

日常生活中的常识

山东省科学技术协会編
山东人民出版社

日常生活中的常識

(修訂本)

山东省科学技术协会編

山 东 人 民 出 版 社

一九六三年·濟南

日常生活中的常識

(修訂本)

山东省科学技术协会編

*

山东人民出版社出版(济南經9路勝利大街)

山东會書刊出版業營業許可証出001号

山东新华印刷厂印刷 山东省新华書店发行

*

書号: 3686

开本 787×1092 毫米 1/32·印張 5 1/2·字數 104,000

1962年3月第1版 1963年12月第2版

1963年12月第2次印刷

印數: 30,001—73,000

統一書号: 13099·52

定 价: (4) 0.46 元

編 者 的 話

为了适应广大群众在日常生活中的具体需要，我們搜集有关报纸、刊物上已刊登的关于日常生活常識的文章，編輯了这本书。在編輯的时候，我們对文章的内容和文字作了一些整理和必要的删改；对同类的文章，有的作了合并；对一些题目也作了改动。

本书共分四部分：第一部分是有关日常生活用品的使用、保养和修理方面的常識；第二部分是有关衣着服装的剪裁、縫补、洗滌和保存方面的常識；第三部分是有关食品的营养、吃法、貯存方面的常識；第四部分是有关生理卫生方面的常識。全书以介绍具体做法、用法等为主，对某些方面的科学道理也作了一定的阐述。文章都比较短小、通俗，具有高小文化水平的讀者都可以看懂。

由于我們的水平所限，書中搜集的材料还不够全面系統，对于所介绍的方法，也未一一进行試驗。因此，难免有不妥之处。希讀者随时提出批評和指正，以便再版时修正。

編 者

1963年10月修訂

統一書號： 13099 · 52

定 价： 0.46 元

目 录

怎样安全用电	1
触电后的急救	3
使用电灯怎样注意安全	4
使用塑料电线应该注意 的事项	6
怎样保护收音机	6
收音机被雨淋了怎么办	8
收音机的几种无法避免 的“毛病”	9
舌簧喇叭的使用和维护	10
自行车的保养和维修	11
自行车磨电灯的安裝和 维护	14
怎样使用和保护縫紉机	15
使用手表的常識	16
使用挂鐘和座鐘的常識	17
使用和保护自来水笔的 方法	19
圆珠笔的選購和使用	20

复写紙的整旧如新	21
手电筒的使用和修理	22
怎样使用干电池	24
废电池可以“复活”	25
保护眼鏡的方法	25
怎样使用鋼精器具	26
怎样使用砂鍋	27
瓶塞掉在瓶里怎么办	28
怎样洗刷掉瓶里的脏油	28
怎样保护烟筒	29
糊炉子的几种方法	29
鉄壶里放块棉花有好处	32
使用暖水瓶的常識	32
玻璃杯子厚的好还是薄 的好	33
怎样使用煤油灯	34
怎样保护和修补搪瓷器 具	35
怎样爱护鏡子	36
怎样使用和保护拉鏈	36
怎样使用和保护雨傘	37

怎样保护和修补凉席·····	38
怎样保护蚊帐·····	40
合理使用毛巾的方法·····	41
怎样保护牙刷·····	42
什么样的牙膏好·····	42
牙膏和牙粉·····	43
牙膏的特别用处·····	44
醋的用处·····	45
滑石粉的用处·····	46
塑料袋的特点·····	46
怎样去掉漆器上的烫印·····	48
自己修补乒乓球·····	48
自己修补塑料用具·····	49
简易熟皮法·····	50

二

冬天穿衣的学问·····	52
男装合理剪裁法·····	53
女衫合理剪裁法·····	55
长袍改棉猴·····	56
大褂改做连衣裙·····	57
修补童装的几个办法·····	58
怎样使衣服耐穿·····	59
怎样使汗衫、汗背心耐穿·····	60
絨衣的保护法·····	61
冬衣的收藏法·····	62
合成洗衣粉的使用·····	63
衣服有了霉斑怎么办·····	65

几种污渍洗涤法·····	66
怎样洗单衣·····	67
怎样洗人造嘜嘜·····	68
怎样洗呢絨衣服·····	69
怎样洗絲綢衣服·····	70
怎样洗人造棉衣服·····	71
怎样洗毛衣和毛綫·····	72
毛衣的修补法·····	72
怎样染旧毛綫·····	73
怎样染旧衣服·····	73
灰菜叶漂白布·····	75
怎样保护衣服的颜色·····	75
怎样防止硫化青棉布变脆·····	76
各类纤维燃烧识别法·····	77
穿塑料底鞋应该注意的事项·····	78
胶鞋和球鞋的保护法·····	78
穿球鞋怎样避免长脚气·····	80
皮鞋的保护法·····	80
猪皮鞋的特点和保护方法·····	82
怎样保护尼龙絲袜·····	83
腰带的使用和修理·····	84

