

О пользе комнатных растений

*Подготовила воспитатель Сорока В.В.
Команда «Солнечный домик»
ГБДОУ д/с 141 Невского р-на
г. Санкт-Петербург
2022*



Известно, что комнатные растения обладают физическими свойствами, которые уничтожают бактерии. Как оказалось, комнатные цветы для здоровья полезны тем, что выделяют фитонциды, губительные для болезнетворных бактерий. Как оказалось, благодаря антибактериальным свойствам многих растений бактерии уничтожаются быстрее, чем от фитонцидов, содержащихся в чесноке.



Чистят воздух

Здоровье каждого человека во многом зависит

от качества воздуха.

Растения оказывают пользу и в этом случае.

Хлорофитум очищает воздух от бензола, формальдегида, оксида углерода и ксилола.

Все эти летучие органические соединения

попадают в наш дом

через мебель, ковры и обычные бытовые средства.





Обильно вырабатывают кислород
Все мы знаем, что, когда человек выдыхает углекислый газ, растения выполняют противоположное действие. Большинство растений производят кислород в течение дня, однако сансевиерия - одно из немногих комнатных растений, которые производят кислород и ночью.

Увлажняют воздух

Примерно на 10% воздух, которым мы дышим, увлажняется за счет растений. Дипсис (*Chrysalidocarpus lutescens*) - одна из самых популярных комнатных пальм. Дипсис насыщает воздух влагой, что особенно важно в зимние месяцы.



Дают приятный запах

Влияние комнатных растений на человека не исчерпывается тем, что они важны для здоровья. Польза комнатных растений еще и в том, что они способны создать позитивную атмосферу. Скажем, чтобы наполнить свой дом освежающим ароматом, необязательно использовать бытовую химию. Лучше заведите растение с приятным запахом.





Психологи утверждают, что зеленый цвет благотворно сказывается на психике человека, действует успокаивающе и вселяет уверенность. Существует отдельное направление в психологии, которое называется цветотерапией. И, наконец, домашние растения просто украшают жилье.

Словом, комнатные цветы для здоровья человека просто необходимы: они облагораживают, очищают и оздоравливают воздух, а также повышают сопротивляемость организма к инфекциям.