

生活中的数理化丛书



刘卫东 主编

生活中的地理

SHENG HUO ZHONG DE DI LI

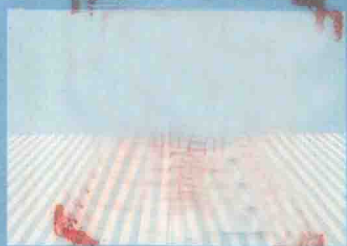


文匯出版社



生活中的地理

刘卫东 主编



(沪)新登字303号

责任编辑: 沈国祥
封面装帧: 周夏萍
题 饰: 沈天星

生活中的数理化丛书(套装 6 册)

生活中的地理

刘卫东 主编

文匯出版社出版发行

(上海市虎丘路 50 号 邮政编码 200002)

新华书店上海发行所经销

吴江伟业印刷厂印刷

1993 年 1 月第 1 版 开本: 787×1092 1/32

1993 年 1 月第 1 次印刷 字数: 943,000

印数: 1—2000 印张: 42.875

ISBN7-80531-250-8/G·158

前 言

人类生活在地球上，地理环境直接影响着人类的生存与发展，支持或参入了人类的生产与生活。“上知天文，下晓地理”，在相当长的历史时期中，曾是人类多才博学的象征。地理学作为一门把地球当做人类的家乡来研究的学问，不仅概括了有关地理环境的许多方面的知识，而且亦提供了人类认识自然，因地制宜地适应和改造自然，协调好人与自然的关系，把地球表层建设成富饶美丽的生活乐园的途径与方法。人们的生活离不开地理环境。我们要胸怀祖国，认清国情，放眼世界，跟上时代潮流；依靠政策和科学，合理地进行国土整治，建设社会主义现代化强国，都离不开地理科学。

地理科学源自生活与生产实践。地理学与生活的关系密切，学习好地理学，将有助于更好地生活。本书对与人们生活有关的地理知识作了通俗简要的介绍，希望她能丰富读者的课余、业余阅读内容，亦能给读者的生活带来一些小小方便。

本书由刘卫东拟定写作提纲，董波、刘卫东、杜德斌、舒庆、彭俊同志共同编写，最后由刘卫东、董波统稿。不妥之处，敬请读者批评赐教。

本书在写作过程中，得到了华东师范大学、华中师范大学、陕西师范大学、中国科学院地理研究所师友的帮助和文

汇出版社的支持,在此一并感谢!

编者

1992年4月于上海

目 录

饮食与地理

千奇百怪的饮食习俗	1
饮食习惯的地理成因	3
营养需要与营养地理	6
作物的起源及其中心源地	9
海洋鱼类与渔场分布	12
石头与土可以吃吗?	14
地球上能养活多少人?	17

健康与地理

人与自然的物质平衡	20
一方水土养一方人	22
为什么会有高山反应?	24
癌症的地理分布	26
爱滋病的起源与扩散	27
地理变化的周期性与疾病防治	30
避暑和疗养胜地为何都在山地与海滨?	32

服装与地理

服装的地理风格	34
---------	----

衣着与气候·····	36
何处是领带的发源地?·····	39
乳罩是哪一国人发明的?·····	41
苏格兰男人为什么穿裙子?·····	43
日本的和服·····	45
帽子的意义·····	47

居住与地理

地理环境与建筑风格·····	50
有钱不盖东、南屋·····	53
充满希望的生态建筑·····	57
“风水”之说并非全是迷信·····	59
人类的居住中心——城市·····	61
多姿多彩的中国乡村民居·····	63
安居乐业的地理学问·····	65

文化与地理

各领风骚数百年·····	68
上帝的家庭·····	70
上帝破坏了的统一·····	73
日本的自然环境与文化·····	75
航海与空想社会主义·····	77
地理环境与丧葬习俗·····	79
地名中的学问·····	81

