

家庭百物

JIATING BAIWU

妙用

MIAO
YONG

董健身 张喜英 主编

江苏科学技术出版社



家庭百物

JIATING BAIWU

MIAO
YONG

董健身

张喜英

主编

江苏

科学技术

出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭百物妙用/董健身等主编. —南京:江苏科学技术出版社, 2003. 1

ISBN 7-5345-3708-8

I. 家... II. 董... III. 日用品-使用
IV. TS976.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 078767 号

家庭百物妙用

主 编 董健身 张喜英
责任编辑 金宝佳

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)

经 销 江苏省新华书店
照 排 南京展望照排印刷有限公司
印 刷 丹阳兴华印刷厂

开 本 850mm×1168mm 1/32
印 张 16.5
插 页 2
字 数 400 000
版 次 2003 年 1 月第 1 版
印 次 2003 年 1 月第 1 次印刷
印 数 1—5000 册

标准书号 ISBN 7—5345—3708—8/Z·565
定 价 27.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。



前 言

从前,有个贫汉去拜谒当官的朋友,受到酒肉款待,贫汉吃喝一通后,竟醉倒在地。此时,上峰急令该官立即去某地赴任,眼见贫汉烂醉如泥,只得将一颗宝珠缝在他的衣襟中匆匆而去。贫汉醒后,不知所以而贫困依旧,数年后,两人重逢,官员问起那颗宝珠,贫汉才知自己身怀宝珠而不知。

在我们身边也有许多“宝珠”,只是与那位贫汉一样,不知其存在与价值。这“宝珠”是什么?也就是家家户户都具备的日常生活用品,诸如炊事调料、荤素食品、粮食花果,甚至微不足道的清水与橡皮筋等。这些物品的用途不是单一的,而是非常广泛的,有的甚至有百余种功能,真是天生万物有大用,只是不为人所知道而白白浪费掉了。如果能够做个识宝的“江西人”,就能随时发掘出一颗颗“宝珠”而加以充分利用,既方便了生活,又在无形中增添家庭财富。

食醋是每个家庭必备的调味品,有人也许不知道它是一种很好的保健品,其实,食醋的作用是很多的。如果你珍藏的铜器生了难看的铜锈,热水瓶内胆产生水垢而危害



健康,或者脱排油烟机机油垢太多而影响使用……,都可以用食醋来将它们清除干净。还有,假若你手上患了讨厌的扁平疣,脚底生了鸡眼,脸部长了粉刺,只需用一味食醋涂敷,基本上就能解决上述所有的烦恼,省力省钱而功效显著。

其他的厨房调料如食糖、食油、食盐、酒等,都与食醋一样,具有非凡的多种功能,如能充分认识而加以适当运用,都能收到“点石成金”的神奇效果。

现代家庭大都购置电吹风机,一般只是在洗发护发时使用,以后便束之高阁,这是非常可惜的。其实,电吹风机是一种很好的医疗器械,它可以治疗肩周炎和落枕等疾病,疗效甚佳;它又是一种修理工具,能够修复电冰箱、照相机等日用品的某些毛病。

老式住宅的自来水龙头因关不紧而漏水、自来水管渗水是常有的事,通常只能请物业公司来人修理,既不能随请随到,又要花费可观的费用,如果自己动手,前者只需一小块自行车旧内胎,后者用些快速水泥加滑石粉,便可立竿见影地修复,所费极省,人人都能实施,实在方便。

我们几个有心人,在长期的生活实践中,摸索出若干物品的使用方法,又从海内外的图书、杂志、报纸中,搜罗、积集了许多有关资料;社会各界人士,热心地提供宝贵经验,鼓励我们编写出这本《家庭百物妙用》。书中各种物品,都是家家必备的生活用品,来源容易,操作简便,效果明显,一册在手,便能变一物为多用,化腐朽为神奇,就能使普通的东西,成为修理的工具、医疗的良药、烹饪或洗涤的助手……这是一把打开看似平庸实则宝库大门的钥匙,



使你获益无尽。

需要说明的是,在治疗疾病时,必需正确诊断疾病,然后对症下药,凡如内外科急症、传染病、危重病人、高烧炎症等患者,都应及时送到医院治疗,切勿因循拖延。此外,有些物品的效用,可能因客观条件的悬殊而有所不同,这时应考虑改用其他方法。

