و نیازهای آن گیاه را بشناسد. یکی از دلایل این که مردم در کشور ما اقبال زیادی به گیاهان آپارتمانی ندارند، این است که چندبار خریدند اما چون طریقه نگهداری اش را بلد نبودند، خراب شده است. بعد دلشان می سوزد و می گویند گل به دست ما نمی آید و دیگر نمی خردند! مگر می شود گل به دست کسی نیاید؟ گیاه با آدم زندگی می کند. اگر شرایطی را فراهم کنید که گیاه با انسان خوش باشد، انسان هم از دیدن آن انرژی خواهد گرفت.»

### نور آفتاب مستقیم برای گیاهان آپارتمانی سم است

او به یک اشتباه رایج در نگهداری گیاهان آپارتمانی اشاره می کند و می گوید: «هیچ کدام از گیاهان آپارتمانی به نور و آفتاب مستقیم نیاز ندارند بلکه فقط روشنایی کامل و نور غیرمستقیم می خواهند. گیاهان آپارتمانی در صورتی که در برابر آفتاب مستقیم قرار بگیرند، برگ هایشان می سوزد، خاک شان خشک شده و آسیب جدی می بینند.»

### دلایل آفت در گیاه آپارتمانی باید شناسایی شود

رئیس اتحادیه تولید کنندگان گل و گیاه استان تهران با اشاره به موضوع آفت زدگی گیاهان می گوید: «گیاهان آپارتمانی معمولاً در فصل بهار و پاییز آفت می زنند. وقتی هوا سرد و گرم می شود، آفت می گیرد. همچنین آفت در گیاه آپارتمانی نشانه این است که محیط نگهداری گیاه مناسب نیست یا نشان دهنده گرما یا سرمای بیش از حد است یا قارچی که در گیاهان ایجاد می شود، بعضاً به دلیل آبیاری زیاد و پوسیدگی ساقه گیاه است که باید این دلیل، شناسایی و سریع رفع شود.»

### بزرگ ترین سید گل جهان به نام ایران ثبت شده است

همین چند وقت پیش یعنی ۲۵ خرداد روز ملی گل و گیاه بود. از او درباره دلیل نام گذاری این روز به روز ملی گل و گیاه را می پرسیم که می گوید: «نام گذاری یک روز به روز ملی گل و گیاه در سال ۱۳۸۴ را ایزنی که اتحادیه گل و گیاه با وزارت جهاد کشاورزی انجام داد و نامه ای که به شورای عالی انقلاب فرهنگی زده شد، کلید خورد. پیشنهاد ما ۲۵ خرداد بود چون در این زمان، گل به میزان فراوانی در کشور یافت می شود. آن ها گفتند برای این که این روز در ذهن مردم بماند، باید یک کاری انجام بدهید. ما دیدیم در سال ۲۰۰۴ میلادی در آمریکا، بزرگترین سید گل دنیا را با ۶۰ هزار شاخه گل ساختند. ما هم تصمیم گرفتیم که هم رکورد آمریکا را بشکنیم و هم یک کار ماندگار انجام بدهیم. در سال ۱۳۸۵، روز شگاه سرپوشیده ۱۲ هزار نفری آزادی را ااجاره کردیم و در آن جا بزرگترین سید گل جهان را با ۲۰۷ هزار شاخه به نام اتحادیه گل و گیاه ایران ثبت کردیم. هدف از این روز، بررسی چالش های تولید کنندگان گل و گیاه و آشنایی بیشتر مردم با گل و گیاه است.»

### بهار و پاییز بهترین زمان برای خرید گل و گیاه است

او درباره بهترین زمان برای خرید گل و گیاهان آپارتمانی می گوید: «از برج ۱۱ هر سال تا اوایل تابستان سال بعد، زمان بسیار خوبی برای خرید گل و گیاه آپارتمانی است. اوایل پاییز هم که بخاری ها در خانه ها روشن می شود، زمان خوبی است. همچنین در این فصل ها گیاهان در حال رشد هستند و اگر دچار آسیب شوند، مجدد رشد خواهند کرد ولی در تابستان و زمستان رشد گیاه با کندی خواهد بود.»

### دما، نور، غذا، گفتمان و ...

از عضو اتحادیه سراسری تولید کنندگان گل و گیاه ایران می خواهیم در مهم ترین نکات درباره محیط نگهداری گیاهان خانگی اشاره کند که می گوید: «عواملی که باید برای نگهداری مناسب گیاهان خانگی مورد توجه قرار بگیرند، عبارتند از دما، نور، غذا، آبیاری مناسب و این که گیاه در جایی باشد که گفتمان صورت بگیرد. هر گیاهی هم شرایط و ویژگی های خاص خودش را دارد. مثلاً یک گیاهی مثل بنجامین اگر جایش را در خانه مدام عوض کنید، قهر می کند. به طور کلی، توصیه می شود قبل از خرید گل و گیاه، محیطی را که قرار است گیاه در آن نگهداری شود، برای فروشنده تشریح کنیم. میزان نور، دما و ... باید مشخص شود و از فروشنده بخواهیم گیاهی متناسب با محلی که در آن زندگی می کنیم، معرفی کند. توجه داشته باشیم گیاه، موجود زنده ای است و نیازمند نور، دمای مناسب، آب و غذاست و چنان چه به هر کدام از این موارد توجهی نشود، رشد چندانی نخواهد کرد.»

## مزایای نگهداری از گیاهان آپارتمانی

دلایل زیادی برای نگهداری از انواع گیاهان در خانه وجود دارد و نگهداری از آن ها مزایای زیادی دارد که در ادامه به چند مورد از آن ها اشاره می کنیم.

