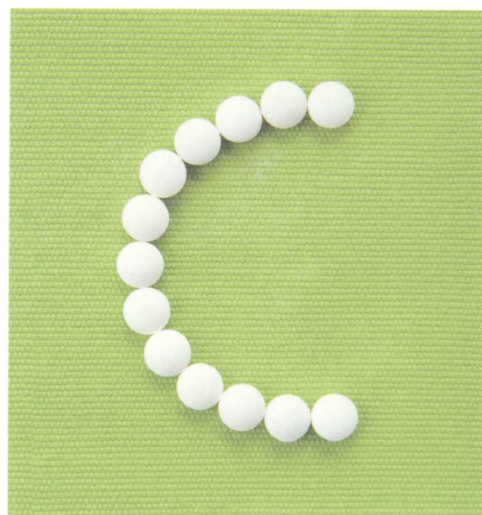




汉竹
● 健康爱家系列



省钱又省力，
生活多创意。
只要你开动脑筋，
生活中的小物品都可能以 1 当 10，
以 100 当 1000

THING'S
MORE
USE

汉竹 / 编著

省

的百变窍门



中国轻工业出版社

汉竹●健康爱家系列

THING'S MORE USE

省的百变窍门

汉竹 / 编著

图书在版编目(CIP)数据

省的百变窍门 / 汉竹编著. —北京: 中国轻工业出版社, 2008.5

(汉竹·健康爱家系列)

ISBN 978-7-5019-6382-9

I. 省… II. 汉… III. 生活—知识—普及读物 IV.
TS976.3-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008) 第031990号



汉竹图书

www.homho.com

全案策划

责任编辑: 张 弘 责任终审: 劳国强

策划编辑: 龙志丹 责任监印: 胡 兵

封面设计: 张腾方 版式设计: 张腾方 张 帆

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京国彩印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2008年5月第1版 第1次印刷

开 本: 889×1194 1/24 印张: 8.5

字 数: 160千字

书 号: ISBN 978-7-5019-6382-9/TS·3721 定价: 39.80元

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

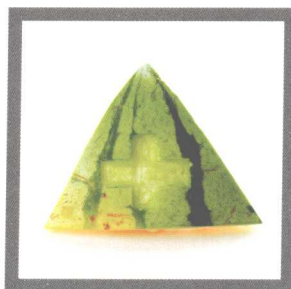
E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