三

人体的营养·····	86
維生素的功用·····	87
保护蔬菜的維生素·····	89

保护粮食中的养分·····	90
主食的搭配与营养·····	91
鲜地瓜的吃法·····	92
地瓜面的几种吃法·····	94
吃地瓜为什么有不舒服 的感觉·····	95
几种豆制品的营养和做 法·····	96
几种素菜葷做法·····	98
怎样烹調牛羊肉·····	99
怎样挑选和洗涮猪下水·····	100
兔肉的吃法·····	101
怎样挑选鲜魚·····	101
怎样除去魚的腥味·····	102
魚胆汁染污了魚肉怎么 办·····	103
海带·····	103
海蜇·····	104
酒·····	104
糖精·····	105
夏秋季节严防食物中毒·····	106
几种容易引起中毒的食 物·····	111
蒸鍋水不要喝·····	114
奶糕的吃法·····	114

四

消灭蒼蝇的办法·····	116
消灭蚊子的办法·····	117

消灭老鼠的办法·····	118
消灭跳蚤的办法·····	120
溺水的急救·····	120
吃中葯为什么常要“忌 口”·····	121
吃哪些葯物要忌喝茶·····	123
紅葯水·····	124
紫葯水·····	124
碘酒·····	125
滴滴涕·····	125
談談拔火罐·····	126
下地瓜窖要注意安全·····	128
瓜菜良葯·····	129
中葯百部根的用处·····	131
伤口和破伤风·····	131
秋收防谷疮·····	132
被蝎子、胡蜂螫着怎么 办·····	134
几个治疗头癬的方剂·····	135
脸上的癰疮挤不得·····	136
虫子爬到耳朵里怎么办·····	137
預防眼病·····	138
眼睛里进去砂子怎么办·····	140
預防烂嘴角·····	140
指压疗法治牙痛·····	141
刷牙的好处·····	142
口罩的卫生·····	144
鼻子出血怎么办·····	145
酒刺和紅鼻子·····	145

預防疥癩·····	147
預防胃柿石病·····	148
治療狐臭的方法·····	149
預防蟯虫病·····	150
治蛔虫的偏方·····	151
怎樣預防瀉肚子·····	152
幾種治病疾的偏方·····	153
預防皮膚開裂·····	154

仙人掌治凍瘡·····	156
治療牛皮癬和腳氣的偏 方·····	156
腳雞眼和腳墊·····	157
睡前溫水洗腳好處多·····	157
幾種農葯中毒症狀和急 救方法·····	158
談談計劃生育·····	161

怎样安全用电

电是一种在一般情况下看不见摸不着的东西。在咱们农村里，过去用电的机会很少，自从大跃进以来，我国的发电能力大大增长了，现在我们不仅在生产上用电的多了，而且在日常生活中，跟电打交道的机会也渐渐地多了起来。这样，就要求我们懂得一些关于用电的常识。

我们在使用电气设备的时候，要是不小心，碰到带电或漏电的地方，就会触电。轻的能把人电伤，重的能把人电死。造成触电的原因主要有以下几点：

一、直接同带电部分接触引起了触电。电线、电灯开关等内部的铜线、铜接头，都是传电的东西。这些东西平常外面都有胶皮或电木包着、盖着，不致发生危险；但有时候胶皮或电木盖子坏了，就会漏电，人碰到了它，就会触电。

二、同平常不带电的金属外壳接触时，也可能引起触电。有些电气设备（如吹风机、电动机等），它们的外壳是用金属做成的。这种外壳同里边有电的地方隔着一层不传电的绝缘体，所以平常并不带电。但是，里面的绝缘保护层要是损

坏了，电流就会传到本来不带电的金属外壳上，这就容易引起触电。

三、受电气火花的烧伤。当开关突然被关上或拉开时，由于电流突然被接通或切断，就会有火花发生；火花落到人的脸上或手上，会把人烧伤。火花要是落到容易着火的东西上面，就会引起火灾。

那么，怎样才能防止触电事故呢？

第一，要买适合的电气用具。也就是说要选择适合电压和电流的电气用具，不能买错了。一般我们用的电源有二百二十伏特和一百一十伏特两种，如果用的是二百二十伏特电源，而买了一百一十伏特的电气用具如灯泡等，不但要烧坏电气用具，而且可能发生触电事故；如果用的是是一百一十伏特电源，而买了二百二十伏特的电气用具，也同样会发生事故。

