

生活小顾问

贾 仰 林 编著

生 活 小 顾 问

四川少年儿童出版社 一九八七年·成都

目 录

上 篇

• 日常生活 •

1. 使蚊香自动熄灭的方法	1
2. 不要用湿煤末封火	1
3. 用保温瓶沏茶好吗	2
4. 怎样烧水省火	3
5. 缝衣针防锈的方法	3
6. 擦镜子的好方法	4
7. 去镜片和玻璃窗上水汽	4
⑧. 肥皂头的利用	5
9. 面汤可以去掉油腻	6
10. 草木灰水可以代替碱	6
11. 浓甘油搽脸有什么不好	6
12. 用洗衣粉洗头好不好	7

13. 去口中的蒜味·····	8
14. 内衣用冷水洗好·····	9
15. 毛巾为什么会变硬·····	10
16. 自制粘蚊蝇纸条·····	11
17. 桌面开裂了怎么办·····	12
18. 开锈锁的方法·····	12
19. 怎样洗去白衣领上的汗迹·····	13
20. 衣服上沾了碘酒怎么办·····	14
21. 菜刀不要鑿·····	14
22. 木桩防腐的方法·····	15
23. 怎样去掉呢衣服上的灰尘·····	16
24. 醋可以除掉水垢·····	16
25. 车闸不灵怎么办·····	17
26. 怎样添煤少爆灰·····	17
27. 湿锯末扫地好·····	18
28. 怎样去掉水里的怪味·····	18
29. 巧用白矾·····	19
30. 去搪瓷器表面污迹·····	20
31. 草帽为什么会变黄·····	20
32. 砂轮屑有什么用·····	21
33. 去饭橱怪味·····	21
34. 铝锅发灰怎么办·····	22

35.防止油漆起皮·····	22
36.保存烟筒的方法·····	23
37.冰盐冷冻剂·····	24
38.巧用床围布·····	25
39.保护好你的雨衣·····	25
40.眼镜腿转动不灵怎么办·····	26
41.怎样使烙铁头好用·····	27
42.怎样保存补胎胶水·····	27
43.去污迹的小方法·····	28
44.自制焊锡镪水·····	29
45.雪花膏干了怎么办·····	29
46.怎样使用漂白粉·····	30

· 饮 食 ·

47.夏天怎样保存牛奶·····	32
48.夏天喝汽水为什么感到凉爽·····	32
49.剩饭剩菜怎样保存·····	33
50.酱油的保存方法·····	34
51.怎样防止油脂变质·····	34
52.变质的牛奶有什么用·····	35
53.怎样熬豆浆不起疙瘩·····	35
54.糖渍、盐腌的食物为什么不腐烂·····	36

55.怎样吃黄豆营养价值高·····	37
56.去菜馅中水分的好方法·····	38
57.怎样冻豆腐·····	38
58.吃发芽土豆要当心·····	39
59.做菜时加醋有什么好处·····	39
60.不要吃苦杏仁·····	40
61.熬粥不应该加碱·····	40
62.催熟柿子的方法·····	41
63.发面里加多了碱怎么办·····	42
64.烧鱼时加酒有什么用·····	42
65.龙葵有毒不能吃·····	43
66.煮豆速烂的方法·····	43
67.煮牛奶温度不能太高·····	44
68.红糖和白糖·····	45
69.吃菠菜应该注意的问题·····	45
70.怎样防止饺子粘到一起·····	46
71.说说味精·····	47
72.小孩吃鱼籽会变笨吗·····	48
73.糖精是糖吗·····	48
74.你会炒花生米吗·····	49
75.拌凉菜不要用生酱油·····	50

· 学 习 ·

- 76. 消字灵的简便制法 51
- 77. 怎样使墨汁好用 52
- 78. 蓝墨水写的字为什么会变黑 52
- 79. 使笔尖好用的方法 52
- 80. 不同的墨水不能混和使用 53
- 81. 圆珠笔不爱出油怎么办 53
- 82. 怎样使粉笔好用 54
- 83. 简易悬挂式小黑板 54
- 84. 图书标签用什么粘 55
- 85. 饭后不要立即学习 56
- 86. 过期杂志的装订 56
- 87. 增强记忆力也要靠锻炼 57
- 88. 纸放时间长了为什么变黄 58
- 89. 铅笔杆上的H和B 59
- 90. 钢笔杆压折了怎么办 61
- 91. 眼镜腿折断了怎样修理 62
- 92. 怎样给玻璃窗遮光 63

