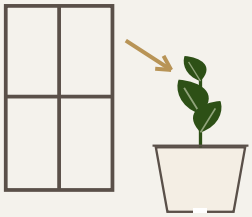
PLANTSHOP.HK / CARE LESSON 05

植物光線與漸進適應教程

先看植物實際收到甚麼光，再小幅調整擺位。房間看起來明亮，不代表每個角落都適合植物。

適用範圍：適用於一般室內土植盆栽的擺位調整；先核對品種光照要求。戶外、開花植物及補光燈另按品種與設備指引。

01



觀察實際日照

02



按品種選擺位

03



逐步適應新光線

原創操作示意；非品種照片，大小及水分分佈只作說明。

01 先記錄葉面收到的光

在早上、中午及下午查看同一位置，記下陽光會否直接照到葉面，以及窗簾、玻璃貼膜或鄰近大廈的遮擋。從植物位置拍照作比較；不要單靠窗向或房間名稱判斷，離窗較遠的位置通常會暗得多。

02 按品種選擇目標位置

先查該品種需要散射光還是可接受直射光。明亮散射光是有充足自然光、但陽光不直接落在葉上；耐陰也不代表能長期放在無光角落。若葉柄拉長、植株向窗伸展，應重新評估光線，而不是先加肥。

照住做，亦要識得停

03 小幅增加光線並觀察

由較暗處移近窗邊時，先小幅移近，或用薄簾過濾強光，觀察葉片後才再增加光照。不要一開始就搬到烈日下「補曬」。適應速度要看品種、原有環境及葉片反應，毋須為完成固定日程而繼續加光。

04 用新變化判斷下一步

記下移位日期及葉片原有痕跡，之後比較有沒有新增漂白色斑或乾焦位置。若加光後出現異常，先減少直射光並拍照查原因；不要同時換盆、加肥及加水。光線改變亦會影響乾土速度，淋水前仍須檢查盆土。

三步重點

1	記錄早午晚葉面光線
2	按品種小幅調整位置
3	比較新葉及新增傷痕

先停手，再求助

若斑點持續擴大、葉片大量脫落或莖部變軟，停止加光及試偏方；提供全株、葉背、盆土和擺位照片，請 Plantshop 同事協助判斷。

資料來源與使用方法

一般教學配合相應品種養護頁使用；不同介質、盆器及環境需要調整。資料核對：2026-10-30。

1. Iowa State University Extension — How to Care for Houseplants
2. RHS — Moving houseplants outdoors for summer
3. University of Minnesota Extension — Spring houseplant care