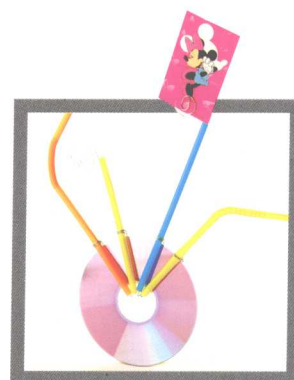
71058SAX101ZBF



纸筒



西瓜皮



旧光盘

FOREWORD 前言

牙膏除刷牙外，还有 **29** 种用法；毛巾除用来擦脸外，还有 **15** 种用法；

肥皂除洗衣外，还有 **25** 种用法；酒精除消毒外，还有 **36** 种用法……

旧丝袜，**13** 种用法；柠檬皮，**12** 种用法；

鸡蛋壳，**14** 种用法；过期牛奶，**16** 种用法……

本书搜罗出百余种日常用品、废旧物……挖掘出它们除本职工作之外的 **1000** 余种额外用途……

生活的智慧 = 快乐 = 便捷 = 省一大笔钱

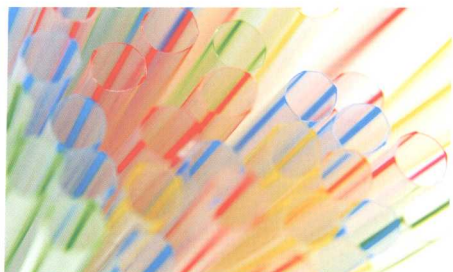
日用品 | 常常用，却未发现可以这样用



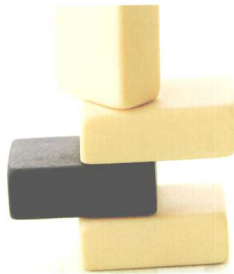
牙膏	2	减轻脚臭	4	刷洗冰箱密封条	7
球鞋增白	2	治疗小面积轻度灼伤	4	清洁瓷砖缝	7
皮鞋更亮泽	2	促进伤口愈合	4	刷洗下水口	7
白色油漆家具增白	2	减轻辣味刺激皮肤	4	弯制特殊水龙头刷	7
代替修正液	2	消除冻疮红肿	4	刷皮鞋	7
代替剃须膏	2	抑制粉刺	4	毛巾	8
代替胶水	2	去除汗斑	4	防毒面具	8
清洁衣物	3	止痒	4	备用灭火器	8
清洗手帕	3	驱蚊	4	绒面沙发除尘	9
清除油污	3	缓解头痛	4	呢绒大衣除尘	9
除茶垢	3	防治痱子	4	毛皮大衣除油污	9
清洁银制品	3	牙刷	6	拆旧毛衣时防尘	9
清洁铜制品	3	清洗表面粗糙的水果	6	辅助熨斗除烟锈	9
清洁手电筒	3	清洗不锈钢杯子里的豆浆残渣	6	简易自动浇花器	10
清洗水龙头	3	清洗杯子手柄	6	揭玻璃板下的照片	10
修复镜面划痕	4	刷茶具	6	修复地毯压痕	10
除电熨斗烟锈	4	刷洗首饰	6	快速干衣法	10
去除鱼腥味	4	代替染发刷	7	毛巾按摩促循环	10
减轻腋臭	4				



毛巾变婴儿睡袋	12	去除霉味	15	紧急治疗烧伤	18
旧毛巾摇身变拖把	12	润滑管套	16	洗发水	20
抹布书	12	润滑拉链	16	洗枕套除头油	20
梳子	13	旋入木螺钉	16	洗毛衣添柔顺	20
梳发养生	13	切割橡胶或皮革	16	除衣物顽固污垢	20
梳手足保健	13	轻松拉动窗帘	16	清除圆珠笔油渍	20
木梳催乳	14	轻松移动家具	16	清洁马桶空气香	20
浴梳美肤减肥	14	使新绳变柔软	16	黑色T恤常洗常新	20
镜子	14	防止浴室镜面模糊	16	花露水	21
增大居室空间	14	清洗刷墙的刷子	16	使衣物色泽鲜艳	21
照镜子减轻疼痛	14	使墨迹清晰	16	保养旧家具	21
肥皂	15	抢救煤气管漏气	16	醒酒	21
清洁抽油烟机	15	油漆门窗时保护把手和开关	16	缓解疲劳	21
除皮革衣物霉斑	15	保护手表金属壳	16	清洗凉席	21
铝锅锅底易清洗	15	肥皂头重塑金身	18	凡士林	22
清洁书籍手指印	15	肥皂变香皂	18	软化皮鞋鞋面	22
除蓝墨水渍	15	固态洗手液	18	自行车润滑防锈	22
		洗胃排毒	18		
		治蚊子叮咬	18		



修补裂痕	22	修补丝袜破洞	25	净化空气	29
自制润唇口红	22	保持鞋带颜色	25	消除异味	29
养护眉毛	22	防止缝线脱落	25	除湿作用	29
拍照片制造柔光效果	22	固定镜架螺丝	25	减少装修污染	29
预防干燥流鼻血	22	粘连小物件	25	贮存新茶	30
小伤口止血	22	樟脑丸	26	栽培花卉	30
轻微烫伤减疼痛	22	驱蚊	26	增加洗净力	30
预防尿布疹	22	防止铁器生锈	26	促进血液循环	31
爽身粉	24	减轻脚汗和脚臭	26	防辐射	31
防止塑料雨伞粘连	24	除鞋臭	26	煮饭更好吃	31
解开打结项链	24	蜡烛	27	吸管	32
维护弹力绳	24	减少砖缝处油污	27	巧开酸奶盒	32
保护冰箱门封条	24	除油漆味	27	挤柠檬汁	32
鞋子干爽无臭味	24	切洋葱不辣眼	27	收纳项链	32
除丝网上的油污	24	消除卫生间异味	27	游泳圈放气	32
指甲油	25	自制彩色蜡烛	27	自制真空密封袋	32
补冰箱漆面裂痕	25	活性炭	28	固定方便面桶盖儿	32
防止表面划痕	25	净化水质	28	固定花茎	32
防止银制品变黑	25				



