



YEWASHENG CUN
BAI KE QUAN SHU

野外生存 百科全书

[英] 亚历山大·史迪威 著 卫平 穆金 译

N

W

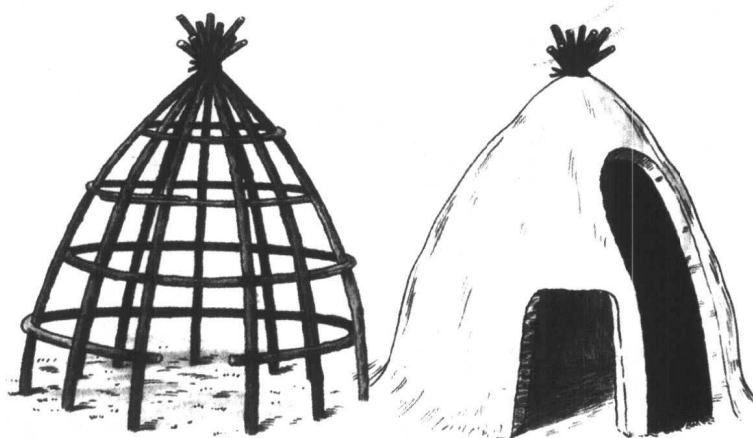
E

S

YEWASHENG CUN
BAI KE QUAN SHU

野外生存百科全书

〔英〕亚历山大·史迪威 著 卫平 穆金 译



明天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

野外生存百科全书 / (英) 史迪威著; 卫平, 穆金译.
济南: 明天出版社, 2002.9
ISBN 7-5332-3818-4

I. 野... II. ①史... ②卫... ③穆... III. 野外生存-
基本知识 IV. G895

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 031267 号

责任编辑: 王兰福 美术编辑: 彭鹏

野外生存百科全书

[英] 亚历山大·史迪威

卫平 穆金 译

*

明天出版社出版

(济南经九路胜利大街 39 号)

<http://www.sdpress.com.cn>

<http://www.tomorrowpub.com>

山东省新华书店发行 山东新华印刷厂德州厂印刷

*

787 × 1092 毫米 16 开 13.625 印张

2002 年 9 月第 1 版 2002 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 7-5332-3818-4
Z·50 定价: 18.50 元

山东省著作权合同登记证号: 图字 15-2001-027

如有印装质量问题, 请与印刷厂调换。

Survival Techniques by Alexander Stilwell

Copyright © 2000 Amber Books Ltd, London

Copyright of the Chinese translation © 2002 by Tomorrow Publishing House

This translation of Survival Techniques first published in 2002 is published by
arrangement with Amber Books Ltd.



内容提要

本书一共分为十三章。首先介绍了野外生存训练准备工作以及所需要的装备,有关沙漠、海洋、热带、极地、山地、特殊自然条件下求生的基本知识与技巧。然后介绍了野外急救、燃火、工具与武器、狩猎陷阱、捕鱼方法、可食用植物、信号与方位、捆扎木筏、渡河方法、绳索与结扣等方面的基本技巧与成功经验。最后详细介绍了有关国外旅行的一些常识。

本书不仅内容丰富详实,而且还在各个重点之处插入了大量精美的图画并进行了详细的说明。

在未来的野外生存训练或者挑战极限的运动中,无论您遭遇到什么样的困境,只要有了本书的帮助与指导,相信您一定能够树立起信心,以坚强的意志战胜恶劣的自然环境,克服面临的重重困难,成功地返回到自己幸福的家园。

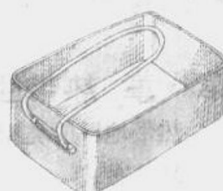
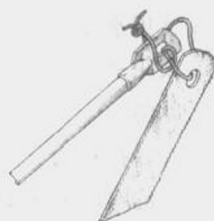




5...



