

生活小窍门

童红霞 著



中国国际广播出版社

图书在版编目(CIP)数据

生活小窍门/童红霞编. -北京:中国国际广播出版社,1998.1

ISBN 7-5078-0432-1

I.生… II.童… III.小窍门-生活 IV.I27

中国版本图书馆CIP数据核字(98)第03128号

生活小窍门

编者 童红霞
责任编辑 丁筱云
封面设计 国广设计室
出版发行 中国国际广播出版社
社址 北京复兴门外大街2号(国家广电总局内)
邮编 100866
经销 新华书店
印刷 北京长缨印刷有限公司
开本 850×1168 1/32
印张 10.5
字数 133千字
版次 1998年1月第一版 1998年1月第一印刷
印数 1-5000
书号 ISBN 7-5078-0432-1
定价 12.00元

国际广播版图书 版权所有 盗版必究
(如果发现图书质量问题,本社负责调换)

目录

第一章 百物妙用	1
调味品的妙用	1
饮品的妙用	22
蔬菜的妙用	36
干菜的妙用	50
肉、蛋、海产品的妙用	52
果品的妙用	56
瓜类的妙用	63
粮、油类的妙用	68
日用品的妙用	77
家用电器的妙用	83
药及附属品的妙用	88
其他物品的妙用	93
第二章 购物指南	97
政策规定和注意事项	97
农、副、水、畜产品的选购	106
果、蔬、饮料、罐头的选购	115
服装的选购	120
服饰及服装材料的选购	130
鞋、帽、围巾及床上用品	135
药材、保健用品的选购	140
日常用品的选购	143
第三章 巧饰家居	152
居室美化标准、原则、要求	152
居室的布置技巧	156
色彩与灯光	165
饰物的点缀技巧	168
墙壁、顶棚的装饰技巧	173
装饰中的安全的问题	176
第四章 厨房小窍门	176
食物选购鉴别小窍门	176
食物储存加工小窍门	189
食物烹饪小窍门	199
第五章 巧用家电	214
安全、节约用电	215
洗衣机	217
电冰箱	219
彩色电视机、影碟机	221
收录机	225
空调器	226

抽油烟机.....	228
吸尘器、电风扇、电吹风.....	228
电熨斗、电子琴.....	232
微波炉电热炊具.....	234
电话机.....	236
其他电器.....	237
第六章 饮食常识.....	265
去味技巧.....	265
科学烹饪法.....	277
营养饮料的合理用法.....	281
干货发泡法.....	284
清洗技巧.....	287
选购技巧.....	299
识别技巧.....	302
剥皮技巧.....	304
各种菜肴烹调技巧.....	310
各种主食做法.....	337
烹调巧用高压锅、微波炉.....	349
做粥、汤法.....	353
小菜、冷饮制作法.....	357
酸菜、成菜、酱类制作法.....	364

第一章 百物妙用

调味品的妙用

盐的妙用

1. 煮鸡蛋水中放点盐，蛋壳不破裂。
2. 炒菜时，油里放点盐，不会外溅。
3. 破了壳的蛋，放盐水里煮，蛋清不会流出。
4. 煮饺子水开后，将适量盐撒进水中再放，煮出的饺子不粘锅，不粘皮。
5. 肉末调馅时加些盐，可使肉馅越搅越黏，打入馅中的水渗不出来。
6. 做甜食时，在食物中放入占糖用量1%的盐，食物品味更加鲜美。
7. 菠菜等蔬菜叶子变黄。煮时，放些盐，颜色由黄变绿。
8. 土豆或青芋等烧煮时，易破碎，撒点盐，能保持形状完整，不碎。
9. 盐涂抹鱼身，水冲洗，可除黏液。
10. 鱼身上先撒盐煮，可防肉散碎。
11. 收拾干净的鱼，放盐水中浸10—15分钟。油炸时，鱼块难以碎。
12. 苦瓜、萝卜等带苦涩味的蔬菜，切好，用盐渍一下，滤去汁烹炒，可减少苦味。
13. 要使馒头蒸出后，蜂窝多，松软可口，可在面团中，放点盐。
14. 米淘净，加少许盐，花生油，烧出的米饭粒粒闪光，好看又好吃。
15. 煮面时水里加点盐，不硬，不烂。
16. 冻鱼、肉等泡在放有少量盐的冷水里，能较快解冻，烧的菜好吃。

