

花卉秋

五种花卉秋日扦插成活率高

操作简单 新手也能轻松掌握

秋季是花卉扦插的黄金时节,以下五种花卉扦插成活率极高。枝条入土后生根速度快,操作简单,新手也能轻松掌握,实现花开满盆。

太阳花

切段扦插 5天冒新叶

秋季,太阳花依旧长势旺盛,此时扦插成活率极高。提前扦插育苗,来年就能实现满园繁花。

操作步骤:

1. 剪取健壮太阳花枝条。想要增加育苗数量,可将长枝条剪成小段,每段保留2至3片叶片,放置在通风处晾干伤口。

2. 准备腐叶土、椰砖土等疏松透气的土壤,盆土一次性浇透,将处理好的枝条插入盆土中,放置在有散射光的位置养护。

3. 日常遵循见干见湿的浇水原则,盆土表面干燥后及时补水。养护5天左右,枝条芽点就会萌发新的绿叶,之后移至光照充足处养护,20天左右即可长满花盆。

4. 切段扦插的方式能大幅增加育苗数量,短期内就能培育出满满一盆太阳花,花期可大量开花。

天竺葵

枝条扦插 半个月萌发新根

秋季气温凉爽,天竺葵恢复生长活力,此时扦插育苗,来年春季阳台就能开满繁花。

操作步骤:

1. 剪取健壮的天竺葵枝条,简单修剪后放在通风处晾干伤口,也可在伤口处涂抹多菌灵粉杀菌,避免扦插后枝条黑腐。

2. 准备一次性塑料杯,在杯底



橘子



绣球



太阳花



月季



天竺葵

扎出排水小孔,装入珍珠岩、蛭石或细沙作为扦插基质,插入天竺葵枝条,将塑料杯放在托盘上。

3. 放置在有散射光、通风处养护,保持托盘内始终有水,保证基质湿润。养护半个月,枝条底部就会萌发新根。

4. 待根系长满塑料杯后,即可移栽至花盆,正常养护。秋季,天竺葵幼苗生长速度快,日常勤打顶,促分枝,能有效增加后期开花量。

绣球

分段扦插 1至2周快速生根

绣球花型饱满,观赏性极强,秋季扦插成活率高,批量育苗可打造庭院花海。

操作步骤:

1. 挑选健壮绣球枝条,修剪成短枝,每根枝条保留一对叶片。

为减少叶片水分蒸发,可将叶片剪去一半。

2. 选用腐叶土、河沙、蛭石等作为扦插基质,浇透水后,插入绣球枝条,放置在散射光环境下养护。

3. 养护期间保持土壤湿润不积水,避免盆土缺水,枝条1至2周即可顺利生根。

4. 绣球枝条生根后即可移栽上盆,前期置于散射光处缓苗养护。生长期施加花多多1号肥料,或在盆土表面撒施腐熟羊粪肥,能让幼苗长势健壮,生长速度快。

月季

枝条扦插 一个月根系爆满

春秋两季是月季扦插的黄金时期,花后修剪下来的健壮枝条用来扦插,成活率极高。

操作步骤:

1. 将月季花后枝条修剪成小段,每段保留一个芽点、两片叶片,枝条下端修剪成45度斜口,上端剪平,放入生根水中浸泡20分钟,加快生根速度。

2. 取打孔的一次性塑料杯,装满蛭石并浇透,将处理好的月季枝条插入杯中,整体放置在盛水托盘上养护。

3. 置于散射光环境中养护,及时为托盘补水,保持基质湿润。养护20天左右,枝条底部即可长出白色新根。

4. 月季生根后移栽到大花盆养护,保证充足光照,盆土适量撒施奥绿肥,助力幼苗快速生长,培育出健壮花苗。

栀子

水培扦插 生根快

栀子叶片翠绿,花色洁白、花香清雅,深受花友喜爱,秋末降温前扦插育苗,成活率极高。

操作步骤:

1. 剪取健壮的栀子枝条,简单修剪后,放置在阴凉通风处晾干切口备用。

2. 准备泡沫板并戳出大小合适的孔洞,将栀子枝条穿入孔洞,准备清水容器,将泡沫板漂浮在水面,让枝条下端微微接触水面即可。

3. 水培枝条放置在散射光处养护,10天左右枝条下端就会萌发出白色根系。

4. 若无泡沫板,可直接选取较长的栀子枝条,插入清水瓶中水培养护,同样可以顺利生根成活。养护得当,即可长成繁茂植株,开花后香气浓郁。

(据网络综合整理)



近日,“近视600度”相关话题冲上热搜,引起不少网友讨论。

不少网友感到好奇:近视超过600度到底有什么风险?事实上,和中低度近视的人相比,近视超过600度的人不仅各种病变风险都会升高,严重甚至会失明!而且,近视手术无法改变已经损伤的眼球结构。

那到底为什么近视600度是眼球风险临界值,超过600度对我们的眼球又会造成哪些影响?

600度为高度近视诊断标准

世界卫生组织(WHO)、美国眼科学会(AAO)及我国《近视防治指南》均采用600度作为高度近视诊断标准。

当我们的眼睛向远处眺望处于调节放松状态时,根据等效球镜度(SE)划分可以分为:

- 低度近视:50度至300度。
- 中度近视:300度至600度。
- 高度近视:≥600度。



当我们搜索豆腐时,经常会搜到千页豆腐、玉子豆腐等,很多人说它们没什么营养,要少吃,是真的吗?

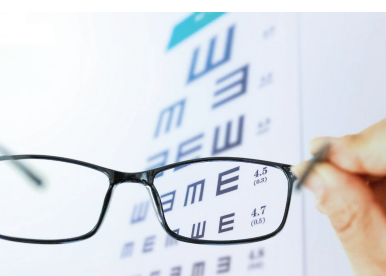
千页豆腐 也叫千叶豆腐,是以大豆蛋白为主要原料,水、淀粉、油、盐、糖、谷氨酰胺转氨酶等为辅料加工成的,因为口感爽滑筋道而备受大众喜爱。

根据《NY/T 1052-2025》的规定,要求千页豆腐的蛋白含量≥8克/100克,脂肪含量≤12克/100克,其实营养还不错。选购千页豆腐时,可横向对比一下,选蛋白含量相对高,脂肪含量和钠含量相对低的。另外,千页豆腐表面有很多细密的小孔,容易吸油,为了减少脂肪摄入,烹调时务必少放油。

玉子豆腐 又叫日本豆腐、鸡蛋豆腐,是以鸡蛋、水为主要配料,添加盐、凝固剂等制作成的。它的配料里并没有大豆,之所以叫豆腐,是因为口感像豆腐一样爽滑鲜嫩,其实叫它鸡蛋羹更为妥帖。它的蛋白含量也和鸡蛋羹相当,可以作为优质蛋白的一个来源。不过玉子豆腐的配方里加了盐,所以挑选玉子豆

近视600度是眼球风险临界值

度数超标病变风险上升 严重可致失明



击力强的体育运动。从事羽毛球、网球等高速小球类运动最好佩戴防护眼镜。尽量不要参与蹦极、过山车等加速度剧烈变化的娱乐活动。

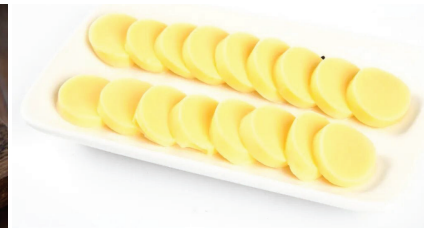
定期进行常规视力、眼底检查。建议每6个月检查1次视力、眼压。每年定期进行眼底检查。如果遇到眼前有黑影飘动、出现闪光感或视力下降时,必须尽快就医,检查视网膜是否有裂孔、脱离等问题。

总之,高度近视从来都不是“镜片厚一点、摘镜看不清”这么简单的小事。与其等眼底病变找上门才追悔莫及,不如从现在开始好好注意。

(据新华社)

千页豆腐、玉子豆腐、奶豆腐没营养?