· 卫 生 · 体 育 ·

- 93. 酒精为什么能消毒 64

94. 碘酒和红药水为什么不要同时用	65
95. 防止煤气中毒	65
✓96. 嘴唇裂口怎么办	66
97. 脚跟防裂的小办法	67
✓98. 脚爱出汗怎么办	67
99. 被蜂蜇了怎么办	68
100. 去牙斑的方法	69
101. “虫牙”是怎么回事	69
102. 怎样刷牙	70
103. 去球鞋臭味	71
104. 晕车怎么办	72
105. 自己配些痱子粉	72
106. 人下到菜窖里为什么会晕倒	73
107. 剧烈运动后不要大量喝水	74
✓108. 饭后不要立刻喝水	74
109. 吃泡泡糖要讲卫生	75
110. 爱吃零食有什么不好	75
111. 预防冻疮的方法	76
112. 看书也要讲卫生	77
✓113. 看电视的卫生	77
114. 保护好你的眼睛	78
115. 少年抽烟危害最大	79

116. 不要闻汽车废气·····	81
117. 游泳前要做准备活动·····	81
118. 用什么东西包食物好·····	82
119. “挑食”有什么害处·····	83
120. 每天睡多长时间合适·····	85
121. 使用农药时要注意什么·····	86
122. 被水蛭咬着了怎么办·····	86
123. 小虫进耳朵里怎么办·····	87
124. “鬼火”是什么·····	88
125. 吃凉拌菜要注意什么·····	89
126. 电焊的火花不能看·····	90

下 篇

• 日常生活 •

127. 除家具上旧漆的方法·····	93
128. “鑲金”是怎么回事·····	94
129. 去新锅上的锈·····	94
130. 马路上的玻璃珠·····	95
131. 防止运动鞋变黄·····	96
132. 洗油瓶的方法·····	97
133. 脸盆不能当锅用·····	97

134. 补烟筒的方法.....	98
135. 和煤末的学问.....	98
136. 五颜六色哪里来.....	100
137. 灯泡怎么变黑了.....	100
138. 顶坛子的秘密.....	101
139. 剧场里的墙为什么不光滑.....	103
140. 新房子为什么出“汗”.....	104
141. 金粉和银粉.....	105
142. 冰箱不能代替电扇.....	105
143. 火柴是怎样燃烧起来的.....	106
144. 保险丝是用什么做的.....	107
145. 铝制品表面的颜色.....	108
146. 煤和碳是一回事吗.....	109
147. 巧用电冰箱.....	110
148. 自制碱面的方法.....	111
149. 使案板不裂的方法.....	112
150. 电视机放出的臭气.....	112
151. 自己粘补尼龙袜.....	114
152. 青砖和红砖.....	114
153. 荧光增白剂是怎样增白的.....	115
154. 洗衣粉用得越多越好吗.....	116

• 饮食 •

- 155. 鸡蛋保鲜法.....118
- 156. 死鳝鱼不能吃.....119
- 157. 蜂蜜别用铁桶装.....119
- 158. 拌馅别用生豆油.....119
- 159. 这样煮蛋不爆.....120
- ✓160. 怎样剥核桃.....121
- 161. 吃带鱼别去鳞.....121
- 162. 怎样使鸡肉更鲜美.....122
- 163. 吃这些食物要当心.....122
- 164. 小朋友能喝茶吗.....123
- 165. 冰棍是怎样做的.....124
- 166. 罐头是谁发明的.....125
- 167. 吃捣烂的蒜好.....126
- 168. 吃玉米面应该加碱.....127
- 169. 红糖结块怎么办.....128
- 170. 小苏打代替碱面好.....128
- 171. 夏天怎样存豆腐.....129
- 172. 这样腌蛋为什么快.....129
- 173. 罐头里为什么加片树叶.....130
- 174. 酒心糖里的酒是怎样加进去的.....131

175. 常吃油条不好.....132
176. 吃这些水果要当心.....133

•学习•

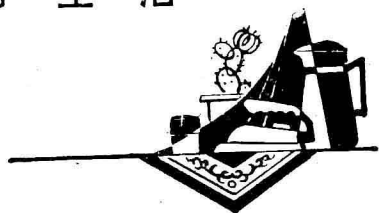
177. 树叶制书签.....134
178. 纸是怎样生产的.....135
179. 金笔和铨金笔.....136
180. 铅字光用铅做行吗.....137
181. 变色眼镜是怎么回事.....138
182. 图书防蛀的方法.....139

•卫生体育•

183. 消毒食具的方法.....140
184. 长了头虱怎么办.....141
185. 请用冷水洗脸.....142
186. 吃瓜子好吗.....142
187. 豆浆熬透才能喝.....143
- ✓188. 赤脚穿凉鞋好吗.....143
189. 焚烧废物害处大.....144
190. 体育锻炼能培养性格.....144
191. 牙膏的成分是什么.....145
192. 搪瓷器皿不要放酸性食物.....146