概论	1
一. 野外生存的简明指导	2
二. 野外生存计划	2
三. 怎样使用这本书	3
 第 I 章 准备工作与器材配备	4
一. 计划	4
二. 装备	5
三. 野外生存工具包	8
四. 急救药包	12
 第 II 章 沙漠生存	13
一. 世界上的大沙漠	13
二. 沙漠气候	15
三. 地面与水	16
四. 防护服装	16
五. 面部防护与眼部防护	16
六. 脚部防护	17
七. 避难棚	17
八. 水	20
九. 食物	22
十. 毒蛇	24



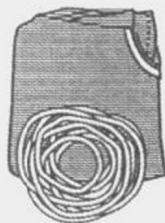


十一. 毒蜥蜴	25
十二. 哺乳动物	26
十三. 疾病	26
十四. 确定方向	27



第Ⅲ章 海上生存

一. 海水温度	28
二. 准备工作	28
三. 落水反应	28
四. 救生筏	30
五. 自救行动	31
六. 寻找陆地	32
七. 登陆	33
八. 饮用水	34
九. 太阳蒸发器	34
十. 冰山	34
十一. 寻找食物	34
十二. 危险的海洋生物	35
十三. 海上导航	39
十四. 海上天气	40
十五. 驾驶救生筏	43



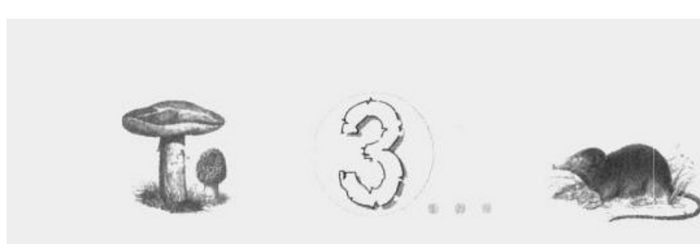
第Ⅳ章 热带生存

一. 热带地区的类型	46
二. 野外服装	48
三. 避难棚	48
四. 寻找淡水	50
五. 寻找食物	52
六. 动物	58
七. 毒蛇与毒虫	59
八. 丛林行走注意事项	62



第Ⅴ章 极地生存





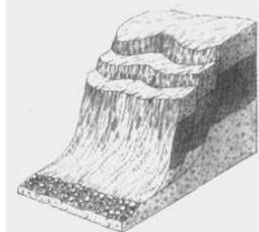
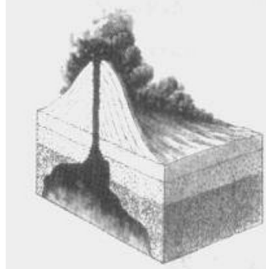
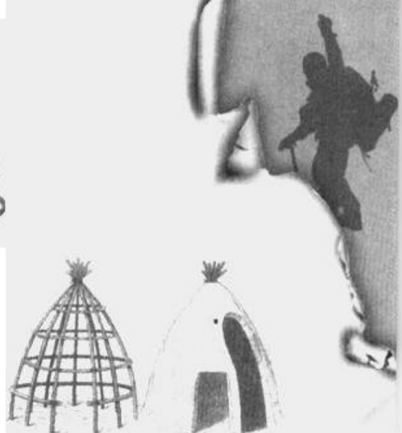
一. 着装	63
二. 避难棚	65
三. 取火	71
四. 寒冷气候疾病	71
五. 寻找水源	74
六. 寻找食物	75
七. 陆地动物	75
八. 冻土地带动物	75
九. 针叶树林地带的动物和植物	77
十. 极地旅行	79

第VI章 山地生存

一. 气候	81
二. 服装与器材	82
三. 山地探险	85
四. 在积雪地带与冰河地带行走	90
五. 下山方法	93
六. 绳索结扣	97
七. 山地避难棚	97

第VII章 抵御自然灾害

一. 地震	99
二. 飓风	102
三. 龙卷风	104
四. 雷电	104
五. 洪水	105
六. 海啸	106
七. 干旱	106
八. 火灾	106
九. 火山	108
十. 山体滑坡与泥石流	111
十一. 当心危险	113
十二. 车辆准备与保养	113