人生与地理

拥挤的地球·····	84
------------	----

群星汇聚的地方·····	87
罪恶在此孽生·····	89
风景这边独好·····	93
地球霸主的位置·····	95
生死因地而异·····	98

旅游与地理

旅游的起源与发展·····	101
旅游资源与地理景观·····	105
地理知识与旅游需要·····	107
峡谷奇观·····	109
飞流直下三千尺·····	111
奇异壮观的极光·····	113
飞机为什么要迎风起降? ·····	115
山区的铁路和公路为什么多是沿河岸修筑? ·····	117
“马纬度”和“贸易风”之由来·····	118
我国旅游资源的特点与旅游业优势·····	120

环境与地理

二氧化碳多了好不好? ·····	123
臭氧层——生命的屏障·····	125
马尾藻海与神秘的百慕大三角·····	126
天气和气候异常的原因·····	128
沙漠在扩大吗? ·····	131
植物的环境指示作用·····	132
地表沧桑变化的证据·····	135
为什么要建立自然保护区? ·····	137

灾害与地理

地底没有鳌鱼·····	139
季风与旱涝·····	141
形形色色的火山·····	143
黄土高原为什么水土流失严重? ·····	145
黑色巨龙——泥石流·····	147
台风的行踪·····	148
高天寒流——寒潮·····	151
人为灾害——环境污染·····	152

时空与地理

东西南北本无尊·····	155
新一天开始的地方·····	156
阴历与阳历·····	159
二十四节气的由来·····	161
天干地支是算命的工具吗? ·····	163
为什么测量山的高度要以海平面为标准? ·····	166
地球上的经线纬线是怎样确定的? ·····	167
怎么知道地球的形状与大小? ·····	169
复杂多样的自然带·····	172
神奇的海底世界·····	174

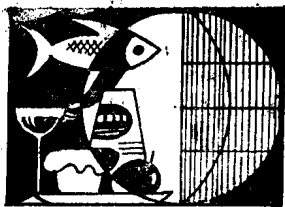
学会判别方位

怎样利用手表判别方向? ·····	177
自然界的方位指示物·····	179
指南针为什么能指示方向? ·····	181

中国邮政编码的地理意义·····	183
经济地理位置是如何确定的? ·····	185

学会看地图

地图种类知多少? ·····	187
地图的比例尺·····	189
地图的语言·····	192
什么是地图投影? ·····	194
怎样识别地形? ·····	197
旅游地图的特色·····	199
你认识天气符号吗? ·····	201
阅读地图的基本要领·····	203



饮食与地理

千奇百怪的饮食习惯

食物是人类生存的首要条件。原始社会中人类靠树上的野果，河里的鱼虾，林草中的飞禽走兽充饥。随着人类社会的发展和文明进步，人类选用一些野生动、植物进行驯养和栽培作为食物资源。工业时代，食品工业也应运而生，各地都拥有独具地方风味的名、优、特食品。每一个地方食品的种类与结构不同，饮食习惯的地理差异十分明显。

一般说来，我国饮食口味上的特点是东酸、西辣、南甜，北咸。东北、山东、北京等地口味偏咸，以炒炖较多，北方人爱吃葱、姜、蒜，主食以面食为主，也搭吃粗粮；四川、甘肃、湖南、云南、陕西、江西等地口味尚辣，吃饭总有辣椒；上海偏甜；山西、内蒙喜酸；江、浙、粤、闽一带爱食清淡，烹调上比较讲究鲜嫩，脆爽，主食以大米为主，一年四季新鲜蔬菜不断；湖北江汉平原喜吃米饭、鱼糕、鱼面，武汉藕炖排骨是待客的上好菜肴；河南尚淡、吃辣，爱喝甜汤和胡椒汤。各民族地区的饮食民族地方特色更是明显。藏族主食为青稞炒面(又称糌粑)、酥油，喜欢饮用咸茶，副食以乳、乳制品和牛、羊肉为主；蒙古族饮食以羊