第二，安装和修理电气用具时要注意：①一定要找懂得电气知识的人来做，以免安装错误发生危险；②要停电进行装修工作，免得触电。如果装修的地点离开关很远，应派人看守开关，免得别人不知道而接上电源，发生触电事故。再就是在装修时，最好站在椅子、凳子或干燥的木板上，使人与地绝缘，避免发生危险；③要按照规定安装保险丝，不可随便换成粗的或细的，更不能用电线代替保险丝。因为保险丝是保证安全用电的设备，它能使电流按规定的大小通过。如果电流大了或电气设备出了毛病，保险丝就会自动烧断，电流也就停止流通。但是，假如保险丝过粗，一旦有了故障，

保險絲不能自動燒斷，電流繼續通過，就可能引起火災；④電綫、開關和插座等用電設備的安裝，要有一定的高度，不可過低，免得小孩玩弄時觸電或移動東西時碰壞。

第三，使用電氣用具要注意：①不要損壞電器的絕緣部分；②不要讓小孩玩弄電氣用具，床頭的電燈開關最好改用拉綫開關；③不要在電綫上掛東西，免得損壞電綫，使絕緣體失去作用。潮濕衣服能傳電，更不能掛在電綫上，免得造成觸電事故；④遇到有露出的帶電部分，要趕快用絕緣膠布包好或找人修理，千萬不可以去摸它。

第四，電氣用具要定期進行檢修：檢查的期限最好是一年一次，要是發現有毛病，應該馬上修理，免得發生危險。

觸電後的急救

有人說：觸電後用黃土埋、潑冷水或壓木板等，就可以把人身上的電散去，人就可以救活。這種說法是沒有科學根據的。這樣做不但救不活人，反而會使人死亡的更快。因為觸電以後人便要窒息（停止呼吸），這時候再埋土、壓木板就更不能呼吸了。正確的方法是：發現有人觸電後，首先是儘快地把電源切斷（把電閘拉开），或者火速用乾燥木棒把電綫挑開，讓觸電的人脫離電源（千萬不要站在地上赤手空拳去拉觸電人的身體，以免自己也觸電），並注意不要使觸電人在脫離電源時摔傷。觸電人脫離電源後，如果因觸電嚴重而停止呼吸了，應當立即用人工呼吸的方法搶救。

人工呼吸的方法是：先讓触电的人爬下，一臂向前直伸，另一臂弯曲，臉向外側枕在弯曲的前臂上，使他能够自由呼吸（見图 1 左）。然后搶救的人跪跨在触电人的身上，两手

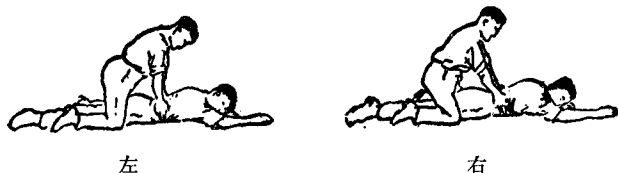


图 1 人工呼吸

手心向下，放在触电人的背部，使小拇指碰到触电的人最下边的肋骨上，身体和手輕輕地向前按压，每次按压約两秒鐘，使触电的人呼气；随即再将身体稍向后仰，双手停止按压（見图 1 右），但不要离开触电人的背部，使触电的人吸气。这样循环进行，每分鐘內約做十五、六次。一次呼吸包括加压（呼气）、除压（吸气），共約四秒鐘。搶救的人要換人时，接替人的加压、除压动作必須与前一人的动作協調合拍。

在施行人工呼吸时，应将触电人的衣領衣扣解开；搶救的时候，不要将触电的人随便移动，要及时做人工呼吸。同时要特別注意持續不断地进行，直到触电的人恢复自动呼吸或看他确已死亡（僵硬）时为止。压輸氧气可与人工呼吸同时进行。

使用电灯怎样注意安全

我們日常使用的电灯，灯泡里面有一根錫絲，一通上电

流，灯絲就发生高热和放出光来，人的眼睛就有了明亮的感覺。我們日常用的鎢絲灯泡有两种：一种叫真空泡，一种叫充气泡。無論是真空泡，还是充气泡，都不能进去空气。有些灯泡漏气，刚一通电，灯絲立刻氧化烧断。所以在买电灯泡的时候，要当面用电試驗一下，看看灯泡漏不漏气。

大电灯泡比小电灯泡的鎢絲略粗一些，大电灯泡不仅发热溫度較高，而且发光效率也較大，用的电能也較多。在一个地方，能用一只大的灯泡，就不必用几只小的灯泡来代替。使用一只大的灯泡比使用几只小的灯泡要經濟得多。灯泡的光度太强或太弱都能损伤目力，所以电灯泡的大小應該适合工作性質需要。例如装修鐘表所需要的光度，就要比閱讀書报的光度强一些。为了节省光能，在灯泡上可以装上一个反光罩，使电灯光綫集中到所需要的地方。电灯泡使用一个时期后，鎢絲逐漸化气逃跑，附在玻璃壳上，形成烏黑薄层，阻碍电灯光綫的通过。这样的灯泡用电不省，光度不强，就不宜繼續使用了。