十三. 越野驾驶	114
----------------	-----

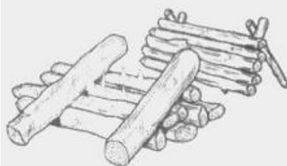
第VIII章 急救

一. 这样做安全吗?	116
二. 快速评估的三个基本步骤	116
三. 人工呼吸	117
四. 检查技巧	118
五. 心肺复苏	118
六. 窒息	119
七. 抢救姿势	121
八. 溺水抢救	122
九. 失血	122
十. 伤口	123
十一. 疖子	124
十二. 皮疹	124
十三. 严重烧伤	125
十四. 休克	125
十五. 骨折	125
十六. 脱臼	129
十七. 扭伤	129
十八. 吊带与绷带	129
十九. 咬伤与毒刺	132
二十. 热伤害	133
二十一. 冷伤害	134
二十二. 心理因素	135



第IX章 燃火

一. 取火	137
二. 材料	137
三. 取火场地	138
四. 燃火类型	138
五. 点火	140



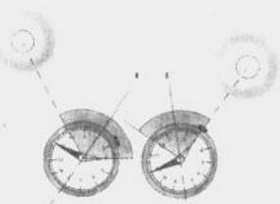


第X章 狩猎器具、陷阱、捕鱼与可食植物

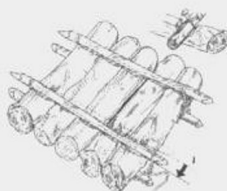
.....	143
一. 陷阱	143
二. 危险动物	147
三. 捕鱼	147
四. 狩猎	150
五. 工具与武器	150
六. 猎物处理	152
七. 食用植物	155
八. 有毒植物	160
九. 菌类	161



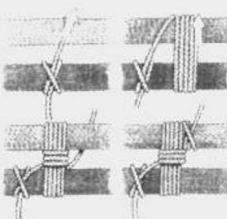
第XI章 方位与信号	165
一. 地图	165
二. 没有地图与指南针的方位测定方法	170
三. 推算定位法	173
四. 信号	174



第XII章 木筏与过河工具	180
一. 木筏	180
二. 渡河方式	182



第XIII章 绳索与结扣	185
一. 绳索	185
二. 结扣	186
三. 绳圈	190
四. 固定物体绳结	190
五. 捆绑方法	193



附录——国外旅行	196
1. 亚洲	197
2. 非洲	200
3. 北美洲与中美洲	204





4. 南美洲	204
5. 南极洲	205
6. 欧洲	206
7. 澳洲	207





一旦远离现代文明社会的物质基础，例如精美的食物、甘甜的饮用水、舒适的房屋、温暖的家庭、纯真的友情等等，每一个人都会自然做出不同的反应。然而，无论是什么样的反应，它都与人们平时所处的地位以及接受野外生存训练的程度有关。实践已经证明，远离社会文明陷入困境并不可怕，问题的关键在于您是否能够迅速地认清当前的处境，争取尽快地排除身体上的创伤或者心理上的障碍。换言之，您应该首先使自己明白，当前您所面临的这个世界对于所有的人来说都是非常陌生的，就时间概念而言恐怕要倒退几百年甚至于几千年，从地域概念来说它离文明社会已经非常遥远了。总而言之，您已经陷入了一种极其困难的境地——野外求生环境。

也许您还没有意识到这一点，这很有可能是因为您本人已经具备了一些野外生存的必要品质，例如坚强意志、果断决定、足智多谋、幽默感等等。然而，一旦进入了野外求生环境，您的首要任务就是要使这些优秀

的品质适应于新的环境。对于外出寻找食物与水源地，您可能会感到很不习惯。但是，千万不要忘记这一点：您目前正在凭借自己的优秀品质以及实用技能来寻找食物与水源，建造房屋，维持自己乃至全家人的生命。这与现代文明社会中，人们整日为了衣食而忙碌，为了温暖舒适而奔波比较起来，只有质量上的差异，而没有本质上的不同。

经过缓慢的适应过程，您可能会发现如果能够按照事先制定的计划采取适当的措施，那么您本人就完全可以迅速地进行自我调整，很快就可以适应一个陌生的环境。从某种意义上说，由于现代物质文明的娇惯，人们的感觉器官已经变得越来越迟钝了。然而，一旦进入野外生存的全新环境，大多数人自然而然就会恢复他们的感觉本能。在这种情况下，您就可以针对当前的日常生活做出各种各样的应急计划了。

