

《中国消费者杂志》编辑部 编

中国消费者手册

Zhongguo Xiaofei Zhe Shouce



下册



《中国消费者杂志》编辑部 编

中国消费者手册

Zhongguo Xiaofei Zhe Shouce

下册

顾问：曹天祐
编委会主任：杨竖昆
编委会副主任：张援朝
编委会委员：武高汉 丁世和
徐 焱 石维忱
陈鸿书 陈 钢
主 编：张玉霞
执行副主编：胡兴龙

目 录

第七篇 食 品

一、总 类

国家对食品的基本要求.....	1
食品卫生关系重大.....	1
食品卫生标准.....	1
食品保存期与保质期.....	2
食品保质期规定.....	2
食品标签必须标明的内容.....	3
当前食品标签存在的问题.....	3
国家对食品添加剂的规定.....	3
合理的膳食结构.....	4
婴幼儿食品的选择.....	4
补充微量元素的食品选择.....	5
绿色食品.....	5
保健食品.....	5
保健食品的选择.....	6

二、粮油、调料

粮食的营养特点.....	7
优质新大米的鉴别.....	7

掺假糯米的鉴别·····	7
面粉的质量鉴别·····	7
淀粉的质量鉴别·····	8
豆类的营养特点·····	8
豆类质量鉴别·····	8
豆浆的鉴别与选购·····	8
豆腐的鉴别与选购·····	8
腐竹的质量鉴别·····	9
食用油的营养特点·····	9
优质食用油的鉴别·····	9
掺水食用油的鉴别·····	9
掺假花生油的鉴别·····	9
掺假小磨香油的鉴别·····	9
桶装油的选购·····	10
调味品的选购·····	10
酱油的质量鉴别·····	10
食盐的鉴别与选购·····	11
食糖的鉴别与选购·····	11
味精的鉴别与选购·····	11
食醋的鉴别与选购·····	12

三、肉、禽、蛋、奶、水产品

畜肉检疫标志·····	12
新鲜畜肉的鉴别·····	13
瘟猪肉的鉴别·····	13
囊虫肉的鉴别·····	13
注水肉的鉴别·····	13
死猪肉的鉴别·····	13

老母猪肉的鉴别	13
马、驴肉的鉴别	13
骆驼肉的鉴别	13
山羊与绵羊肉的区别	14
兔肉的鉴别与选购	14
咸肉的鉴别与选购	14
火腿的鉴别与选购	14
肉松的鉴别与选购	15
西式火腿的鉴别与选购	15
灌肠的鉴别与选购	15
香肠的鉴别与选购	15
病禽的鉴别	16
老鸡的鉴别	16
老鸭的鉴别	16
肉鸡的鉴别	16
光禽新鲜度的鉴别	16
死后宰杀禽的鉴别	16
注水禽的鉴别	17
冻禽的鉴别与选购	17
板鸭的鉴别与选购	17
扒鸡的鉴别与选购	17
鲜蛋的鉴别与选购	17
变质蛋的鉴别	17
松花蛋的鉴别与选购	18
咸鸭蛋的鉴别与选购	18
糟蛋的鉴别	18
乳品的营养特点	18
鲜奶的鉴别与选购	19

掺假牛奶的鉴别	19
奶粉的鉴别与选购	19
炼乳的鉴别与选购	20
黄油的鉴别与选购	20
奶油的鉴别与选购	20
酸奶的鉴别	20
水产品的营养特点	20
活鱼的质量鉴别	21
污染鱼的鉴别	21
鳝鱼的选购	21
鳖的选购	21
病鳖的鉴别	21
鳖的雌雄鉴别	21
鲜鱼质量的鉴别	21
冻鱼质量的鉴别	22
鲜虾质量的鉴别	22
冻虾质量的鉴别	22
鲜海蟹的鉴别	22
河蟹的选购	22
蟹的雄雌鉴别	22
海蜇优劣鉴别	22
海米优劣的鉴别	22
虾皮的鉴别与选购	23
海参的鉴别与选购	23
干鲍鱼的鉴别	23
干贝的鉴别	23
干鱿鱼的鉴别	23
燕窝的选购	23

琼脂的鉴别	24
假琼脂的鉴别	24
紫菜的鉴别	24

四、蔬菜、水果

蔬菜、水果的营养特点	24
胡萝卜的选购	24
藕的选购	24
鲜笋的选购	24
茭白的选购	25
莴苣的选购	25
芦笋的选购	25
姜的选购	25
大蒜的选购	26
食用菌的种类和营养特点	26
鲜蘑的优劣鉴别	26
罐装蘑菇的鉴别	26
口蘑的质量鉴别	26
香菇的质量鉴别与选购	27
木耳的鉴别与选购	28
银耳的鉴别与选购	28
猴头蘑的鉴别与选购	28
富士苹果与元帅系苹果的区别	28
香蕉与芭蕉的区别	29
香蕉成熟度的鉴别	29
龙眼和玫瑰香葡萄的区别	29
猕猴桃的选购	29
草莓的选购	29