破除传言 解读这些“豆腐”的营养价值



读者点歌

洗衣歌

1=C $\frac{2}{4}$

♩=60 深情地

小提琴 3231

大提琴 (2 6· | $\overset{23}{2}$ - | 2· 3̣ | 2̣3̣2̣3̣ i 6 5 i | i 6 6 | 6 5 6 4 2 6 i |

5 5 6 5 6 | 4 2 1 | 4 2 | 2 - ||: 2 4 6 i 5 6 4 2 | 2 4 6 i 5 6 4 2 |

小提琴 2· 4 5 6 2̣ | 2· 3̣ i 6 | 2̣3̣ i 2̣ i 6 5 i | 6 6· | 6· i 2̣3̣ i 2̣ | 2̣ 2̣3̣ i 6 |

5 5 6 4 2 | 6 6 i 5· i | 6 5 6 4 1 4 | 2 $\overset{1}{2}$ 2 $\overset{1}{2}$ | 2 4 2 i 5 6 4 2 |

2 4 6 i 5 6 4 2 | 6· i 2̣3̣ i 2̣ | i 6 6 6 i | 5 5 2̣3̣ i 2̣ | i 6 - |

1. 温 暖 的 太 阳 翻 过 雪 山,

2. 亲 爱 的 解 放 军 呀 好 比 吉 祥 的 风,

6· i 2̣3̣ i 2̣ | 2̣ 2̣3̣ i 2̣ i 6 | 5 5 6 $\overset{45}{4}$ 2 | 6 6 i 5· i | 6 5 6 4 1 4 |

雅 鲁 藏 布 江 水 金 光 闪 闪, 金 光 闪

为 咱 吹 散 乌 云 咱 们 见 太 阳, 咱 们 见 太

2 - | (2 4 6 i 5 6 4 2 | 2 4 6 i 5 6 4 2) | 5 5 6 4 2 |

闪。 万 恶 的 叛 匪 被 消 灭,

阳。 太 阳 就 是 毛 主 席,

2 2 4 6 i | 5 5 6 4 2 | 2· 4 5 6 2̣ | 2· 3̣ i 2̣ i 6 | 2̣3̣ i 2̣ i 6 5 i |

解 放 军 来 到 咱 家 乡。 } 呷 拉 羊 卓 若 若 尼 格 桑 梅 朵

领 导 我 们 把 身 翻。 } 咱 呢 亲 爱 的 解 放 军 来 到 了 咱 家 乡,

6 $\overset{5}{6}$ · | 6· i 2̣3̣ i 2̣ | 2̣ 2̣3̣ i 2̣ i 6 | 5 5 6 $\overset{45}{4}$ 2 | 6 6 i 5· i |

