中文学名

碰碰香

拉丁学名

Plectranthus hadiensis var. tomentosus

别称

一抹香、触留香（楚留香）、绒毛香茶菜

界

植物界

门

被子植物门

纲

双子叶植物纲

亚纲

原始花被亚纲

目

管状花目

科

唇形科

属

延命草属

碰碰香为唇形科延命草属植物，学名：Plectranthus hadiensis var. tomentosus （Benth. ex E.Mey.） Codd。灌木状草本植物，原产非洲[好望角](http://baike.baidu.com/item/%E5%A5%BD%E6%9C%9B%E8%A7%92/30930)，[欧洲](http://baike.baidu.com/item/%E6%AC%A7%E6%B4%B2)及西南亚地区。蔓生，茎枝呈棕色，嫩茎绿色。叶卵形或倒卵形，光滑，厚革质，边缘有些疏齿。伞形花瓣，花有深红，粉红及白色、蓝色等。是多年生草本植物。多分枝，全株被有细密的白色绒毛。[肉质](http://baike.baidu.com/item/%E8%82%89%E8%B4%A8)叶，交互[对生](http://baike.baidu.com/item/%E5%AF%B9%E7%94%9F)，绿色，卵圆形，边缘有钝锯齿。手指碰完后（手指上）清香宜人，因此得名“碰碰香“。

**形态特征**

亚灌木状[多年生草本植物](http://baike.baidu.com/item/%E5%A4%9A%E5%B9%B4%E7%94%9F%E8%8D%89%E6%9C%AC%E6%A4%8D%E7%89%A9)。多分枝，全株被有细密的白色绒毛。肉质叶，交互对生，绿色，卵圆形，边缘有钝锯齿。茎细瘦，[匍匐](http://baike.baidu.com/item/%E5%8C%8D%E5%8C%90)状，分枝多，叶圆形，叶片毛茸茸，花小，白色。因触碰后可散发出令人舒适的香气而享有“碰碰香”的美称。又因其香味浓甜，颇似苹果香味，故又享有“苹果香”美誉。闻之令人神清气爽。

**生长习性**

喜阳光，全年可全日照培养，但也较耐阴。喜温暖，怕寒冷，冬季需要0℃以上的温度。喜疏松、排水良好的土壤，不耐水湿，过湿则易烂根致死。

**观赏**

宜盆栽观赏。闻之令人神清气爽，市场受宠。宜放置在高处

或悬吊在室内，也可作几案、书桌的点缀品。叶片泡茶、酒，奇香诱人。亦可烹饪，煲汤，炒菜，凉拌皆可。

**药用**

打汁加蜜生食缓解[喉咙痛](http://baike.baidu.com/item/%E5%96%89%E5%92%99%E7%97%9B)，煮成茶饮可缓解肠胃[胀气](http://baike.baidu.com/item/%E8%83%80%E6%B0%94)及[感冒](http://baike.baidu.com/item/%E6%84%9F%E5%86%92)，捣烂后外敷可消炎消肿并可保养皮肤。

**繁殖方法**

很容易栽培，适宜盆栽。喜欢阳光充足的环境。阴天应减少或停止浇水、施肥。因分枝极多，以水平面生长，所以植株的株距宜宽大，才能使枝叶舒展。盆下宜垫花盆，以避免盆边的枝条触及花架。以播种、扦插和分株多种方法繁殖。

[扦插法](http://baike.baidu.com/item/%E6%89%A6%E6%8F%92%E6%B3%95)繁殖，约20天左右可生根，生根后即可移植在小花盆中。很容易栽培。

**管理养护**

**1、光照和温度**

碰碰香喜阳光，但也较耐阴。怕寒冷，需在温室内栽培。不耐水湿。喜温暖，不耐寒冷。冬季需要5℃—10℃的温度。碰碰香喜欢**阳光充足**的环境，强光下肉质叶片才会厚实;光照不足叶子会变扁而薄。