本书参考、选录了海内外前辈和时贤的许多宝贵经验和资料,限于篇幅,未能一一详细说明,在此编著者谨致以衷心的感谢。

本书参编者尚有贺松、陈理、林骅、王海、郑金、吴生、李军、董珍、董芳、褚兰等,著名老中医董竞成、屠明中两位先生在医学内容上作了认真审订,提供许多珍贵的临床经验,纠正了某些谬误,在此一并致以衷心的感谢。

作 者

2002年6月

第1篇 厨房炊事用品

一、食油	3
二、食盐	9
三、食糖	22
四、食醋	29
五、酒	45
六、苏打(碳酸钠、食碱)	55
七、小苏打(碳酸氢钠)	61
八、花椒	62
九、沙锅	65
十、压力锅	66

第2篇 肉、奶、蛋类

一、猪肉类	73
二、牛羊肉	80
三、家禽肉	84
四、水产类	89
五、牛羊奶	93
六、鸡蛋	99

第3篇 蔬菜类(含茶叶)

一、大蒜(含叶、蒜头)	113
二、葱	123
三、洋葱	129

四、生姜	133
五、萝卜	139
六、胡萝卜	145
七、辣椒	147
八、番茄(西红柿)	150
九、韭菜、菠菜	153
十、土豆(马铃薯)	157
十一、芹菜	161
十二、茄子	164
十三、卷心菜(结球甘蓝、苞菜)	168
十四、大白菜	170
十五、苦瓜	173
十六、丝瓜	176
十七、冬瓜	181
十八、黄瓜	184
十九、南瓜	188
二十、茶叶	192

第4篇 水果类

一、橘子	205
二、苹果	211
三、梨	214
四、香蕉	217
五、桃	219
六、藕(含莲子、荷花)	223
七、柠檬	226
八、西瓜	232

九、柿子	238
十、山楂	242
十一、核桃(胡桃)	245
十二、大枣(红枣)	249

第5篇 花卉类

一、梅花	255
二、桂花	258
三、月季花	260
四、玉兰花	262
五、玫瑰花	264
六、蔷薇花	266
七、芙蓉花(木本)	268
八、菊花	270
九、兰花	272
十、美人蕉	274
十一、芍药	275
十二、凤仙花	277
十三、石榴花	279
十四、仙人掌	280
十五、红花	283
十六、杏花	285
十七、鸡冠花	288
十八、枇杷花	289

第6篇 粮食类及其制品

一、面包、米饭	293
二、面粉、小米粉、淀粉	295
三、糯米	301
四、淘米水、米糠、煮面条水	304
五、小麦	308
六、大麦	310
七、玉米	312
八、高粱	314
九、大豆及其制品	315
十、黑豆	319
十一、绿豆	323
十二、花生	326
十三、芝麻	329
十四、山芋(甘薯)	332

第7篇 化妆、医药、卫生用品

一、指甲油	337
二、花露水	340
三、香水	342
四、氨水	344
五、硼砂	346
六、酒精	347
七、十滴水	351
八、清凉油	353

九、风油精	355
十、凡士林	358
十一、胶布、棉签	360
十二、黄连素	362
十三、六味地黄丸	364
十四、云南白药	366
十五、伤湿止痛膏	368
十六、蛤蚧	371
十七、牙膏、牙刷	373
十八、肥皂	378
十九、明矾	382
二十、其他卫生、化妆品	386
二十一、其他西药类	389
二十二、其他中药类	393

第 8 篇 日常生活用品

一、热水、温水	399
二、冷水、凉水	406
三、蜡烛、石蜡	412
四、草木灰、木炭灰	415
五、香烟	418
六、绳子、腈纶毛线	421
七、袜子	423
八、毛巾	427
九、瓶子、瓶盖、罐头盒、易拉罐	430
十、梳子	434
十一、头发	435

十二、石灰	437
十三、汽油、煤油、柴油、机油	440
十四、砂纸	443
十五、水泥、砂土	444
十六、自行车内外胎	446
十七、木屑(锯末)	448
十八、松香	450
十九、热水瓶、冰瓶	452
二十、各种纸	454
二十一、冰块、雪水	458
二十二、塑料制品	460
二十三、其他杂物	466

第9篇 家用电器类

一、电视机	479
二、电冰箱	483
三、电度表	490
四、空调器	492
五、电吹风机	494
六、电熨斗	498
七、洗衣机	501
八、微波炉	503
九、电子计算机(电脑)	509
十、其他电器	511