自制防尘套	33	透明胶带	37	熨斗	41
自制剪刀套	33	连接断裂磁带	37	凉席除螨	41
自制铅笔套	33	清除修正液	37	清除墙上蜡笔印	41
橡皮	34	涂指甲油不污染手指	37	清除书籍上的油渍	41
除不干胶残痕	34	丝巾	38	吹风机	42
除地板口香糖污迹	34	丝巾做枕套保持发型不乱	38	抚平壁纸“皱纹”	42
清洁白皮鞋	34	丝巾做发带	38	收藏书本、邮票防潮	42
擦掉车内饰上的污迹	34	丝巾当帽子	38	轻松撕标签	42
清洁电脑面板	34	丝巾变性感肚兜	38	快速干燥鞋子	42
皮筋	35	丝巾做腰带	38	防新鞋磨脚	42
轻松找到保鲜膜的端口	35	丝巾领带添风采	38	给键盘除尘	42
防止衣架上的衣物滑落	35	丝巾做项链	38	清洁绢花	42
固定相框内照片	35	临时背包带	38	浴室镜面除雾	43
粘附毛发	35	婴儿学步带	38	温暖冻僵的手脚	43
擦遥控器	35	遮挡污损免尴尬	38	打开毛孔好清洁	43
保持正确握笔姿势	36	吸尘器	40	快除衣物霉味	43
防喷嘴漏液	36	捕捉蚊子	40	改善肩颈痛	44
液体调料防漏	36	制造类真空	40	辅助治疗感冒	44
防止肥皂被浸泡	36	找寻细小物品	40		

暖水瓶 45

熬粥 45

贮存茶叶 45

冲泡茶叶 45

日用品非常用法集锦 46

晒衣夹 / 熨出笔直裤线 46

别针 / 悬挂窗帘 46

气球 / 使洗过的太阳帽不变形 46

曲别针 / 打开光驱 46

面巾纸 / 白球鞋洗后不发黄 46

大头针 / 十字绣定位 46

钥匙 / 手拿钥匙防静电 46

硬币 / 使装满物品的塑料袋不勒手
..... 46

铅笔芯 / 治锈锁 46

消毒液 / 补救纯棉织物染色 48

弹簧 / 迷你文件夹 48

靠垫 / 靠垫兼作熨衣板 48

保鲜膜 / 治疗手足皲裂 48

剃须刀 / 修整起球衣服 49

洗洁精 / 除车玻璃上的水汽 49

电风扇 / 为冰箱除霜、驱蚊 49

食用油妙用 50

揭膏药不疼 50

除尼龙织物上的油漆 50

保养家具 50

拔刺 50

抽油烟机油盒废油去油污 50

煎炸食物用过的油涂砧板防裂 50

食用油除塑料制品标签 51

润肤 51

除皱 51

护发 51

上妆 51

卸妆 51

润唇 51

减肥 51

护足 51

热水妙用 52

感冒缓解头痛 52

泡脚治感冒 52

泡脚降血压 52

缓解肩膀僵硬 52

缓解偏头痛 53

缓解风湿性腰部寒痛 53

热敷解除疖子肿痛 53

止嗝 53

冷水妙用 54

防感冒 54

止鼻血 54

明目 54

治扭伤 54

退热 54

缓解牙疼 54

防水果蔬菜氧化变色 54

炒出鲜嫩肉丝 54

鸡蛋遇冷水更美味 54

搬运玻璃不易滑动 54





酒精	58
消毒杀菌在旅途	58
菜板消毒去腥	58
除厨房异味	58
除球鞋臭味	58
清洁线路板	59
清洁电视电脑屏幕	59
冰箱除味又杀菌	59
清洁磁头	59
清洁键盘和计算器	59
除蓝黑两色圆珠笔痕	60
除红色圆珠笔痕	60
除红墨水痕迹	60
除陈旧墨渍	60
清除汗渍	61
除酱油渍	61

除苍蝇便迹	61
清洗皮革	62
清洁人造毛皮	62
除皮革霉斑	62
擦拭油漆家具	63
除电镀烤漆物品锈斑	63
翻新老照片	63
去除鱼胆苦味	63
眼镜防水汽	63
恢复丝绒倒毛	63
延长鲜切花花期	63
预防褥疮	64
缓解痛经	64
物理退烧	64
治疗冻疮	64
治疗带状疱疹	64

治疗牙痛	64
患蛲虫止痒	64
治疗轻度烫伤	64
治疗狐臭	64
治疗疖肿	64

风油精	66
驱蚊	66
点蚊香不呛人	66
去除鱼腥味	66
除衣物上的油漆	66
防晕车	67
防治痄子除汗臭	67
治疗脚气	67



清凉油

- 卫生间除臭 68
- 除油漆渍 68
- 竹制家具防虫蛀 68
- 驱蚊 68
- 辅助治疗皮肤病 70
- 治疗肛门红肿 70
- 蚊虫叮咬止痛痒 70
- 缓解风湿疼痛 70
- 治疗狐臭 70
- 治疗鸡眼 70
- 促进排便 70
- 治疗单纯性腹泻 70
- 防治感冒 70