193. 蹲着吃饭是坏习惯.....	147
194. 会场里的公害.....	148
195. 吃冷饮不能过量.....	149
196. 吃完水果要漱口.....	149
197. 洗衣粉灭苍蝇.....	150
198. 水泥灭老鼠.....	150
199. 卫生球怎么飞了.....	151
200. 儿童别睡沙发床.....	152
201. 早饭要吃饱.....	153
202. “砍”的什么“鬼”.....	154
203. 马齿苋可做药.....	155
204. 课间要休息好.....	155
205. 玩摔炮太危险.....	156

日常生活 上 篇



1 使蚊香自动熄灭的方法

晚间入睡后，如何能使蚊香不至燃尽，自动熄灭呢？这里介绍一种简便的方法：只要用小铁夹子夹在需要熄灭的位置上，蚊香燃到这个地方就会自动熄灭。



蚊香燃烧需要一定的热量，铁是极容易传导热量的金属，当蚊香燃烧到铁夹时，铁夹将大部份热量吸收，温度降到蚊香的燃点以下，蚊香就会自动熄灭。

2 不要用湿煤末封火

家里如果用煤球炉做饭、取暖，总会有一些散

落的煤末。一些人为图省事，常常用湿煤末封火，这样做有两个坏处：

用湿煤末封火后，炉膛内温度仍然很高，水分会不断变成蒸汽进入烟道，由于烟筒温度较低，蒸汽会凝结成水附在烟筒内壁上。另外，煤中常混有一些含硫的矿石，它同煤一起燃烧时会生成二氧化硫气体，二氧化硫溶到水滴里，就生成有腐蚀性的亚硫酸，这样会加速烟筒的锈蚀。

3 用保温瓶沏茶好吗

茶叶的成分很复杂，含有多种人所需要的物质，象维生素、氨基酸、碳水化合物。茶水有苦涩味是由于茶叶中含有鞣酸，鞣酸有使细菌的蛋白质凝固的作用，如果不慎得了痢疾等肠道病，喝些茶水还有杀菌作用。

但是，茶叶中的维生素不耐热，水太热时会使维生素遭到破坏。有些少数民族聚居的地方习惯用茶叶和水或奶一起煮，还有些人为省事，用保温瓶泡茶喝，这些做法都会降低茶叶的营养价值。

有人测定过，沏茶的水温最好不要超过八十度。在夏天，水开后放置十分钟左右再用来沏茶比较合适。

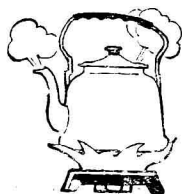
另外，喝剩的茶水长时间放置，容易发生变质，因此，最好随泡随喝。

4 怎样烧水省火

现在，城镇中已有相当多的家庭用管道煤气或液化石油气做燃料。在消耗掉的燃料中，用在烧水上面的最多。烧水怎样才省火呢？

（1）水是靠壶壁传递过来的热量升温的，壶壁越薄，越易传热，消耗的热量也越少。因此，烧水要选用熟铝壶。

（2）水垢对壶壁传热影响很大。据测定，当锅炉内壁水垢的厚度每增加一毫米时，消耗的燃料就会增加百分之五。要想省火，经常清除水垢是非常必要的。



（3）水升温较慢，如果开始就用大火，会有一部分热量白白跑掉。所以，要先用小火，待水温升高再把火焰调大些。

5 缝衣针防锈的方法

缝衣针虽然是用钢制作的，但保存不当还是会

生锈的。生锈的针摩擦力变大，很不好用，应该想办法使缝衣针不生锈。

找一些较细的锯末，晒干后拌些机油，油不要多，再把含油的锯末放在小布袋里扎紧，将缝衣针插在上面就可以了。

针插在布袋中，表面被机油覆盖，把潮湿的空气和钢针隔开，针自然就不容易生锈了。

6 擦镜子的好方法

你想把镜子或玻璃擦得干干净净吗？请你按下面的方法试试看：

把一些软纸或碎布揉成团，用水润湿（有条件时最好在水里加些酒精或普通白酒）后将镜子粗略地擦一遍，再用干净布蘸些粉笔末通通擦一遍就行了。

玻璃变脏主要是由于表面有了油污，再吸附一些尘土就更脏了。酒精有溶解油污的作用；粉笔末不容易粘到玻璃上，同时它的摩擦力较大，能轻易地把玻璃表面的灰尘擦掉。

7 去镜片和玻璃窗上水汽

冬天，戴眼镜的同学常会因为镜片上蒙了一层