肉、牛肉、奶制品、炒米，奶茶为主，烹调方法以白煮、生烤、清炖或氽为长；朝鲜族菜肴辛辣鲜香，脆嫩爽口，喜食狗肉；回族清真食品禁猪肉，忌血腥，口味偏重，汁浓不腻、原汁原味；维吾尔族喜欢吃馕（面制品），喜食羊肉，拒猪肉，烹调上擅长干烤。

世界各国饮食习惯更是多种多样，千奇百怪。日本人是吃鱼最多的人，对于他们来说生鱼是佳肴。加拿大北部的印第安部落把铁杉树和云杉树的内层嫩皮当菜吃，而以鹿、火鸡和鱼为肉食。墨西哥人的主食是玉米，玉米还可以和碎肉、鸡或黑豆、鳄梨糊一起，配上辣椒做成很多种菜，也以去掉刺后的仙人球当菜吃。北非的图亚列格人主要吃沙漠绿洲中的枣椰，大蕉和用谷物碾成的粉。中南非的俾格米人以捕捉小羚羊、猴子、狒狒和野猪为食，同时也吃在他们聚居的丛林地带容易找到的蛇、毛虫和昆虫的幼虫。在世界上养有家禽家畜和可以猎获野生动物的地方，人们都喝奶吃蛋。在北美，乳制品是牛奶做原料的，主要吃鸡蛋，偶而也吃鸭蛋或鹅蛋。在南欧和中东，乳制品则以称做“穷人的牛”的山羊奶制成。在印度，人们喝水牛的奶，并用它制成清澈透明的酥油作为食用油。拉普兰人喝的是驯鹿的奶，阿拉伯人则喝骆驼的奶。澳大利亚人吃鹌鹑蛋，非洲人则吃鸵鸟蛋，新西兰人以企鹅蛋制成美味食品。在世界各地的空矿荒漠的海岸地区，人们多食用海鸥蛋、鸬鸟蛋，海龟蛋和其他爬行动物的蛋（如短吻鳄、大蜥蜴的蛋）。

在贸易和商品竞争活跃的现代社会，虽然在一个地区可以吃到不同的地方风味，例如在我国各大城市中不仅可吃到川味、湘味、鲁味、粤味食品和北京烤鸭、天津狗不理包子，而且可吃到美国肯德基快餐、法国菜、意大利菜等等国际风味食品。但在大多数地区，当地风格的饮食仍是独领风骚，占绝大部分

的。要吃到地道的地方风味食品，亲自去产地一尝很有必要。在不同地区吃饭，要注意入乡随俗，尊重当地的风俗习惯。例如伊斯兰教的国家和地区不吃猪肉；回族忌吃动物的血、忌吃有爪的飞禽，忌抽烟喝酒；在维吾尔人家作客，忌随便走到人家锅前；藏族人不吃鱼等等。要吃汉餐，应去专门的饭馆，切不可不问风俗，而乱点饭菜，使当地人误以为你在欺侮他们。许多少数民族很好客，并有自己的待客习惯。例如哈萨克族人以宰羊招待客人，并以献上羊头表示尊敬；东乡族人用鸡肉招待客人，请客人吃鸡尾，表示尊敬；珞巴族人进餐前，主人先饮一口酒，先吃一口饭菜，以示食物无毒，客人应理解主人的心意。

了解各地饮食习惯的地理差异，不仅有助于合理地安排自己的旅行路线或为客居他乡作好准备，而且可以更好地密切与当地人民的感情，使旅行或工作更加顺利，有趣。

(刘卫东)

