منزلك أجمل بالنباتات

لا شكّ أن ديكور المنازل قد تغيّرعبر العصور حتى أصبح حديثًا بألوانه وموديلاته، إلا أنّه لا تزال النباتات الطبيعية من أهم عناصر الديكور للمنزل، إذ أنها تعطي شعورًا بالحياة وتربط سكان المنزل بالطبيعة حتى في المباني السكنية العالية داخل المدينة المزدحمة. ومن أهمية النباتات الطبيعية هي أنها لها صفات جمالية إضافة إلى فوائد صحية تدفعكِ إلى تزيين المنزل بمختلف أنواعها، إليك بعض فوائد النباتات:

– تعمل النباتات على تنقية الهواء، إذ أنها توفر للأسرة هواء طبيعي نقي، كما أنها قادرة على امتصاص المواد الكيماوية الضارة من الهواء، التي تنتج عادة عن الطلاء ودخان السجائر وغيرها، بالإضافة إلى أنها تحمي أفراد المنزل من الإصابة بنزلات البرد والسعال وآلام الحلق.

– تساعد النباتات على التخلّص من التوتر والعصبية والإجهاد، لهذا السبب ينصح الخبراء بوضع أنواع متنوعة من النباتات على مكتبك أو في غرفتك لأنها فعليًا تمتص الجهد والتعب وهي قادرة على التخفيف من الإرهاق. وأثبتت الدراسات أنّ وجود النباتات في المكاتب يساعد على التخفيف من سرعة خفقان القلب وضغط الدم.

– يمكنك الحصول على منتجات غذائية صحية في حال كنت تزرعين بعض النباتات التي تنتج الخضروات والفواكة في المنزل، فهذا الأمر من شأنه أن يساعد في الحصول على منتجات صحية خالية من أية إضافات كيماوية.

– كما قلنا سابقًا، فالصفة الجمالية للنباتات لا تُخفى على أحد خصوصًا أنّ وجودها في المنزل يضفي مزيداً من الجمال والسحر على الديكور، وهناك الكثير من أنواع النباتات التي يمكن أن تُزين بها غرف منزلك دون الحاجة إلى الكثير من الإعتناء بها، خصوصًا تلك التي تتضمن زهورًا أو ورودًا صغيرة.

– عند تقليل التوتر والإرهاق لا بدّ للنوم أن يكون أسهل، فهذا من التأثيرات الإيجابية للنباتات خصوصًا الياسمين والغاردينيا التي يمكن وضعها في غرفة النوم، إذ أنها تساهم في تحسين نوعية النوم وتقلل من الإضطرابات المصاحبة له.

– نظراً لقدرة النباتات على تنقية الهواء والتخلص من الجراثيم والبكتيريا والفيروسات، فهي طبعًا مفيدة من أجل الوقاية من الزكام ونزلات البرد الحادة.

– من المعروف أنّ اللون الأخضر في المنزل له فوائد كثير على العين والبصر، فهو يعمل على ترييح النظر خصوصًا للعاملين أمام شاشة الكمبيوتر طوال النهار.

– بعيدًا عن كل الفوائد الجمالية والصحية للنباتات، إلا أنها تمنحك أيضًا شعورًا بالإنتعاش والحيوية طوال النهار.

أنواع النباتات المنزلية :

النخيلية: التي تتوفر بأحجام متفاوتة، ومن مميزاتها أنها تتلائم مع المناخ والبيئة الشرق الأوسط، وبالتالي الإهتمام بها ليس معقدًا، ومن فوائدها أنها تنقي المنزل من الكثير من الغازات السامة ، وهي ايضا جيدة في حال وجود مدخنين.

الذهبي: نبات مشهور ومتوافر بكثرة في الدول العربية، ويمكن تعليقه في المطبخ كونه يعمل على امتصاص العديد من المواد الكيميائية.