如果下定决心进行一次有关野外生存方面的探险活动，虽然会遭受许多挫折，但是，您肯定会获得成功。只有树立了明确的目标，





YEWAI SHENG CUN BAI KE QUAN SHU

您才能够鼓足勇气，以充沛的精力参与野外生存活动，并且能够顺利地找到食物、水与避难棚，战胜各种困难，最终经受住一系列的野外生存考验。

一．野外生存的简明指导

倘若处于潮湿、寒冷、饥饿或者受伤的境地，您的当务之急就是：

- ☐ 清点人数
- ☐ 进行急救
- ☐ 寻找适当的衣物与野外生存器材
- ☐ 寻找合适的避难棚
- ☐ 寻找食物、水、温暖的栖身之处
- ☐ 好好休息

倘若能够在短时间内适应当地的环境，并且顺利地解决了“衣、食、住、行”等迫在眉睫的问题以后，您就可以从容不迫地策划自己的整个野外生存计划了。究竟采取什么样的步骤，这要取决于您所处的特殊环境。当然，您也可以在这本书中有关章节里得到一些启示。如果是集体行动，那么您还可以发挥大家的聪明才智，集思广益，最终制定出一个合理的行动方案。

不论感到多么劳累，您都必须首先做好以下几件事情：寻找合适的树木与树枝建造一个临时性避难棚(除非您有其它现成的设备或者材料)，根据配给标准摄取食物与饮用水。万一水量有限，请记住不要吃大量的食物。

有了一个临时性的避难棚，您就可以给自己提供一个温暖而又合适的生存环境，这对于坚定野外探险的信心以及改善自身体能是非常有益的。当然，您还可以进行彻底地

放松，好好地休息一下，只有这样您才能够有信心有能力去迎接未来大自然的挑战。

在野外生存环境里，面对许多意料不到的困难、陌生的自然环境乃至天灾人祸，您应当始终保持清醒的头脑。首先把所有的问题摆在面前，按照“轻重缓急”进行排列，集中精力着手解决当前最紧迫的几个问题。在这种特殊条件下，您一定要反复地告诫自己：“摸着石头过河，一步一步地前进。”也只有这样，您才能够顺利地解决一个又一个难题。

二．野外生存计划

一旦解决了当前的难题之后，您就可以为下一步的行动计划做出决定了，这种决定将包括多种选择：留在原地不动，等待救援队的到来，或者前进寻找救援队，返回到文明社会。如果您当前的位置靠近一个大型物体，例如失事飞机，那么相信搜索人员很快就可以找到您。然而，倘若身陷一片茂密的森林，您就不得不步行穿过这一片森林，寻找一个空旷地点燃求救信号，或者是寻找有人居住的地方寻求帮助。

1. 确定方位

首先，试着确定您自己当前所处的具体方位。其次，观察一下这里是否靠近人们所熟悉的路径？如果答案正确，那么您获得援救的可能性就大大地增加了。倘若答案不正确，那么您就不得不考虑更换一个地方，即搜索人员能够容易发现的地方。

2. 无线电设备

检查一下随身携带的无线电设备是否能够正常工作。如果一切正常，应该立即进行对外联络。





3. 设备清单

列出一份现有设备清单，其中包括可以利用的各种材料。

4. 后勤供给

检查一下现有食物与水的储备数量，再计算一下依靠这些配给量可以走出多远的路程。

5. 身体条件

对于您自己以及周围其他人的身体状况做出正确的评估。也许您需要一些时间来医治创伤或者休养生息。此后，您才能够获得充足的精力或者充沛的体力去寻找食物与水源。

6. 气候条件

确认当前气候的有利条件与不利条件，力求搜索救援行动能够一次成功。倘若需要离开遇难地点，您应当首先确认未来的天气趋势。万一处于不利的条件之下，您就不得不留在原地等待天气的好转。

7. 求救信号

检查所有的信号设备，使其处于备用状态。倘若天空中突然出现一架飞机，您就应当立即发出求救信号，千万不要错过这个千

载难逢的大好机会。

三．怎样使用这本书

本书的第一单元主要涉及世界上不同类型的地区，例如沙漠、海洋、热带、极地与山区，其中还包括一些有关防御自然灾害的内容，譬如地震、飓风等等。本书的第二单元详细叙述了野外生存活动所必需的一些基本知识与实践技巧，例如确定方位、取火等等。