17. 煮狗肉时，先用盐浸渍一下，加调味品烹制，可除土腥味。
18. 杀鸭前，将鸭进行一次冷盐水浴，这样拔毛容易。
19. 泡发后不及时吃掉的海参，倒盐水中烧开，捞出晾凉，可延长保存时间。
20. 豆腐浸盐水中可延长保存时间。
21. 牛奶中加点盐，可几天不坏。
22. 鸡蛋储藏于盐堆中，长期不变质。
23. 鲜姜，埋入盐内，可保持新鲜。
24. 酱油煮开，放点盐，不生霉。
25. 菠萝含有甙等，吃多会过敏，食用前，用盐水浸一下，就可避免了。
26. 吃地瓜多会腹胀、烧心。蒸煮前，加少量盐和明矾，就可避免。
27. 将腊肉晒干，放入小口坛里，上面撒一些盐，塑料薄膜扎坛口，可不变味。
28. 生桃树叶适量，加少许盐捣烂，敷病人太阳穴上，对风热头痛有一定辅助的作用。
29. 头痛时，用盐擦舌头，可减缓。
30. 鲜葱白 250 克，切碎与盐放锅内炒热，布包好，热敷前额，对头痛，鼻塞有一定辅助的作用。
31. 迎风流泪，只要用精盐少许点眼角，再用冷水洗去，连用数次可愈。一匙盐加 600 毫升热水中溶解，棉花浸泡取出，缚眼部，可消除其肿胀。
32. 讲演、唱歌前，喝口淡盐水，可避免喉干，噪哑。
33. 早、晚各用淡盐水漱一次口，可保持口腔卫生，对喉炎有一定辅助的作用。
34. 将盐炒热，研细，吹入喉中，吐出涎水，对咽喉肿痛有一定辅助的作用。

35. 生姜捣烂后，与盐同炒热，用布包好，敷额部，对感冒，风寒有一定辅助的作用。
36. 葱白捣烂绞汁，晚上盐水洗鼻腔后棉球蘸汁塞于鼻内，治急慢性鼻炎。
37. 细盐末刷牙，对牙龈出血有一定辅助的作用。
38. 浓盐水浸透药棉，塞紧伤口，对拔牙后流血不止有一定辅助的作用。
39. 食盐放水中煮沸 10 分钟，用来清洗伤口，不但消炎，而且止痛。
40. 用纱布包盐，在身上轻摩，可促进新陈代谢及血液循环。浴后身体还湿时，用适量盐在老化的皮肤上摩擦，可除去已死的角质皮肤。
41. 将炒过的盐，用布包起，摩擦腋下，对消除狐臭有奇效。
42. 研细末，涂擦脚癣患处，疗效好。
43. 盐 500 克，大火炒热，用布包好，热敷患处，对腰酸腿软，肌肉酸痛有一定辅助的作用。
44. 冻疮热盐水洗，可止痒消痛。
45. 蜂蜇后，盐水涂患处，可消痛。盐水泡患处，再缚上加有盐的猪油，治蚊虫咬伤。与植物油调，敷患处治烫伤。
46. 被蚂蚁咬住，只要在它身上撒点盐，或盐水，它就会收缩而掉下。
47. 在热水中加少量盐，坐浴，可使有痔疮及肛裂的患者，减轻病情。少量食盐浸湿，塞进肛门内痔处，坚持 1—2 月，痔疮可愈。
48. 食盐 250 克，葱白 10 根，同炒，趁热，敷脐下，对小便不通有一定辅助的作用。
49. 食盐 6 克 明矾 15 克，开水冲化后，洗患处，对湿疹有一定辅助的作用。
50. 去刺仙人掌适量，放一小撮盐捣烂，敷患处。对急性乳腺炎有一定辅助的作用。