第 1 篇

厨房炊事 用品





一、食油

- 烧粥时,在锅中加适量食油,粥汤即不会溢出锅外,煮好的粥特别稠香可口。
- 在动物肝上涂抹豆油后放入冰箱,能延长保鲜时间。
- 在酱油瓶中倒些食油,可隔绝空气而抑制酵母白膜的生长,从而保持鲜洁。
- 手上沾了油漆难以洗净时,可先用食油擦一遍,再用肥皂搓洗,既易洗净又不损伤皮肤。
- 下面条时,先放些食油,可防止溢锅,面条也不会粘结。
- 用压力锅熬粥,先滴几滴食油,即不会溢锅。
- 砧板在初次使用前,用热菜油浸透,砧板不会变色,也不会开裂。
- 在鲜蛋上涂些食油后储藏在 25~32℃ 气温下,可保鲜月余。
- 焖饭时,在水中放些食油,焖出的饭松软可口,也不会粘锅。



● 陈米淘净，浸泡水中 2 小时，捞出沥干，再放入锅中，加适量开水和 1 汤匙食油，拌匀后大火煮开，再小火焖，可去除陈霉味，宛如新米般可口。

● 将拧在木材上的螺钉上滴少量食油，让油渗入钉穴内，就可容易地拔出螺钉。

● 用久的木门开关时会发出难听的响声，可将木门稍稍抬高，再将豆油抹到门铰链缝中，响声即消失。

● 蚌和螺放入加有 2~3 滴食油的清水盆中养数天，蚌、螺吸入油后，即会吐尽泥沙污秽。

● 动物肚子剖开，清理掉所附的污物后，再浇上 1 汤匙食油，正反两面反复揉搓抹匀，清水漂净，即无异味且洁净。

● 每 20 只蛋鸡，在饲料内拌上 2~2.5 克食油，早晚各 1 次，能增加产蛋一成以上，长期拌喂能持续高产。

● 轻轻揭开活鱼的两侧鳃盖，涂以少许食油在腮上，能延长鱼的存活期。

● 在皮鞋上涂以一层猪油或生鸡油等动物油，放在阴凉干燥处，能长期保持皮鞋的光洁、柔软。

● 在发面时揉进一小块猪油再做馒头，蒸出的馒头蓬松洁白、香甜可口。

● 煮熟的鲜肉锅内，趁热放入刚熬制的猪油，可多日不变质。

● 在年糕表层涂上一层花生油，一周后再涂一层，长期保存不会霉变。

● 淘净粳米，加入一小勺花生油及少许食盐，拌匀入锅，煮出的粳米饭，闪光晶亮，口味宛似大米。



● 在牛肉丝中配好作料，加 2~3 匙花生油，拌匀，腌 30 分钟，旺火煸炒迅速出锅，味美，而且特别鲜嫩。

● 把生蛋黄浸在麻油中，可保鲜多天。

● 胶底皮鞋脱胶时，可在脱开的两片胶皮之间均匀涂上麻油，紧压半小时即能重新粘合。

● 鲜鸡蛋 1 只，加食油 1 匙，水煎内服，可治咳嗽、胸疼和气急。

● 用生菜油外搽荨麻疹患处，每日数次可愈，治疗期间禁用水洗患处。

● 腹中如有蛔虫作痛时，以数段葱白洗净切碎捣烂，用纱布绞汁，加入 2 匙菜油拌匀，每日 2 次空腹服下，连服 3 天。

● 皮肤烫伤后，用食油涂敷创口，未破者一般 5 分钟可止痛。

● 皮肤皴裂患者，可用 50 克菜油和拇指大蜡烛头，放入罐中共熬，不断搅拌成胶状，装入玻璃瓶，冬天用以涂抹手足，早晚各 1 次，手足滋润而不开裂。

● 白露前后 2 天的白果，连柄一起剪下，不可外伤（自行掉落者无用），轻放于罐内，加入菜油淹没白果浸泡，至少泡 80 天，越久越佳，早餐前和入睡时各吃 1 枚，吃时需用筷子将白果捣成小粒，温水送服（不可手扯，也不必服菜油），但白果上的油可连果吃下，1 个月为 1 疗程，可治肺结核。

● 每晚用棉球蘸食油塞入肛门，次晨取出，连用 1 周，可治蛲虫病。

● 胃痛患者，将菜油和红糖各 500 克放入热铁锅中，待油沸糖溶后，再加切碎捣成糊状的鲜生姜，充分搅匀装瓶，每日早晚空腹服 1 次，每次 1 匙，开水送服。