维生素 C 药片

- 除铁锈渍 71
- 治疗口腔溃疡 71
- 软化鱼刺 71
- 除碘酒污渍 71
- 除蓝墨水痕迹 71

膏药

- 别胸针不伤衣 72
- 巧拔肉中刺 72
- 鞋底防滑 72

医用胶布

- 钉钉子防墙皮脱落 72
- 临时粘补雨鞋 72
- 临时补自行车胎 72
- 拔出肉中刺 72

创可贴

- 眼镜腿断裂应急 73
- 临时修补帐篷、睡袋 73
- 让新鞋不再磨脚 73
- 预防晕车晕船 73
- 缓解手指开裂疼痛 73

缓解失眠小窍门集锦

- 睡前喝牛奶 74
- 豆浆催眠 74

醋水入眠

- 蜂蜜改善睡眠 74
- 葵花子疗失眠 74
- 核桃健脑助眠 74
- 百合莲子养心安神 74
- 大枣安神催眠 74
- 睡前吃苹果 74
- 香蕉减压助眠 74
- 龙眼安神助眠 74
- 桑葚改善睡眠 74
- 水果香气助眠 76
- 芹菜根治神经官能症失眠 76
- 晚餐吃生菜 76
- 莴笋催眠 76
- 喝小米粥入睡快 76
- 按摩耳廓 77
- 梳头助入眠 77
- 姜醋泡脚治失眠 77
- 洗个热水澡 77
- 精神放松法 77



缓解牙疼小窍门集锦.....78

温水含漱	78
盐水含漱	78
酒精止痛	78
白酒止痛	78
白酒花椒水止痛	78
生姜治牙痛	78
西瓜皮止痛	78
含芦荟果肉	78
蜂胶液治牙痛	78
服用消炎药	78
按摩合谷穴	78
冰敷脸颊	78
醋治牙周炎	78
核桃仁治“倒牙”	78

解酒小窍门集锦.....80

醋	80
白开水	80
食盐	81
糖果	81
绿豆	81
白萝卜汁	81
鲜橙汁	81
橘子皮	81
芹菜汁	81
甘薯	81
鲜藕汁	81
生姜	81
浓米汤	81
强迫呕吐	81
山楂饮	81
梨	81
浓茶解酒有误	81
热水澡解酒有危险	81
牛奶解酒需慎重	81



止鼻血小窍门集锦.....82

勾中指快速止鼻血	82
举手止鼻血	82
捏鼻翼	82
捏脚后跟	82
绑扎无名指根	82
冷敷	82
塞棉团	82
喝刺儿菜汁	82
冷水洗鼻腔防流鼻血	82
香油防治流鼻血	82

止打嗝小窍门集锦.....83

憋气止嗝	83
喝水止嗝	83
干吞砂糖	83
按压穴位	83
喷嚏转移法	83
进餐时不喝饮料	83
泡腾片与凝胶同服少打嗝	83



保鲜膜内筒、薯片筒、卫生纸内筒

.....	86
收纳电线	86
收纳长靴	86
储物筒	86
笔筒	86
临时文件夹	86
粘附毛发滚筒	86
加宽衣架	86
自制纸筒家具	87
纸筒娃娃	87
礼品包装盒	87

废报纸、打印纸

除金属垃圾桶臭味	88
贴报纸洗纱窗	88
用湿报纸除尘	88
擦洗浴缸	88

保存蔬菜	88
磨刀	88
除门窗水汽	89
擦玻璃更光亮	89
收存被褥 报纸来除湿	89

锡箔纸、铝箔纸

磨剪刀	90
除茶渍	90
穿旧鞋带	90

一次性纸杯

纸杯灯罩	91
纸杯花朵	91
纸杯娃娃	91
茶几上的小垃圾桶	91
做花瓶	91

旧衣服

旧衣服做地毯	92
旧仔裤、裙子做包	92
旧衣服做抱枕	92
旧衣服做头花	93
制作布贴画	93
一次性抹布	93
旧衣服扣眼再利用	93
旧腈纶衣物除床上浮灰	93