枇杷的选购	30
荔枝的选购	30
鲜桂圆的选购	30
芒果的选购	30
菠萝的选购	30
西瓜的选购	30
白兰瓜的选购	31

五、茶叶、饮料

茶叶的分类	31
茶叶质量的一般鉴别	32
茶叶的香气、汤色和滋味品评	32
绿茶的质量鉴别	33
乌龙茶的质量鉴别	33
花茶的质量鉴别	33
陈茶的鉴别	33
假茶的鉴别	34
茶叶的选购	34
茶叶的存放	34
饮料的种类与选择	34
碳酸饮料的质量鉴别	35
果汁饮料的分类	35
果汁饮料的鉴别	36
果汁饮料的选购	36
乳饮料的选购	37
植物蛋白饮料的鉴别与选购	37
固体饮料的鉴别与选购	37
矿泉水和纯水的比较选择	38

劣质矿泉水的鉴别	38
----------------	----

六、酒 类

酒的种类	38
白酒的香型分类	39
白酒的质量鉴别	40
假酒的危害与鉴别	40
啤酒的营养特点	41
啤酒的种类	41
熟啤酒与鲜啤酒的区别	41
瓶装鲜啤酒与扎啤的区别	41
啤酒的度数	41
啤酒的质量鉴别	42
啤酒瓶的新标准规定	42
葡萄酒的营养特点	42
葡萄酒的种类	43
葡萄酒的质量鉴别与选购	43
黄酒的营养特点	44
黄酒的种类	44
黄酒的质量鉴别与选购	44
洋酒的种类	44
白兰地的特点和饮用方法	45
白兰地瓶标上的标志与含义	45
威士忌的特点和饮用方法	46
金酒的特点和饮用方法	46
伏特加的特点及饮用方法	46
朗姆酒的特点及饮用方法	47
香槟酒与葡萄汽酒的区别	47

鸡尾酒及其作用	47
酒度的概念	47
如何掌握适度饮酒	47

七、名优产品选介

.....	48
-------	----

第八篇 纺织品 服装 鞋帽

一、纺织品

纺织品成分的比较鉴别	54
针织品的支数与特点	54
毛织品编号的识别	55
毛线标志的识别	55
羊毛衫的选购	55
羊绒衫的鉴别与保养	56
牛绒衫的特点与选购	57
金属棉(太空棉)的特点与选购	57
棉胎的质量鉴别与选购	58
纯毛毯的选购和保养	58
床罩的选购与使用	58
枕芯的选购	59
地毯的选购	59

二、服装、鞋帽

服装号型的表示	59
西服的选购与保养	60

男衬衫的选配与质量鉴别	61
领带的选配与保养	62
夹克衫的选购要领	62
牛仔褲的穿着特点	63
牛仔褲的选购要领	63
丝绸服装的穿着特点	63
丝绸服装的选购与保养	64
皮革品种鉴别	64
皮革服装的选购与保养	65
裘衣服装的选购	66
优质水貂皮毛的识别	66
绵羊毛皮的识别	66
优质银狐皮毛的识别	67
羽绒制品的等级划分	67
羽绒制品的质量鉴别	67
鞋型号与鞋号	67
选鞋要领	68
皮鞋皮革优劣的识别	68
皮鞋的收藏	68
运动鞋的选购	68
童鞋的选购	68
帽子的型号	69
帽子的选购	69

三、名优产品选介

.....	69
-------	----

第九篇 美容 化妆 洗涤

一、化妆品的选购与使用

化妆品的分类	74
化妆品标签必须标明的内容	74
化妆品的发展趋势	75
化妆的一般顺序	76
皮肤的类型与自测方法	76
洁肤、护肤类化妆品的选购	76
雪花膏的选购	78
营养润肤霜的功效与选用	78
护肤奶液的选购	79
冷霜的特点与选用	80
洗面奶与清洁霜的选用	81
磨砂膏与去死皮膏的选用	81
面膜的功效与选用	82
美容类化妆品的质量要求	82
粉底霜的类型及特点	83
粉底霜的选购、使用和保存	84
胭脂的修饰技巧	85
胭脂的类型与选购	85
唇膏的类型特点与质量要求	86
唇膏的选购和使用	86
眼线笔的选购和使用	87
眼影的选购及使用	88
睫毛膏的选购与使用	88