针对当前您所处的特殊环境来阅读有关的篇章，这才是正确的阅读方法。它可以告诉您如何按照“轻重缓急”来解决一系列难题，譬如建造临时性避难棚的方法，如何寻找食物与水源。当然，它还能够提醒您要小心提防哪些危险的动物。

作为一个野外生存者的精神和体力的最基本的要求是坚持能力。解决你所面临的所有困难是件很不容易的事。你是否能够获救只能取决于你所能忍耐的程度。然后靠你平时的锻炼、创造精神和天赐的技能技巧去解决其余的困难。





I

第 章

准备工作与器材配备

参与野外生存活动就是要使人们进入一种完全陌生的自然生活环境。在那里,人们将会失去平日习以为常的生活环境,例如充足的饮用水与食物、舒适的衣服、温暖的居住环境等等。

如今,许多人喜欢乘汽车进行国内旅行。然而,一旦遭受暴风雪等恶劣气候的袭击,他们只有听天由命,坐等救援人员伸出援助之手。多次调查表明,在此之前这些饱受恶劣天气侵袭的人们仅仅会提出一些最基本的生活要求:喝一口热水,穿上暖和的衣服,再配给一些食物与饮用水。

对于那些长途跋涉去山区、沙漠、海洋探险的人们来说,他们应该清醒地意识到他们已经踏上了野外生存的生活历程,为此,他们应当事先做好充分的准备工作。然而,无论他们对前途如何自信,也无无论在背包内装入了多么丰富的物品,一旦进入野外环境以后,他们往往会陷入捉襟见肘漏洞百出的窘境。

尽管已经做好了非常充分的准备,但是,您仍然需要清醒地意识到这一点,成功与失

败的机会并存,摆在您面前的命运永远是一个未知数。倘若事先能够更多地考虑一下可能会遇到的各种困难,那么真正面对这些突然来临的难题时,您就会始终保持清醒的头脑,积极地寻求适当的解决方案,使诸多问题迎刃而解。

野外生存的首要原则之一就是不要依赖于现代化的交通工具,同时也不要依赖于其他任何人。您应当学会自己动手做好准备工作,适当地进行自我调整。只有这样您才有可能朝着摆脱困境的方向迈出第一步。

一. 计划

俗话说得好:“不打无准备之仗。”这个道理不仅适用于战争和日常工作,而且也适用于野外生存环境。实际上,您只要设身处地地想一下各种选择方案,考虑一下万一情



况发生了变化,或者超出了原来的计划范围,倘若事先没有准备,恐怕您就不得不花费大量的时间来应付各种意料不到的困难。如果预先已经做好了大量的准备工作,即使遇到了很多困难,您也仍然可以从容不迫地克服它们,这无形中会节省大量的宝贵时间,然而,恰恰就是这一点——是否预先做好了周密的计划与周到的准备工作,往往是导致野外生存活动成功与失败的关键,与此同时,它也可能成为您与其他朋友死里逃生还是继续走向死亡的一道分水岭。

如果准备进行一次远征或者探险行动,其中包括各种野外生存活动,那么,您就必须根据将来所面临的特殊环境做出一整套详细的行动方案。例如,您可以给旅行车配备全套修理工具,除此之外,您还需要一个医疗急救箱,并且准备充足的食物与饮用水。

二. 装备

随着当前户外运动器械的发展趋势,有许多人不是不知道应该穿什么样的衣服或者携带什么样的工具,而是在品种繁多的户外运动器械与设备面前不知所措,以至于最终做出了完全错误的选择。实践已经证明,最好的办法就是向户外运动器械专卖店的售货员进行请教,这是因为他们本人往往就是户外运动爱好者的爱好者。他们可以为您答疑解惑,甚至于可以针对您提出的具体情况传授经验,指点迷津。例如,面对琳琅满目的优质运动鞋,您可能会感到眼花缭乱,一时拿不定主意。然而,只要向店员说明您准备去爬山,根据他提出的建议,相信您很快就会缩小了运动鞋的选择范围。这样做的好处不仅在于能够大大地节省了您的时间与精力,