桑 呢... 亲 爱 的 解 放 军 来 到 了 咱 家 乡,

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 835. 836. 837. 838. 839. 840. 841. 842. 843. 844. 845. 846. 847. 848. 849. 850. 851. 852. 853. 854. 855. 856. 857. 858. 859. 860. 861. 862. 863. 864. 865. 866. 867. 868. 869. 870. 871. 872. 873. 874. 875. 876. 877. 878. 879. 880. 881. 882. 883. 884. 885. 886. 887. 888. 889. 890. 891. 892. 893. 894. 895. 896. 897. 898. 899. 900. 901. 902. 903. 904. 905. 906. 907. 908. 909. 910. 911. 912. 913. 914. 915. 916. 917. 918. 919. 920. 921. 922. 923. 924. 925. 926. 927. 928. 929. 930. 931. 932. 933. 934. 935. 936. 937. 938. 939. 940. 941. 942. 943. 944. 945. 946. 947. 948. 949. 950. 951. 952. 953. 954. 955. 956. 957. 958. 959. 960. 961. 962. 963. 964. 965. 966. 967. 968. 969. 970. 971. 972. 973. 974. 975. 976. 977. 978. 979. 980. 981. 982. 983. 984. 985. 986. 987. 988. 989. 990. 991. 992. 993. 994. 995. 996. 997. 998. 999. 1000. 1001. 1002. 1003. 1004. 1005. 1006. 1007. 1008. 1009. 1010. 1011. 1012. 1013. 1014. 1015. 1016. 1017. 1018. 1019. 1020. 1021. 1022. 1023. 1024. 1025. 1026. 1027. 1028. 1029. 1030. 1031. 1032. 1033. 1034. 1035. 1036. 1037. 1038. 1039. 1040. 1041. 1042. 1043. 1044. 1045. 1046. 1047. 1048. 1049. 1050. 1051. 1052. 1053. 1054. 1055. 1056. 1057. 1058. 1059. 1060. 1061. 1062. 1063. 1064. 1065. 1066. 1067. 1068. 1069. 1070. 1071. 1072. 1073. 1074. 1075. 1076. 1077. 1078. 1079. 1080. 1081. 1082. 1083. 1084. 1085. 1086. 1087. 1088. 1089. 1090. 1091. 1092. 1093. 1094. 1095. 1096. 1097. 1098. 1099. 1100. 1101. 1102. 1103. 1104. 1105. 1106. 1107. 1108. 1109. 1110. 1111. 1112. 1113. 1114. 1115. 1116. 1117. 1118. 1119. 1120. 1121. 1122. 1123. 1124. 1125. 1126. 1127. 1128. 1129. 1130. 1131. 1132. 1133. 1134. 1135. 1136. 1137. 1138. 1139. 1140. 1141. 1142. 1143. 1144. 1145. 1146. 1147. 1148. 1149. 1150. 1151. 1152. 1153. 1154. 1155. 1156. 1157. 1158. 1159. 1160. 1161. 1162. 1163. 1164. 1165. 1166. 1167. 1168. 1169. 1170. 1171. 1172. 1173. 1174. 1175. 1176. 1177. 1178. 1179. 1180. 1181. 1182. 1183. 1184. 1185. 1186. 1187. 1188. 1189. 1190. 1191. 1192. 1193. 1194. 1195. 1196. 1197. 1198. 1199. 1200. 1201. 1202. 1203. 1204. 1205. 1206. 1207. 1208. 1209. 1210. 1211. 1212. 1213. 1214. 1215. 1216. 1217. 1218. 1219. 1220. 1221. 1222. 1223. 1224. 1225. 1226. 1227. 1228. 1229. 1230. 1231. 1232. 1233. 1234. 1235. 1236. 1237. 1238. 1239. 1240. 1241. 1242. 1243. 1244. 1245. 1246. 1247. 1248. 1249. 1250. 1251. 1252. 1253. 1254. 1255. 1256. 1257. 1258. 1259. 1260. 1261. 1262. 1263. 1264. 1265. 1266. 1267. 1268. 1269. 1270. 1271. 1272. 1273. 1274. 1275. 1276. 1277. 1278. 1279. 1280. 1281. 1282. 1283. 1284. 1285. 1286. 1287. 1288. 1289. 1290. 1291. 1292. 1293. 1294. 1295. 1296. 1297. 1298. 1299. 1300. 1301. 1302. 1303. 1304. 1305. 1306. 1307. 1308. 1309. 1310. 1311. 1312. 1313. 1314. 1315. 1316. 1317. 1318. 1319. 1320. 1321. 1322. 1323. 1324. 1325. 1326. 1327. 1328. 1329. 1330. 1331. 1332. 1333. 1334. 1335. 1336. 1337. 1338. 1339. 1340. 1341. 1342. 1343. 1344. 1345. 1346. 1347. 1348. 1349. 1350. 1351