饮食习惯的地理成因

饮食习惯各地不同，它既形成了一幅多姿多彩的食物地理分布图，也为我们提供了寻求地理学解释其形成原因的线索。

首先，各地饮食习惯的差别与自然地理环境的区域差异是紧密相关的。例如，生活在几乎不能种植作物、冰封雪冻的北极地区的爱斯基摩人(现称因纽特人)主要是食肉。他们

食用动物身上的大部分东西：骨头、心、肝、脑和内脏。选择的東西越多，营养就越丰富。在不久前，即向北极空运食物之前，爱斯基摩儿童也许还不知道水果、蔬菜以至谷物是什么滋味呢！一定的环境适应一定的生物种类生长；地理环境不同，就会有不同的动植物区系，有不同食物来源。我国南方人爱吃米饭，北方人爱吃面食，这就与我国农业布局有关。一般说来，水稻只有当气温升到 10°C 以上才开始生长、发育，开花时的适宜温度应在 $25\sim 35^{\circ}\text{C}$ ，种1~2季水稻需水量为 $500\sim 1000$ 毫米。小麦生产不如水稻那样需要高温高湿，冬小麦能耐 -20°C 的低温，水分需求为 $350\sim 500$ 毫米，而且生长过程中需要一个称做春化阶段的低温期，其最适温度在 $0\sim 3^{\circ}\text{C}$ ；春小麦耐低温的程度稍差，日均温 4°C 以上才可播种，拔节孕穗阶段最适温度为 $16^{\circ}\text{C}\sim 20^{\circ}\text{C}$ ，如果温度过高，会使植株停止生长和逼熟，增加秕粒和减轻千粒重，对产量和品质都有严重影响；此外，长日照对小麦生长发育有利。我国以秦岭~淮河为界，南北气候条件不同，北方冬季气温在 0°C 以下，气温低，降水少，年雨量少于 800 毫米，以半湿润地区、半干旱地区居多，蒸发能力比降水量大；南方则相反，一月平均气温在 0°C 以上，年雨量在 800 毫米以上，气温高，热量资源丰富，降水量大于蒸发能力，是湿润气候区。所以在北方种小麦比较有利，在南方种水稻比较有利，前者是主要的小麦产区，后者是我国主要的水稻产区。我国饮食习惯的南北差异，实际上也是物产，乃至气候条件差异的一种反映。

其次，人类的饮食不仅是为了摄取生存与发展所需要的营养(热量、蛋白质、脂肪等等)，而且要有益于健康，有利于克服不利的地理条件，适应环境。例如，我国川、湘、黔等地喜辣味，就是人们为适应当地高湿环境，保护身体健康而采取

的对策。一般说来，一年四季，月平均空气湿度多在80%以上的地区，被认为是高湿地区，我国的湿带主要包括川南、黔北、赣中、浙南、闽北及滇、桂、粤等地。其中川、湘交界处，月平均湿度在90%，是高湿中心。四川、湖南等地，属于亚热带，夏半年（4—9月）温高湿重，多闷热天气，在冬半年（10—3月）虽无严寒刺骨，却有凉风袭人，空气仍维持高湿。人们吃辣，可以帮助消化，增加食欲，增加体内发热量，有助于防止高温高湿期间人们常有的消化液分泌减少，胃肠蠕动减弱现象，有助于防止凉季高湿期间人们易患的风湿病、腰肌痛等病症。在前苏联，酗酒成为一大社会问题，但饮酒盛行的原因也可能是因为适度饮酒对于抵抗高纬度寒冷气候的好处。在我国少数民族地区、特别是草原牧业区，砖茶是其饮食商品中不可少的，这就是因为这些地区高脂肪、高蛋白的肉类食量大，茶叶可以促进消化，有益于健康。

最后，饮食作为人类生活中不可缺少的一部分，各地饮食习惯不同，饮食加工方法各异，形成了各具地方特色的饮食文化，这与其人文地理环境有关。例如我国北方“送行的饺子，接风的麵”，南方的“年糕”，这与这些食品的象征意义有关，饺子是团圆的象征，麵条长长象征前程无量，寿比南山、友谊天久地长；南方年糕象征着年年岁岁步步登高。另外有些饮食习惯，与宗教、图腾有关。例如藏族人吃不吃鱼，是因为他们认为鱼是水神，与乌鸦、鹰隼同样受尊敬。在历史上，世界上许多地方的人以各种各样的形式食用动物的血。今天在肯尼亚和坦桑尼亚高原上的非洲马塞伊人还有在牛羊脖颈上取血的习惯。他们用一种特制的剑头，剑头上有一个挡子，以免在牛、羊脖颈上扎得过深，需要多少取多少，然后用东西把伤口堵住，过了一段时间等牛羊把失去的血补充好了再取。他