而且还有利于您做出正确的选择。

这里需要向您提出一点忠告:因为时装工业已经渗透于各个领域,所以,您一定要确认您购买的运动服装与运动鞋是真品而非走俏一时的冒牌货。

挑选服装时,您必须遵守这样一个基本原则,即每一层布料都可以把人体的汗液顺利地排泄出去。倘若您细心地进行挑选,那么就应当要求所有的面料具有吸湿、防潮的基本功能。只有满足了以上这几项要求,在野外生存环境里您才能够避免那些令人不舒服的感觉。

1. 帽子

因为人体内大约50%以上的热量是从头部散失的,所以,在所有的服装器材中,应当把帽子看作是一个非常重要的组成部分。为此,您应当为自己配备一顶非常结实的帽子。如果准备去非常寒冷的地区,您可以在以下两种选择项中做出选择,一顶巴拉克拉法帽,或者是一顶可以把帽体拉扯下来直接遮挡住耳朵或者脖子的帽子。万一天气潮湿,您还可以用防水材料把夹克衫的顶部包裹起来。在沙漠环境里,您最好采用阿拉伯人的传统方法,用一块阿拉伯头巾,即人们所熟悉的“谢马赫”把自己的头部包裹起来。如果找不到这样的头巾也不要紧。您可以取一块100厘米见方的浅色布料,对折成三角形以后把自己的头部、颈部、肩膀严密地遮挡起来;必要时,还可以把面部也包裹起来。相信您一定能够在户外运动商品专卖店购买到上述各种基本用品与材料。

2. 夹克

就所有的服装而言,您首先考虑的应当是一件具有“呼吸功能”的优质夹克衫。倘





若您选择的夹克衫是采用戈尔泰克斯®制作的,那么我们完全有理由相信这件夹克衫不仅可以为您带来干燥而又温暖的感觉,而且还可以提供良好的防水功能,最重要的是它可以有效地减少您的排汗量。从某种意义上说,这也就等于减少了您体内的水分损失。无论在什么样的气候条件下,这一点都是绝对重要的。除此之外,您选择的夹克衫还应当配有可调整式大型口袋,以便于保证双手温暖。

3. 套头羊毛衫

其次,您还应该穿上一件温暖而又干燥的羊毛衫。例如,当停下来休息的时候,您就可以随时把它脱下来放入自己的背包。大量消耗体力的时候,最好不要穿过多的衣服。否则,即使穿得再多,您也不会获得温暖舒适的感觉。

4. 衬衫与T恤衫

仅仅就面料而言,衬衫与T恤衫就可以分为很多种类,其中有一些可以在炎热的季节里给人一种凉爽的感觉,而在寒冷的季节里却能够使人们感到非常温暖。面对琳琅满目的花色品种以及各种各样的最新款式,倘若又一次陷入了不知所措的窘境,请您记住这一点:请教专卖店的售货员。

5. 裤子

说到裤子,恐怕人们的要求并不高,只要能够达到材料轻柔、穿着舒适的标准就可以了。除了柔软以外,全棉制品还有另外一个优点,那就是易洗易干。在一般的气候条件下,只要保持上身温暖,对于绝大多数人来说裤子稍微薄一点儿是不会出现问题的。

如果可能的话,您可以给膝盖部位打上结实的补丁。除此之外,您还可以考虑其它一些因素,例如可以放置地图的附加口袋等等。

在恶劣的气候环境里,您就应该选择一些具有特殊功能的专用裤子,例如沙漠裤、山地裤等等。

6. 防水服装

在所有的防水服装中,您应当首先把那些具有“呼吸功能”的服装作为首选。只有在这种条件下,您才能够把防水服装套在其它的衣服外面,否则,由于潮气无法及时排出,您可能会饱受内衣紧贴皮肤那样的不良感觉。还有一点值得注意,防水裤应当具有足够的长度,最好能够盖住鞋子的表面。

7. 袜子

质量良好的运动袜可谓多种多样。其实,质量的优劣主要取决于野外生存环境以及您的具体活动范围。一般说来,您可以同时穿两双甚至于三双袜子。另外,您还需要随身携带数量足够的备用袜子,并且使它们处于清洁干燥的状态,以备每日更换。根据具体用途,袜子也可以分为各种各样的系列产品,例如跑步袜、登山袜。据说有一些袜子还具备了极为特殊的功能,例如抗菌袜。

