

JIATING SHENGHUO BIBEI

家庭



钟莹 编著

生活必备



蓝天出版社

家庭生活必备

钟 莹 编著

蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭生活必备/钟莹编著. - 北京:蓝天出版社,2003.11

ISBN 7-80158-090-7

I. 家…

II. 钟…

III. 家庭-生活-知识

IV. TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 097095 号

蓝天出版社出版发行

(北京复兴路 14 号)

(邮政编码:100843)

电话:66983715

新华书店经销

北京柯蓝博泰印务有限公司印刷

850 × 1168 毫米 32 开本 10 印张 250 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

印数 1 - 10000 册

定价:15.80 元

前 言

在家庭日常生活中,常常会遇到一些小问题,小难题,人们往往希望能找到一些解决这些问题的快捷方法。

随着生活水平的不断提高,生活节奏不断的加快,人们越来越追求生活的品味,重视生活的质量。

这本《家庭生活必备》共分十二章,涉及了以上这些人民群众所关心的问题。针对性强,通俗易懂,愿它能给您的家庭生活带来无穷的乐趣。

目 录

第一章 食品鉴别与选购	(1)
海蟹如何挑选	(1)
河蟹如何挑选	(1)
甲鱼优劣比较	(1)
鱼翅如何选用	(2)
鱼肚如何选用	(2)
海参怎样挑选	(2)
干贝怎样挑选	(2)
海米是否新鲜的鉴别	(2)
肉类好坏识别	(3)
灌水猪肉的识别	(3)
老母猪肉的识别	(3)
注水家禽的鉴别	(4)
病鸡的鉴别	(4)
银耳的选购	(5)

黑木耳的鉴别·····	(5)
香菇的识别·····	(5)
阿胶的鉴别·····	(6)
人参的鉴别·····	(6)

第二章 食品加工 ····· (7)

巧去核桃壳·····	(7)
巧去板栗皮·····	(7)
巧去蚕豆壳·····	(7)
莲心快速去皮法·····	(8)
海参巧发制·····	(8)
海带巧泡发·····	(8)
海蜇皮的泡制·····	(9)
鲍鱼干的泡发·····	(9)
干贝的泡发·····	(9)
鱼翅的泡发·····	(10)
鱼肚的泡发·····	(10)
猴头的泡发·····	(10)
干蘑菇泡洗法·····	(10)
笋干泡洗法·····	(11)
木耳的泡发·····	(11)
蹄筋的发制·····	(11)
干肉皮的发制·····	(11)
鱼鳞巧刮·····	(12)
带鱼巧洗·····	(12)
贝类去泥巧法·····	(12)

蔬菜农药巧洗	(12)
香蕉催熟巧法	(13)
柿子脱涩法	(14)
巧除鱼腥	(14)
巧除鱼胆苦味	(16)
猪腰子去膻	(16)
羊肉巧去膻	(16)
大蒜臭味的去除	(17)
巧除菜板异味	(17)
解辣巧法	(18)

第三章 食品烹饪

巧煮米饭	(19)
饺子菜馅防出汤	(20)
巧拌饺子馅	(21)
煮饺子巧防粘连	(21)
巧煮馄饨汤不浑	(21)
元宵的煮法	(21)
烧鱼的诀窍	(22)
煎鱼不碎巧法	(22)
炸鱼巧法	(23)
鲜鱼汤巧变白	(23)
煮牛肉快烂法	(23)
炖鸡易烂法	(24)
蒸蛋羹新法	(24)
土豆防变色	(24)

茄子防变色	(25)
炒藕片不变色	(25)
豆浆的食用	(25)
豆腐的食用	(26)
花生米巧炸	(26)
使骨头汤更鲜美	(27)
鲜汤巧做	(27)
做汤巧去咸	(28)

第四章 食品贮存 (29)

食品贮藏温度	(29)
食品冰箱存放的时限	(29)
土豆保存方法	(30)
白薯的贮存	(31)
大白菜越冬法	(31)
大葱越冬存放法	(31)
大蒜头保鲜法	(31)
生姜巧保鲜	(32)
葡萄的存放	(33)
水果保鲜法	(33)
香蕉简易保鲜	(33)
柑桔保鲜数法	(33)
苹果贮藏数法	(34)
大米防蛀数法	(36)
米面生虫处理	(37)
茶叶的保存	(37)

第五章 日用品保养 (39)