指甲化妆品的种类	89
指甲油的选购和使用	89
香粉的类型与质量要求	90
香粉的选择和使用	90
香水类化妆品	91
香水类化妆品的选购和使用	92
特殊化妆品的种类与特点	92
特殊化妆品的选购和使用	94

二、美发、洗涤用品的选购与使用

洗发剂的选购和使用	95
护发剂的选购与使用	96
发油、发蜡、发乳的选用	96
整发剂的种类与特点	97
整发定型剂的选购与使用	98
烫发剂的特点与选用	98
染发剂的种类与选用	99
洗涤用品的一般选择	100
餐具洗涤剂的鉴别和选用	101
不同织物和皮衣洗涤剂的选择	101
洗衣粉的性能标志	102

三、名优产品选介

.....	102
-------	-----

第十篇 珠宝首饰

一、珠宝玉石

珠宝玉石的概念及分类·····	107
宝石的一般鉴别·····	108
宝石价值的比较衡量·····	108
钻石的鉴别·····	109
红宝石的比较识别·····	110
蓝宝石的比较识别·····	110
祖母绿与其它绿色宝石的识别·····	111
猫眼石的鉴别·····	112
水晶石的比较鉴别·····	112
玉石的分类与质量鉴别·····	113
假玉的识别·····	114
处理玉的识别·····	114
翡翠的质量鉴别·····	115
真假翡翠的识别·····	116
珍珠的质量鉴别·····	116
天然珍珠与养殖珍珠的识别·····	117
仿制珍珠的识别·····	117

二、贵金属饰品

黄金饰品的纯度标准·····	118
黄金饰品的计量换算·····	118
金饰品分量差多少算“缺斤少两”·····	119
黄金首饰的质量鉴别·····	119

包金和镀金首饰的选择·····	120
白金与白色金的区别·····	120
白金与白银的区别·····	121
银饰品的鉴别·····	121
贵金属首饰的保养·····	122

第十一篇 文化体育用品

一、乐 器

钢琴的类型与选购·····	123
钢琴的维护与保养·····	124
小提琴的选购·····	124
电子琴的特点与选购·····	125
手风琴的质量鉴别·····	125
吉他的分类与选购·····	125
二胡的选购·····	126
口琴的选购与使用·····	126

二、摄影、摄像用品

照相机的分类与选择·····	127
照相机镜头的类型与选用·····	129
电子闪光灯的选购·····	130
初学摄影的相机选择·····	131
傻瓜相机与玩具相机的区别·····	131
傻瓜相机的类型与选购·····	131
一次成像照相机的选购·····	132
数字式照相机的新技术新功能·····	133

胶卷的类型与适用范围.....	134
胶卷感光度的识别与选择.....	135
三种胶卷的比较选择.....	135
家用摄像机的类型选择.....	136
家用摄像机的质量鉴别.....	137

三、体育、健身用品

篮、排、足球的选购.....	137
羽毛球和球拍的选购.....	138
乒乓球和球拍的选购.....	138
网球和球拍的选购.....	138
轮滑鞋的选购.....	139
扑克牌的质量鉴别.....	140
钓具的选购.....	141
家用健身器材的选购.....	142
电动按摩器的选购.....	143

三、名优产品选介

.....	143
-------	-----

第十二篇 药 品

一、西药类

药品的批文和批号.....	147
药品的商品名与学名.....	148
失效药品的鉴别.....	148
进口药品有效期的识别.....	148

四类药品的防伪标志识别·····	149
高价药不等于高效药·····	149
进口药与国产药的比较选择·····	150
儿童用药的禁忌·····	150
儿童不宜用补药·····	151
家用止痛药的选择·····	151
滥用止痛药的危害·····	152
感冒用药的选择·····	152
驱虫药的选购与使用·····	153
抗菌素不宜常用·····	153
丙种球蛋白不宜滥用·····	153
不能同时服用的几种常用药·····	154
服药与烟酒茶的禁忌·····	155
家用酒精的选购与使用·····	155
家用碘酒的选购与使用·····	156

二、中药类

中成药质量的一般鉴别·····	157
云南白药的功效与使用方法·····	158
云丰牌宫血宁的特点与功能·····	159
古汉养生精的适用范围·····	160
福寿仙保健品的适用范围·····	160
六神丸的功效与用量·····	160
正骨水的真伪识别·····	161
真假人参的比较识别·····	161
鹿茸的质量鉴别·····	162
麝香的真假鉴别·····	163
熊胆的真伪鉴别·····	163