们这种食用习惯体现其生产过程的生态科学性。

不同地区的人们具有不同的饮食习惯，形成了地理学研究的一个重要对象，是营养地理学、食物地理学的客观基础。研究各地食物的生产潜力，食物的营养构成和结构，揭示其地域分布规律；因地制宜地改造其中不科学的饮食习惯，提高人类的健康水平；并在当今人口、资源、环境与发展的矛盾日益趋于尖锐的前提下，提高土地的食物生产力和人口承载力是地理学研究的重要任务之一，它具有广阔的前景，需要我们共同努力。

(刘卫东)

营养需要与营养地理

人体的生长发育需要有充足的营养和能量；人体要生存发展，抵抗疾病，以及从事各项活动也需要有足够的营养；营养状况好坏，直接影响着人类的寿命，影响着人口的数量和质量。获取充足的营养，不单要吃饱，还必须保持均衡的食物结构，而世界大部分地区缺乏这种均衡。均衡的饮食应含适量的碳水化合物(来自于大米、玉米、小麦和马铃薯等主食)、蛋白质(来自于肉、家禽、鱼、蛋和乳制品)和维生素(来自于水果、蔬菜等)，还有脂肪、矿物质。据联合国粮农组织提出的标准，每人每天所获的热量的最低限是2360卡。实际上没有任何附加条件而笼统地说人们需要多少卡热量是没有意义的。在扎伊尔的一个地区，人民的主要食物是热带香蕉，这种水果

用来饱腹是足够的，但其蛋白质含量仅占其重量的1%左右，一个儿童每天要吃大约20磅(10公斤)香蕉才能满足身体对蛋白质的需求，显然单吃香蕉，其营养不足。

营养不足，会导致各种营养不良的疾病，如恶性营养不良症和消瘦病；霍乱、黄热病、钩虫病、疟疾及其它许多传染病和慢性病也总是无情地袭击那些体质虚弱的人。脚气病影响神经消化系统和心脏，这与缺乏维生素B有关，缺乏维生素C会使皮屑增多，缺乏维生素D易患软骨病、缺乏维生素A易导致眼病。反之，营养摄取过剩，也会使人体的能量代谢失去平衡，而导致肥胖、高血脂症、高血压、冠心病、脑中风、糖尿病等多种危害人体健康的疾病。

世界营养状况的地理分布，由于各地的人口、资源、环境与发展状况不一样，地域上差异明显。按世界各国(地区)日均热量消耗量统计分类，欧洲所有国家(除阿尔巴尼亚)、澳大利亚和新西兰等主要大洋洲国家、南北美洲大多数国家营养状况良好。例如南、北美洲的加拿大、美国、阿根廷、乌拉圭，属营养高水平地区，日均热量消耗量大于2900卡，巴西和墨西哥多年来一直属于中等水平，日均热量消耗2360—2900卡。亚洲和非洲的大多数国家，营养水平在中等以下，而且很多国家属于低水平，日均热量消耗量为2000—2360卡，世界上12个极低营养水平的国家(日均热量消耗量在2000卡以下)都分布在亚洲和非洲(见附表)。在一国之内，营养状况差异也很明显。例如印度东部(与孟加拉国接壤)营养不良状况要比西部的旁遮普地区差得多，在德里和附近农村地区，房屋破旧不堪，常年失修，人们面黄肌瘦，衣不蔽体。加尔各答附近地区的贫困与饥饿现象更为严重。旁遮普在印度经济发展中居领先地位，营养状况就相对较好。巴西是地区性不均衡的又一个例子，其