

آشنایی با گیاهان آپارتمانی
مناسب برای محیط‌های اداری

هر روز گل باشید



طیبه سپهری اهرمی

مدیر مرکز آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی بوشهر



فاطمه محمدی

مدیر مرکز آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

مقدمه

تجربه شخصی همه ما و تحقیقات انجام شده نشان می‌دهد که وجود گل و گیاه طبیعی در محل کار باعث ایجاد روحیه مثبت، افزایش کارایی و کم شدن استرس کارکنان می‌شود. حتی داشتن یک گیاه کوچک بر روی میز کارمان و مراقبت از آن، می‌تواند حالمان را خوب کند. اما از آنجایی که گیاهان در حال پژمرده شدن هم اثر مثبتی بر محیط کار ندارد، بهتر است گیاهانی را انتخاب کنیم که علاوه بر مقاوم بودن، به خوبی با شرایط محل کارمان هماهنگ باشند.

شرایط گیاهان مناسب برای محل کار

گیاهانی که برای محل کار استفاده می‌کنید باید ویژگی‌های زیر را داشته باشند:

- همیشه سبز یا چهار فصل باشند.
- تا حد زیادی نسبت به شرایط متفاوت نوری و آبیاری مقاوم باشند.
- حشرات را به خودشان جذب نکنند.
- رایحه قوی نداشته باشند.
- ترجیحاً تصفیه کننده هوا و جذب کننده آلودگی‌های محیط باشند.

- نیاز به مراقبت زیاد مثل کوددهی و آفت کشی نداشته باشند.
- آلرژی زا نباشند.
- برگ خشک و زباله کمی تولید کنند.
- سرعت رشد زیادی نداشته باشند تا نیازی به عوض کردن گلدان نباشد.
- نگهداری آسان داشته و نیازمند توجه پایین باشند.
- گل یا گیاهانی که بروی میز کارتان قرار می‌دهید، در درجه اول نباید ارتفاع زیادی داشته باشد. همچنین اندازه گلدان آن باید کوچک باشد تا جلوی دید افراد را نگیرد.
- همچنین بهتر است از گیاهانی که برگ‌های آویزان و بزرگ دارند، استفاده نکنید تا فضا شلوغ به نظر نرسد و محیطی آرامش بخش داشته باشید.



تعدادی از گیاهان مناسب محل کار

عنکبوتی یا برگ گندمی^۱

گل عنکبوتی برای آن دسته افرادی که تازه کار هستند و تا به حال گیاهی را پرورش نداده‌اند یک گزینه بی‌نظیر است. این گیاه یکی از بهترین تصفیه کننده‌های هوا به شمار می‌رود.

آلوه ورا^۲

مراقبت و نگهداری از این گیاه بسیار آسان است، نیاز به آبیاری زیاد و نور مستقیم ندارد. این گیاه رشدی آرام دارد. به کم آبی مقاوم است و آبیاری باید کم باشد. همچنین دمای معمولی مناسب این گیاه است. غیر از قابلیت تصفیه هوا، ژل داخل برگ‌های آلوه ورا هم مفید است و زخم‌ها و سوختگی‌ها را درمان می‌کند.

سانسوریا^۳

سانسوریا گیاهی هست که به نور زیاد علاقه دارد ولی در نور کم هم می‌توان از آن‌ها نگهداری کرد. این گیاه از تصفیه کنندگان قوی هواست و می‌تواند در طول شب

دی اکسید کربن را به اکسیژن تبدیل کند. این گیاه به خاطر تولید اکسیژن در طول شب، محیط کار شما را هر شب برای شروع یک روز پر انرژی آماده می‌سازد. سانسوریاها می‌توانند در محیطی که هیچیک از گیاهان توانایی رشد ندارند به رشد و بقای خود ادامه دهند. آن‌ها می‌توانند در حمام‌ها و مناطق تاریک نیز براحتی به رشد خود ادامه دهند.

فیلودندرون^۴

انواع مختلفی از خانواده فیلودندرون وجود دارد. یکی از مقاوم‌ترین گونه آن‌ها فیلودندرون برگ انجیری است و براحتی در هر محیطی که قرار بگیرند سازگارند. در تحقیقات ناسا فیلودندرون به عنوان یکی از بهترین گیاهان در از بین بردن فرمالدئید شناخته شده است. به خصوص در شرایطی که غلظت فرمالدئید بالا باشد. چون این گیاه می‌تواند یک عامل موثر در از بین بردن فرمالدئید باشد.

اسپاتی فیلوم^۵

این گیاه هم از گیاهان تصفیه کننده هوا است که برگ‌های

1. Spider Plants 2. Alovera 3. Sansevieria 4. Philodendron 5. Peace lily

کاکتوس

پوتوس

پاندانوس

دراسنا

زامیفولیا



پاندانوس^۲

پاندانوس یا برگ خنجری گیاهی کم توقع مناسب فضاهای اداری ماست. دقت کنید از قرار دادن گلدان ها در معرض نور مستقیم خورشید، خودداری کنید. نور مستقیم خورشید سبب زرد شدن برگ ها و توقف در رشد گیاه می شود.

زامیفولیا^۴

گیاهی با برگ های سبز پررنگ یا سیاه، که علاوه بر زیبایی، پاک کننده هوا نیز هست.

دراسنا^۵

این گیاه با این که تا سقف بالا می رود اما بسیار جمع و جور است و فضایی را اشغال نمی کند. دراسنا همچنین برای از بین بردن سموم خانگی یا همان فرمالدئیدها مناسب است.

سبز براق و گل های قاشقی سفید رنگ دارد. این گیاه بسیار مقاوم است و علاوه بر سبز بودن گلدهی نیز دارد.

انواع کاکتوس کوچک و ساکولنت^۱

کاکتوس و ساکولنت ها شناخته شده ترین و متداول ترین گیاهان اداری هستند که در صورت دریافت نور کافی گیاهان بسیار مناسبی برای محل کار هستند و تنوع مدل و رنگ زیادی دارند.

پتوس^۳

پتوس با قابلیت پاکسازی و از بین بردن بنزن، مونوکسیدکربن و فرمالدئید یک گیاه مؤثر در تصفیه هوای خانه به حساب می آید. این گیاه زیبا و مقاوم به دلیل رشد خوب، نگهداری و تکثیر آسان یکی از محبوب ترین گیاهان تصفیه کننده هوا محسوب می شود.

1. Cactus & Succulent
2. Pothos
3. pandanus
4. Zamiifolia
5. Dracaen

• www.cafegoldoon.com • www.airtouch.ir • www.golestan.com • www.nazboo.com

منابع:

به این موضوع امتیاز دهید (۱۰۰). کد موضوع ۱۰۸۳ پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۱. نحوه امتیازدهی: امتیازده شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۸۰ - ۱۰۸۳)