使用电灯，如果不小心，也能电死人。常发生触电事故的，是在上电灯泡或开閉电灯头上的开关时，碰到灯头或灯泡上的金属、螺絲扣。为了安全起见，最好在螺絲扣上包上胶布，免得不当心碰上触电。电灯泡脏了需要擦时，最好把灯泡拧下来干擦。如果是用湿布擦，那么也要等到灯泡沒有水分时再装上；或者把灯头关死再擦，这样可以防止触电。

使用塑料电綫應該注意的事項

过去的电綫，都是由胶皮包着。现在的电綫，有許多是用塑料包着的。塑料电綫，应用范围广泛，具有柔軟、輕便、絕緣、防潮等优点，并且顏色种类多，便于明显地区別在同一电器上的不同电路。但塑料包皮的耐热性能和机械性能較差，如果使用不当，容易引起触电事故。

使用塑料电綫要注意：

一、不要在靠近高溫的地方，如火炉、烟囱等处安装电綫。电綫附近的溫度应在摄氏五十度以下。

二、綫路应設在既便于检查又不易損伤电綫的地方。在电綫容易受到摩擦的地方，最好再套上一层絕緣的东西。常挪动的电源綫不要过长，以免妨碍挪动或卷拖时損坏。

三、不要有接头，有了接头也要用胶布纏紧，包扎寬度應該不少于一寸。因为它表面光滑，不容易跟胶布牢固地粘結在一起。

四、塑料电綫品种多，規格不同。各种电綫通过电流的大小也各不相同，因此选用时要特別注意。另外，决不要用塑料电綫安装暗綫，以免发生危險。

怎样保护收音机

現在，在有交流电的地方，不少社、队和社員家里，都

有了交流电收音机；在沒有交流电的地方，也有了干电池收音机。

收音机的使用和保护，要十分小心、仔細，如果保护不好，或使用不当，就会受到損害，影响收听效果，縮短使用年限。那么，应当怎样保护和使用收音机呢？

一、收音机安放的位置要固定，不要經常移动，以免收音机内部零件受到震动而损坏。

二、每次使用的时间不要过长。当电流通过收音机内部的变压器和真空管时，会产生热量。如果收音机連續使用，热量愈积愈多，就会熔化或烧坏内部零件。因此，一般收音机，夏季連續收听不要超过三、四小时，冬季也不要超过五、六小时。当然，这也要看收音机的質量好坏来决定延长或縮短。最好是收听三、四小时以后关上，讓机器冷却二、三十分钟，然后再打开繼續收听。

三、收音机内部如果有很多灰尘，应该及时地清除掉，以免灰尘腐蚀机件，影响收听效果。收音机后面的挡板，是帮助散热和阻挡小虫、灰尘进入的，不要拆除。

四、收音机要經常使用。因为收音机零件怕潮湿，經常使用，收音机本身产生的热，会将潮气蒸发掉。尤其多雨季节，每天至少要使用个把小时。平时应把收音机放在干燥的地方，但不要把收音机放在太阳光下晒，或放在靠近火炉的地方，以免损伤零件。

五、有室外天綫的收音机，在有雷雨时，要把天綫和地綫連接起来，并要关闭收音机，以免雷电由天綫导入室内，

损坏收音机和伤人。

六、不要在收音机上蒙布或放其他物品，因这样会压坏机壳和妨碍收音机散热。

收音机被雨淋了怎么办

夏天，把收音机放在靠窗子的桌上，突然暴风雨来临，来不及关好窗子，就很容易将收音机淋湿。如果仅淋湿机壳，内部零件没有溅上水珠，只须用抹布将机壳上的水擦净，打开电门连续收听两三个小时，利用电子管的发热将潮气烘干就好了。如果雨水已淋到内部零件上，应立即拔下电源插销，不能再继续收听。因为收音机里有很多部件是绝缘的（比如火线和地线之间、灯座与底板之间以及电容器的金属片之间等），浸湿以后，电源流动路线会发生不规则的变动，这样不仅收不到电台播音，甚至会烧毁电子管和变压器等重要零件。这时可用小螺丝刀把旋钮和底座螺丝取下来，打开收音机后面的挡板，轻轻拉出底座，用干布将机壳和底座上的水珠擦去。如果有电风扇，可以对着底座和机壳吹风，每次吹一个小时，吹两三次，再晾一天，待充分干燥后，将收音机装好，便可使用。如果没有电风扇，那么，把打开的机件，放在通风的地方，多晾一些时候，直到完全干燥也可以。如果按上述方法处理以后，仍有严重杂音，甚至听不到声音，这说明有的零件已变质损坏，应当立即把收音机送给修理部门修理。