8. 长统橡胶靴

这种长统橡胶靴在雪地环境里是必不可少的,通常它可以保护皮靴,使其免受雪水的侵蚀而损坏。

9. 运动鞋

根据不同的气候条件与实际用途,运动鞋也可以分为许多不同的种类。不要购买那种外形看起来好像很结实的运动鞋,这是因为它们不一定适合于您所从事的这种运动。譬如,山地运动鞋的柔韧性肯定比不上低腰

① Gore-tex, 一种新型纺织面料。



跑步鞋。购买运动鞋之前,您最好还是认真仔细地阅读一下有关的杂志或者实用手册。

只有按照以下方法穿鞋,您才能够达到理想的效果。在正式穿某一双鞋以前,您最好试穿一下。接下来,您还要考虑一下准备穿几层袜子。试鞋的时间最好选择在下午,这是因为那时候您的双脚非常温暖,而且已经处于自然伸长的状态。最后,您还要考虑一下是否需要加上一层鞋垫。倘若您穿的是一双皮鞋,那么您还需要带上一盒鞋油,它可以保护皮鞋,又可以起到良好的防水作用。

理想的皮鞋应当具有良好的防水性能,衬里应当采用戈尔泰克斯、科尔迪尤拉^①、坎布雷尔^②等优质材料,它们本身不仅具有“呼吸功能”,而且还能够给人们带来温暖而又舒适的感觉。

10. 背包

选择背包时,您可以根据所携带的物品以及行程的范围与距离做出决定。用双肩承担沉重的背包时,您应当遵循这样一个基本原则:如果背包的位置比较高,而且贴近后背,那么整个背包的重心就会垂直于地面,于是,您的双肩处于受拉力最小的状态。倘若背包的重心距离您的后背很远,那么您就不得不花费很大的力气把它拉向双肩。长时间行军之后,必然会引起肩部与颈部的疼痛。

除此之外,您还应当记住这一点:把需要更换的衣服物品放置在背包的最上面。例如一件毛衣、一双干燥的袜子。以免需要时难觅其踪。目前,有一些背包的内部口袋采用了不同的浅颜色进行分类标识。倘若能够

有条不紊地进行分类存放,相信您一定会对自己的背包内容了如指掌。即使急需某件物品时,您也可以信手拈来。

有一些国家的士兵往往把包括皮靴在内的物品完全包裹在一只防水口袋里,使它们处于完全干燥的状态。过河的时候,还有一些士兵喜欢把背包制作成一个水上飘浮筏,这样就可以保证背包内的所有物品不会被打湿。

也许您还需要携带其它一些工具,例如冰斧、雪镐等等。有一些背包本身就带有皮带一类的固定装置,您可以使用它们来固定所需要的各种工具。

下述野外求生工具箱可以存放各种各样的野外生存物品。究竟需要哪些物品与材料,请您根据自己的实际情况进行选择。

11. 武器

如果您是一名现役军人,那么您有可能随身携带一支步枪或者手枪,在未来的狩猎活动中它们肯定会给您带来更多的机会与更好的运气。倘若是一位平民百姓,那么您在访问一个国家的时候,恐怕在打猎或者佩带枪支方面就会受到许多限制。为此,请您牢牢地记住这一点:没有向海关申报以前,千万不要试图闯入任何一个国家。当然,您完全可以随身携带一些类似于弹弓那样的小玩意。实际上,您只要把它放在野外生存工具箱里就可以万事大吉了。

12. 刀具

如果随身携带一把合适的刀子,那么您就可以为它派上各种各样的用场,与此同时,它也会使您在野外生存活动中感到更加方便。您最好带上一把木柄单刃刀,因为这种刀子具有广泛的用途,例如砍木柴、剥兽皮等等。

① Cordura, 美国制造的一种高强度粘胶丝织物的商品名,有时亦指耐纶线或者帘芯线。

② Cambrelle, 英国制造的一种纺粘型聚丙烯长丝的非织造织物。