旧丝袜

自制简易吸尘器	94
旧丝袜做拖把	94
懒人旧棉袜擦地板法	94
废旧丝袜洗衣袋	94
破丝袜当滤网	94
自制固态洗手液	94
保护皮鞋鞋面	94



旧丝袜套在鞋刷上擦鞋	94	解暑润喉	97	防止晕车	99
旧袜撑鞋不变形	94	降压消肿	97	鲜橘皮治冻疮	99
自制置物架	95	醒酒解毒	97	治疗风寒	99
制作草头娃娃	95	缓解牙痛	97	柠檬皮	100
长丝袜当绳子	95	消除痱子	97	清除茶垢油渍	100
找寻细小物品	95	橘子皮	98	发黑锅底露新颜	100
香蕉皮	96	泡茶	98	巧洁陶瓷水痕	100
清洁皮革	96	泡药酒	98	清洁厨房瓷砖	100
天然面膜	96	熬粥	98	清洁水龙头	100
消炎止痛	96	制作甜品	98	清洁象牙饰物	100
防皴裂冻疮	96	除炖肉异味	98	去除手腥	101
治牛皮癣	96	巧除餐具异味	98	除冰箱异味	101
治皮肤疣	96	增加餐具光泽	98	改善厨房空气	101
西瓜皮	97	除花肥臭味	98	除餐具异味	101
去油污	97	做枕心	98	巧制清香冰块	101
美容养颜	97	移动家具	98	唇齿留香柠檬茶	101
美食养生	97	护发	98		



茶叶渣和剩茶水

- 去除鱼腥味 102
- 消除鞋臭味 102
- 去除霉味 102
- 清洁塑料盆 102
- 油漆家具保洁 102
- 浇花 103
- 隔夜茶止血消炎 103

淘米水、米汤

- 除灶具油污 104
- 洗碗碟去污强 104
- 洗衣服格外干净 104
- 洗毛巾白又软 104
- 洗脸洗手皮肤白 105
- 淘米水洗头发黑又亮 105
- 洗草莓降解农药 105
- 洗腊肉降低咸味 105
- 除竹笋涩味 105

- 除菜板异味 105
- 擦洗玻璃制品 105
- 擦油漆家具去漆味 105
- 防新沙锅漏水 106
- 防铁制炊具生锈 106
- 治疗口腔异味和溃疡 106
- 淘米水防治荨麻疹 106

咖啡渣

- 除家具划痕 107
- 清洁水池除臭气 107
- 烟灰缸除焦臭味 107

玉米皮

- 做屉布 108
- 做臭豆腐 108
- 编织隔热垫 108

螃蟹壳

- 防蛀虫和蚂蚁 109

- 消灭臭虫 109
- 补钙饲料 109
- 治已溃冻疮 109

鱼鳞

- 补钙美食炸鱼鳞 110
- 补钙美食鱼鳞冻 110

鸡蛋壳

- 消灭蚂蚁 111
- 驱逐鼻涕虫（蛞蝓） 111
- 给花卉添营养 111
- 生炉子 111
- 煮咖啡 111
- 洗衣服 112
- 清洁陶瓷器皿 112
- 除保温瓶内胆水垢 112
- 除炸食物油的杂质 112
- 制作蛋壳娃娃 113
- 制作蛋壳烛台 113



治疗腹泻	113	剩面包	117	使硬鞋油变软	120
治胃酸及软骨病	113	消除地毯污渍	117	修补瓷器小裂纹	120
防家禽、家畜缺钙症	113	巧除墙壁污垢	117	在玻璃上贴标签	120
喝剩或过期的啤酒	114	消除衣服油渍	117	过期香水	121
擦玻璃	114	当作橡皮	117	去除居室异味	121
让植物叶片更亮泽	114	过期牛奶	118	衣物熏香	121
木器保洁	114	木制家具保洁	118	制作香囊	121
柔软秀发防脱发	114	清洁镜子	119	过期洗甲水	122
轻松去体毛	114	清洁木地板	119	清洁电灯开关及插座	122
防治冻疮和脚气	114	清洗纱质窗帘	119	清洗纱窗	122
缓解季节性皮肤瘙痒	114	除白衬衣酒渍	119	清除油污	122
炖肉	115	除水果渍	119	清除不干胶标签	122
剩啤酒制酱菜	115	除墨水渍	119	过期口红	123
喝剩的可乐	116	除铁锈	119	擦银饰	123
除马桶污垢	116	消除眼肿	119	为红色皮鞋补色	123
烹调菜肴	116	美容护肤	119	当作油画棒使用	123
松开锈蚀的螺栓	116	治轻微烧烫伤	120		
除衣物上的油渍	116	为植物叶片增亮	120		
		浇花	120		