### ۱- جذابیت بیشتر دکوراسیون منزل

افزایش فضای طبیعی زیبا به گوشه ای از خانه، می تواند یک دکوراسیون ساده و بی روح را از این رو به آن رو کند. معمولاً رنگ سبز برگ های زیبای گیاهان آپارتمانی به هر دکوراسیونی می آید و می تواند سرزندگی و نشاط خاصی به محیط خانه بدهد. البته اگر غیر از رنگ سبز دنبال رنگ های دیگر هم باشید، گیاهان آپارتمانی شما را ناامید نمی کنند. می توانید گیاهان بنفش، قرمز، زرد، سفید و گیاهانی با برگ های چند رنگ بخرید. بعضی از آن ها گل های زیبایی می دهند که جذابیت دکوراسیون خانه را چند برابر می کنند.

### ۲- کاهش استرس

هر کسی که حتی یک بار به یک گلدان آب داده و به آن رسیدگی کرده باشد، تأیید می کند که رسیدگی به گیاهان آپارتمانی باعث آرامش روانی می شود. اگر استرس دارید، یکی از بهترین کارهایی که می توانید برای کاهش آن انجام دهید این است که یک یا چند گیاه آپارتمانی را در خانه نگهداری کنید. سرزدن به گلدان ها، آب دادن به آن ها، حتی تکثیر گل ها و هدیه دادن به دوستان و عزیزان، باعث می شود که از دغدغه های زندگی روزمره فاصله بگیرید و زندگی آرام تری را تجربه کنید.

### ۳- تصفیه هوای فضای بسته

موضوعاتی که توسط ناسا بررسی و روی آن تحقیقات متعددی انجام شده است، خاصیت تصفیه هوای فضای بسته توسط گیاهان آپارتمانی است. جالب است بدانید که بعضی از این گیاهان به تصفیه هوای داخل ساختمان کمک می کنند و با جذب ترکیبات آلی فرار از جمله بنزن، فرمالدئید و تری کلرواتیلن، آلودگی هوای داخل ساختمان را کاهش می دهند. در حالی که این مواد شیمیایی عموماً برای انسان سمی هستند، چنین آلاینده هایی بدون آسیب، توسط گیاه و میکروب های داخل خاک آن جذب می شوند.

۴- افزایش بهر موری یک گلدان زیبا می تواند بهترین هم اتاقی شما در محل کاری اتاق مطالعه و ... باشد. تحقیقات متعددی نشان داده است



## بهترین گیاهان آپارتمانی برای نگهداری در خانه

یاس و ... این گیاهان برای اتاق های پر نور، آشپزخانه های روشن، راهروهایی که پنجره دارند و ... مناسب اند.

**گیاهان مناسب برای محیط تاریک و کم نور:** زندگی در آپارتمان های کوچک که با ساختمان های بلند احاطه شده، باعث شده که بسیاری از ما در خانه های خود از نور آفتاب بی بهره باشیم. اگر خانه ای دارید که نور کمی می گیرد یا در ساعات بسیار کوتاهی از روز، نور دارد باید گیاهان آپارتمانی مخصوص محیط های تاریک را تهیه کنید که عبارتند از: سانسوریا سبز، گندمی، آگلونما همیشه سبز چینی، پونتوس، دیفن باخیا، قاشقی و ...

گیاهان آپارتمانی نیازهای متفاوتی دارند. بعضی از آن ها در محیط روشن و پر نور رشد می کنند و برخی دیگر در سایه هم دوام می آورند. نیاز آن ها به آب، رطوبت، کود و ... با هم متفاوت است. به همین دلیل باید گیاه را متناسب با شرایط محیطی که می خواهید در آن گلدان بگذارید، خریداری کنید.

### گیاهان مناسب برای محیط روشن و پر نور

اگر در خانه اتاق یا فضایی دارید که نور کافی دریافت می کند، می توانید گیاهانی را بخرید که به نور زیاد نیاز دارند. این گیاهان معمولاً در سایه دچار مشکل می شوند و عبارتند از: آلوتئورا، سیکاس، پاپیروس، سانسوریا ابلق، گل خطمی،



## تاریخچه نگهداری از

## گیاهان آپارتمانی

شاید فکر کنید در همین چند دهه اخیر که آپارتمان نشینی رشد فزاینده ای داشته، استفاده از گیاهان آپارتمانی در فضاهای بسته رایج شده است. اما جالب است بدانید که نگهداری گل و گیاه در فضای بسته، قدمت بسیار طولانی تری دارد. مصریان باستان و سومری ها گیاهان زینتی و میوه دار در ظروف تزئینی و گلدان های مخصوص پرورش می دادند. یونانیان باستان و رومیان، در ختان برگ بورا در ظروف سفالی می کاشتند. در چین باستان، گیاهان کاشته شده در گلدان بیش از ۲۵۰۰ سال پیش در باغ ها نمایش داده می شدند. چینی ها از حدود هزار سال قبل از میلاد مسیح از گیاهان در خانه هایشان با اهداف زینتی نگهداری می کردند؛ در این دوره گیاهان به عنوان نمادی از ثروت شناخته می شدند. با این حال، گفته می شود تا قرن هفدهم میلادی و تازمانی که یکی از متصدیان امور کشاورزی در آن دوره به نام «هیو پلات» کتابی درباره پرورش گیاهان در فضای سرپوشیده تحت عنوان «باغ عدن» را در سال ۱۶۵۲ به رشته تحریر

در آورد، پرورش

گیاهان خانگی

هنوز آن قدر رایج

نشده بود. اما با

گذشت مدت

نه چندان زیادی از

انتشار این کتاب،

گلخانه های

فراوانی با هدف

نگهداری گیاهان

غیربومی در

گوشه و کنار

شهرها و روستاها

سربرآورند.