**2、土壤**

碰碰香喜**疏松、排水良好**的土壤。

**3、通风**

因碰碰香常年在温室中培养，要求**空气流通、新鲜**，否则易遭甲壳虫危害。

**4、浇水**

碰碰香不耐潮湿，过湿则易烂根致死。土壤要见干见湿，阴天应减少或停止浇水、施肥。夏季过后，一定要少浇水，冬天更要控制浇水。一般要看叶子萎蔫了才浇水，否则易徒长。

**5、修剪**

因碰碰香极易分枝，以水平面生长，所以定植时株行距宜宽，才能使枝叶舒展。适度修剪可促进分枝，生长健壮。

**发香原因**

碰碰香发出香味的原因和[含羞草](http://baike.baidu.com/item/%E5%90%AB%E7%BE%9E%E8%8D%89/92)“害羞”的原理相似，当它的叶片受到触碰的刺激时，细胞内的水分会发生作用，使[叶枕](http://baike.baidu.com/item/%E5%8F%B6%E6%9E%95)的[膨压](http://baike.baidu.com/item/%E8%86%A8%E5%8E%8B)发生变化。与含羞草不同，碰碰香的叶片在膨压作用下不会收缩，而是内部用于透气的气孔扩张，一种易于挥发的带有苹果香味的物质就顺着气孔扩散到空气中了。其实，平时碰碰香也会发出微弱的香味，只是这种香味较淡不容易被人察觉，当它的叶片受到触碰时，这种香味变浓了（手上也有），人们才觉得它一碰就香。

**掉叶子处理方法**

1、光照问题：碰碰香喜阳光，阳光充足的环境下肉质叶片才会厚实，光照不足叶子会变扁而薄。放置在光照的时间应适当，温度太高也会引起叶子发黄。

2、浇水问题：碰碰香不耐水湿，水大极易引起烂根，而烂根就会引发叶子发黄。土壤要见干见湿，阴天应减少或停止浇水、施肥。夏季过后，一定要少浇水，冬天更要控制浇水。方法操作不当的话会引起叶子发黄。

3、施肥问题：对于盆栽植物来说，虽然土壤有限，肥力也不足，但是在施肥的时候应该本着薄肥多施的原则，就是每次给一点点的肥，隔几天再施肥，切勿一次给过多的肥。

4、通风问题：碰碰香常年在温室中培养，要求空气流通、新鲜，否则易遭介壳虫危害，从而引起叶子发黄。应放置在通风良好地段养殖。

5、木质化：碰碰香养的时间久了，最底下的茎部会慢慢木质化，也会引发周边的叶子黄，然后枯掉，这个是正常的。

**碰碰香的别称**

因其全株毛茸茸的称其绒毛香茶菜；因为碰触就能产生香味又称触留香（楚留香）或一抹香，当然还有许多的地区也叫它：左手香、洋薄荷、倒手香、藿香、排香草、印度薄荷、过手香 、薄荷左手香。

**碰碰香的习性**

分支较多，全株有细密的白色绒毛。碰触会散发浓郁香气。

喜光，全年可在阳光下养护，但也比较耐阴。

喜欢温暖，怕寒冷。冬季0℃以上才能过冬。

喜欢疏松、排水良好的土壤，喜欢相对干燥的环境，过湿容易烂根致死。

**碰碰香的花语**

幸福，吉祥如意，乐观、有爱心。

**碰碰香为何碰后才香**

碰碰香发出香味的原因和含羞草“害羞”的原理相似，当它的叶片受到触碰的刺激时，细胞内的水分会发生作用，使叶枕的膨压发生变化。与含羞草不同，碰碰香的叶片在膨压作用下不会收缩，而是内部用于透气的气孔扩张，一种易于挥发的带有苹果香味的物质就顺着气孔扩散到空气中了。其实，平时碰碰香也会发出微弱的香味，只是这种香味较淡不容易被人察觉，当它的叶片受到触碰时，叶片气孔扩张，香味散发出来，被人们闻到，给人的感觉就是一碰就香。

**碰碰香的价值**

观赏价值：盆栽观赏。放置在高处或悬吊在室内，也可点缀几案、书桌。叶片可泡茶泡酒，亦可烹饪。

药用价值：取汁与蜂蜜生食能缓解喉咙痛，泡茶热饮能缓解胃胀气，捣烂外敷能消炎止痛。