Шеремет Е.В.
Простой способ добавить уюта в свою жизнь

doi: 10.18411/sr-10-12-2018-33

idsp: sciencerussia-10-12-2018-33

В жизни каждого человека однажды наступает период, когда уровень усталости превышает все возможные границы. Придя домой после работы вы не чувствуете желания уделить время хобби или саморазвитию, а с утра, вставая с кровати, чувствуете себя еще более вымотанным, чем были вчера? Тогда предлагаю вам воспользоваться простым советом, чтобы разрушить эту череду усталости.

Немного сменить обстановку и добавить уюта в свое жилище совсем не сложно, если воспользоваться помощью комнатных цветов. Все мы еще со школьной скамьи знаем, что растения очищают воздух от углекислого газа. Однако, эти зеленые красавцы в горшках пошли дальше. Все цветы – живые организмы и оказывают определенное влияние на человека, в зависимости от своего вида. Наверняка вы слышали о «денежном дереве», привлекающем в дом богатства, если спрятать в горшке монетку? А о том, что хозяева алоэ никогда не болеют, потому что оно убивает болезнетворные микробы в воздухе? Сегодня я поделюсь с вами небольшим списком комнатных растений, которые помогут побороть усталость, плохое настроение и улучшат здоровье.

Для улучшения обстановки в доме обычно рекомендуют приобрести ярко-красную герань. Это растение излучает вокруг себя жизненную силу и энергию, что поможет наладить ваше внутреннее состояние, а также подарит хорошее настроение. Все это обусловлено тем, что герань выделяет эфирное масло, а ее запах способствует более эффективному отдыху и снятию стресса. Помимо таких полезных функций цветок имеет весьма эффектный внешний вид и украсит любой интерьер. Конечно, эту красавицу можно поставить в любой комнате, но знатоки оставляют ее на кухне – герань отлично борется с неприятными запахами и болезнетворными бактериями. В уходе она не слишком прихотлива – любит свет и полив по мере высыхания грунта.

Фигус настоящий римский император, совмещающий в себе сразу несколько функций и меняющий их от своего положения в квартире. Например, женщины размещают это роскошное дерево в спальне – новые ростки фикуса символизируют скорое пополнение в семействе. Это обусловлено тем, что растение выделяет в окружающую среду фитогормоны, влияющие на репродуктивную систему человека. А находясь на кухне растение будет привлекать материальные блага в ваш дом. Еще одна полезная особенность фикуса – способность поглощать из воздуха формальдегид. Этот газ выделяется пластмассой и очень негативно влияет на человека – вызывает головные боли, тошноту, нарушает сон. Но все эти приятные бонусы придется платить растению заботой. Фигус не переносит сквозняков и прямых солнечных лучей. Листья нужно будет протирать от пыли и увлажнять.

Если вы часто болеете, стоит завести домой Мирт. Это растение уже много веков демонстрирует свои целебные свойства – еще в 16 веке из листьев растения делали целебные мази. Мирт выделяет сильный запах, чем-то похожий на хвойный. Этот аромат укрепит иммунитет, поможет при болезнях верхних дыхательных путей и аллергии. При проблемной коже, ангинах и герпесе применяют настойки из листьев. В уходе это растение совсем не прихотливо, единственная тонкость состоит в том, что зимой мирт как бы засыпает, а значит, нуждается в хорошем увлажнении. Само деревце хорошо переносит стрижку, так что если вы всегда мечтали попробовать себя в качестве садовода и создать дома бонсай – мирт определенно вам подойдет. А его белые цветки в период вегетации отлично скрасят интерьер вашего жилища и принесут в него нежность и легкость.

Этот список можно было бы продолжать бесконечно, ведь каждое растение имеет свои уникальные особенности и по-своему влияет на человека. Усталость и плохое настроение, частые болезни, ссоры дома – не похоже на описание счастливой жизни, верно? На борьбу с этими вещами придется потратить не мало времени, но начать можно с малого – приобрести в дом зеленого помощника.