衣领洗涤方法	(39)
羽绒服的洗涤	(39)
巧除毛料裤鼓包	(40)
呢料服装巧除尘	(41)
呢料衣服除亮法	(42)
丝绸被面的洗涤	(42)
丝绸服装的洗涤	(43)
真丝衬衫的洗涤	(43)
真丝服装防缩法	(44)
毛衣整件清洗法	(44)
毛巾变硬复软法	(45)
羊毛制品的洗涤	(45)
皮革保洁去污法	(45)
皮鞋巧擦几法	(46)
白皮凉鞋除污法	(46)
衣服汗渍巧除	(47)
染色织物除汗渍	(47)
衣衫汗渍味巧除	(47)
血渍去除方法	(48)
尿迹去除方法	(48)
白带迹去除方法	(48)
乳汁迹去除法	(48)
呕吐渍去除法	(49)
蛋黄渍去除法	(49)

动物油污去除	(49)
植物油污去除	(50)
机器油污去除	(50)
圆珠笔油迹去除	(51)
墨汁渍去除法	(51)
红墨水渍去除	(52)
蓝墨水渍去除	(52)
红药水渍去除	(52)
紫药水渍去除	(53)
碘酒渍去除	(53)
酒液污渍去除	(53)
茶与咖啡渍去除	(53)
水果渍去除法	(54)
茶垢去除妙法	(54)
油污巧除数法	(54)
樟脑丸的使用	(56)
羽绒制品防蛀	(56)
羽绒服的收藏	(57)
裘皮大衣的保养	(58)
鞋垫除臭法	(58)
毛毯蛀虫的去除	(58)

第六章 化妆与美容 (59)

化妆品的保质期	(59)
老年人怎样选购化妆品	(60)
保管化妆品的窍门	(61)

选购洗发水的窍门	(62)
选购染发剂的窍门	(62)
选购口红(唇膏)的窍门	(63)
快速化妆的窍门	(64)
涂口红的窍门	(64)
描眉的窍门	(65)
画眼的窍门	(65)
夏天化妆的窍门	(65)
冬天化妆的窍门	(66)
根据皮肤选择化妆品的窍门	(66)
使用香水的窍门	(66)
用粉底掩饰雀斑、疤痕的窍门	(67)
进行整个脸部化妆的窍门	(67)
容易使皮肤受到损伤的因素	(68)
清洁皮肤	(69)
滋润皮肤的窍门	(69)
面部出现黄褐斑的处理窍门	(70)
粉刺的处理窍门	(71)
消除雀斑的窍门	(72)
防止面部生皱的窍门	(72)
美容六忌	(73)
消除下眼睑下垂的窍门	(74)
中老年妇女的美容窍门	(75)
护扶美肤的窍门	(75)
自测皮肤性质的窍门	(76)
美化指甲的窍门	(77)

面部美容按摩的窍门	(77)
男士美容的窍门	(78)
护发的窍门	(78)
保持发型的窍门	(79)
防止脱发的窍门	(80)

第七章 休闲娱乐

怎样在小院内养花	(82)
怎样在阳台上养花	(83)
养花浇水的注意事项	(83)
家庭花卉叶子变黄怎么办	(83)
怎样养植文竹	(84)
怎样养植兰花	(85)
怎样养植水仙花	(85)
怎样养植米兰	(85)
怎样养植菊花	(86)
怎样养植牡丹	(87)
怎样养植玫瑰	(88)
怎样养植丁香花	(88)
怎样选择观赏鸟	(89)
怎样鉴别鸟的雌雄	(90)
怎样治疗鸟病	(90)
怎样搞好鸟的卫生	(91)
垂钓钓鱼要诀	(92)
金鱼养殖要点	(92)
怎样养好热带鱼	(94)

热带鱼的疾病治疗	(95)
怎样在鱼缸内放置水草	(96)
第八章 旅游常识	(98)
选择好旅游路线	(98)
事先制定好旅游日程计划	(99)
准备好旅游行装	(99)
游览寺庙四忌	(100)
怎样预防晕车晕船	(101)
如何解除旅行的疲劳	(102)
怎样准备旅行时的药品	(102)
旅行中食物中毒怎么办	(103)
在旅游时怎样预防传染病	(103)
野外迷路辨方向	(104)
手表巧定方向	(105)
夜间距离巧估计	(105)
乘机疲劳消除法	(106)
旅行巧用生姜	(107)
北京地区的旅游	(107)
上海——南京地区的旅游	(109)
济南地区的旅游	(110)
杭州地区的旅游	(111)
西安地区的旅游	(112)
广州地区的旅游	(114)
成都地区的旅游	(115)
昆明地区的旅游	(116)

