

НОВОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ЛАНДШАФТНОМ ДИЗАЙНЕ – ФЛОРАТЕРАПИЯ

Е. Н. Апаликова

Среда обитания человека становится все более и более техногенной, накапливается усталость, появляются депрессии, хроническое переутомление. Чем дальше происходит отдаление человека от природы, тем сильнее становятся негативные воздействия, общение с природой снимает негативное состояние. Сделать сад комфортным и дарящим окружающим здоровье и энергию поможет новое направление ландшафтного дизайна – **флоратерапия**. Это влияние растений на эмоциональное состояние и жизненный тонус человека.

Современная наука о лекарственных свойствах растений имеет фундаментальную научную базу, основанную на древних вековых традициях. Этим вопросом занимались еще Гиппократ, Аристотель, Авиценна.

Многие растения выделяют летучие вещества – фитонциды. Под их действием повышается общая работоспособность организма, нормализуется деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Данные свойства растений необходимо использовать для улучшения нашей среды обитания. Ряд растений обладает свойством накапливать токсины и тяжелые металлы, тем самым очищая среду вокруг себя. Широко известна пылезащитная функция растений. Так, в летний период они способны улавливать до 80 % пыли. Другие растения отличаются способно-

стью насыщать воздух отрицательными ионами. Естественные ароматы растений восстанавливают защитные силы организма, создают хорошее настроение, положительно воздействуют на центральную нервную систему и, следовательно, на весь организм. Существует целый ряд психологических работ, доказывающих, что цвета имеют определенное влияние на человека. Используя результаты этих исследований можно подобрать индивидуальное цветовое сочетание растений для сада таким образом, чтобы оно компенсировало эмоционально-физическое состояние человека. Каждый из нас пытается объяснить эмоциональную характеристику того или иного цвета характером предметов, на которых мы обычно воспринимаем этот цвет. Воздействия зеленых насаждений на человека зависят от естественных декоративных свойств растений: формы и плотности кроны. Это воздействие может быть двух типов: раздражающее и успокаивающее.

Необходимо подчеркнуть, что для получения положительного результата подбор подходящих именно вам растений должен осуществляться тщательно и сугубо индивидуально. Только следуя этому, можно создать такой уголок сада или квартиры, в котором состояние вашего организма будет уравновешиваться.