福建地区的旅游·····	(118)
东北地区的旅游·····	(119)
冬日旅游·····	(120)

第九章 家庭收藏与鉴别 ····· (122)

五花八门的收藏品·····	(122)
集邮·····	(124)
邮票的种类·····	(125)
错票·····	(126)
首日封·····	(126)
明信片·····	(127)
邮票的品相·····	(128)
集邮常识·····	(129)
钱币·····	(130)
值得珍藏的钱币·····	(131)
金银币的魅力·····	(131)
纸币收藏渐成热门·····	(133)
古钱真伪鉴别法·····	(134)
古字画的价值·····	(135)
鉴别古字画真伪的方法·····	(136)
粮票的历史·····	(138)
粮票的种类·····	(139)
粮票收藏的价值·····	(139)
文革遗物的收藏·····	(140)
宝石的象征·····	(141)
选购翡翠玉镯的诀窍·····	(142)

评价翡翠的“十字口诀”	(142)
区别水晶与玻璃三法	(143)
水晶的鉴别法	(143)
评价钻石的四个“C”	(143)
鉴别真假钻石三诀窍	(144)
金刚钻石鉴别要点	(144)
宝石鉴别法	(145)
祖母绿的鉴别法	(145)
真假玉器的鉴别方法	(145)
灯光下看玉	(146)
识别真假象牙要诀	(146)
“K 金”的含义	(146)
计算 K 金中纯金含量的方法	(147)
金饰品的清洗三法	(147)
使钻石饰品日久常新三法	(147)
第十章 家庭自救及家庭护理	(149)
检查病情危险程度的四个要点	(149)
意识丧失——应立即保证呼吸道畅通	(151)
没有呼吸——立即进行人工呼吸	(154)
没有脉搏——立即进行心脏按摩	(155)
出血——检查出血情况并止血	(160)
心绞痛	(162)
心肌梗死	(162)
中风	(163)
交通事故(头部外伤)	(164)

交通事故(胸部外伤)·····	(165)
交通事故(面部外伤)·····	(165)
交通事故(腹部外伤)·····	(166)
溺水·····	(167)
药物中毒·····	(168)
食物中毒·····	(170)
煤气中毒·····	(171)
喉异物·····	(172)
被困火场怎么办·····	(172)
在火场救人·····	(177)
救火·····	(178)
气体燃料泄漏怎么办·····	(183)
停电时怎么办·····	(186)
困在电梯里怎么办·····	(187)
家庭病床的设置·····	(188)
家庭简易换药法·····	(189)
家庭常用消毒法·····	(190)
病床清洁整理法·····	(191)
协助病人变换卧位的翻身法·····	(192)
病人的口腔护理·····	(193)
病人的床上擦浴·····	(193)
褥疮的预防及处理·····	(194)
外伤止血·····	(196)
心血管系统疾病的家庭护理·····	(197)
呼吸系统疾病的家庭护理·····	(199)
高热的家庭护理·····	(199)

长期卧床病人的排痰护理·····	(200)
胸腰部损伤的护理·····	(201)
老人噎食的处理·····	(203)
怎样给中老年病人吸痰·····	(203)
怎样给中老年病人导尿·····	(204)
中老年病人的饮食护理·····	(208)

第十一章 医疗保健 ····· (211)

按摩头皮治白发·····	(211)
大蒜汁治疗秃顶妙法·····	(211)
取眼角膜异物的窍门·····	(211)
治疗急性结膜炎窍门·····	(212)
治疗鼻子出血的窍门·····	(212)
治飞虫进耳的小窍门·····	(213)
香油减缓口腔疾病·····	(213)
治嗓子疼窍门·····	(213)
治疗慢性咽炎的食疗妙方·····	(214)
止咳小验方·····	(215)
治牙痛的小验方·····	(215)
治疗三叉神经痛妙方·····	(215)
巧止婴儿打嗝·····	(216)
抑制打嗝的妙法·····	(216)
心脏病人咳嗽复苏妙法·····	(216)
治疗湿疹的妙方·····	(217)
医治蚊虫叮咬肿包的窍门·····	(217)
催疹发透的妙方·····	(217)