51. 盐 250 克炒热后洒入陈醋，再炒片刻用布包好熨患处，治打针后，臀部硬块。

52. 鲜石榴一个，连皮捣碎，加盐少许，水煎服，每天三次，对久泻有一定辅助的作用。

53. 将衣服放 5%盐温水里泡一泡，水冷后再洗，衣服难以褪色。

54. 新染的果汁迹，先撒些盐于其上，滴水盐化后再洗，可去果汁迹。

55. 熟油弄脏衣服，用温盐水泡后再洗，熟食油可除。浓盐水也可除汗迹。

56. 衣服的旧茶渍可用浓盐水洗去。

57. 棉织物品烧焦得不严重时，或有折纹，可敷上细盐，轻揉，除去。

58. 新买的碗，玻璃杯等，用盐水煮过，难以破裂。

59. 锡纸蘸细盐擦拭铜器，除污垢。

60. 新铁锅，盐在锅里炒黄后，用来擦锅，再用茶叶放锅里煮，锅就光滑好用。

61. 新买的泡沫塑料鞋，放在盐水中浸泡半日再穿，难以断裂，可除汗臭味。

62. 盐水洗竹藤器美观，柔软，耐用。

63. 炒菜时，油锅着火，撒一把盐，即可灭火。

64. 点蜡烛时，在灯心周围放上盐，可使烛油不淌下来。

65. 鲜花用盐水养，难以枯萎，更艳。

66. 点油灯，放盐入油，可减少冒烟。

67. 生炉子时，烟雾太浓，撒把盐可使烟雾消散。

68. 盐，橄榄油等量搅匀，涂在面部按摩 5 分钟，然后清洗，有美容作用。

69. 将浓盐水倒入厨房洗涤槽的排水管内，可保持其清洁，防止发臭和油渍。

70. 脚泡温盐水中数分钟，冷水冲净，消除脚部疲劳；粗皱的双手，浸泡 5 分钟，有助恢复细白柔润。

71. 浴缸内的热水中，加几把盐，浸泡至少 10 分钟，可消除身体疲劳。

72. 将炒过的盐，用铝箔纸包起，贴在肩上，可消除肩部疼痛。

73. 用盐洗头，可使细而缺乏弹性的头发变粗，有光泽。沐浴时，盐在头上搓揉，会刺激头皮，促进毛发生长。

74. 吸烟前，先在舌尖上舔少量盐，难以成瘾。有瘾者，有助戒烟。

75. 用 2 杯炒过的盐放入厚纸袋，或用毛巾包裹好，置于下腹，20—30 分钟，腹部疼痛就会消失。

76. 盐炒热装布袋，以耳枕之，袋凉则换。坚持日久，可解除耳鸣烦恼。

77. 熨斗微加热后，放在撒有食盐的纸上擦一会儿，就会变得干净。

78. 在脏的地毯上撒些食盐粉，用扫把蘸上热水扫，地毯会“焕然一新”。

79. 在加热后的炉台上撒些盐，再用报纸揩擦，可除油迹。

80. 玻璃窗或汽车挡风玻璃上结了霜，用盐水抹擦，效果极佳。

81. 新扫把在盐水中浸泡 2—3 小时后，取出，晾干，再使用，可延长其使用寿命。

82. 在热水袋中先加些盐再装热水，会更暖和。保温时间更长。

83. 钉钉子前先在盐水中泡一泡，好钉。

84. 把盐撒在草地上，可抑制杂草生长。

85. 把盐撒在冰雪道路上，可使冰雪提前融化。

86. 盐水洗刷便盆或痰盂，可除掉积垢和臭味。

87. 在盐水中煮沸过 20 分钟的亚麻口袋，装东西不会出现虫蛀。

88. 在养水仙花的盆中，加少许食盐，可以延长开花的时间。

89. 把盐涂在肥皂上洗脸，洗澡，可以保持皮肤光洁，嫩滑。

醋的妙用

1. 用醋炒马齿苋，对红白痢疾有一定辅助的作用。

2. 被蚊子、臭虫叮咬后，在叮处涂上点醋，便可以消肿止痒。

3. 在洗澡水中加点醋，浴后，会感到肌肉轻松，身体舒适，还可消除疲劳。

4. 易晕车，船的人，若行前，先喝杯加醋的温开水，途中舒服得多。

5. 煮甜粥时加点醋，可使粥更甜。

6. 煮饭时，按 1 千克米加 2 毫升左右的醋，可使米饭易于保存和防馊。

7. 炖肉和排骨时，放点醋，易熟。同时可使骨头中的钙、磷、铁等矿物质溶解于水，被充分利用，营养价值更高。

8. 炒茄子，放点醋，茄子不变黑。

9. 用浸过醋的湿布，将生肉包好，可使肉一昼夜保持新鲜。

10. 衣服上污染了果汁，斑点或颜色，用醋可以搓掉。

11. 在生锈的铜器上，涂点醋，干后，用水洗刷，铜器会光亮如初。

12. 煮海带时，加几滴醋，一煮就软，避免越煮越硬。

13. 洗涤丝织品时，加几滴醋，可使其保持原有光泽。

14. 深色毛料衣服摩擦得油光，敷上含醋 50% 水的湿布，干后，再敷一次，然后熨烫，可去除光亮。

15. 用醋涂旧铝制品，干后，再用水洗，能恢复光亮。

16. 热水瓶中的水垢可用醋洗掉。

17. 用醋代水磨墨，写出的字，又黑又亮，难以褪色。
18. 在咸豆浆中，加少量醋，能使豆浆美味，可口。
19. 在浸泡的生鱼中，加少量醋，能防止其腐败，变质。
20. 放蔫了的青菜，放到加有一汤匙醋的冷水里泡1小时，可返青，变绿。
21. 在暗室工作后，用食醋洗一下手，可消除手上的药液味。
22. 做馒头或面包时，加入少许醋，蒸出的馒头或烤出的面包，不会变坏。
23. 蒸馒头发现碱大时，在锅里加点醋再蒸一刻钟。碱遇到酸发生中和反应，馒头就变白了，也没有碱味。
24. 酒醉后，饮点醋能解。用松花蛋一个，蘸醋吃下，也能解轻度醉酒。
25. 将花生浸于醋中，一星期后，每天嚼服2—4粒，可降血压。
26. 把纱布浸于醋中，每晚取一块，粘于肛门口，对蛲虫有一定辅助的作用。
27. 夏天拌凉菜放醋有杀菌作用。
28. 在油漆木制家具之前，先用醋擦一边，油后的家具，光泽更加鲜艳。
29. 棉花蘸醋塞住鼻孔可止鼻血。
30. 因环境，引起失眠时，睡前，喝上一杯加醋的凉开水，有助安然入睡。
31. 姜汁和食醋配成汁，调皮蛋，既可解涩，去腥，还有解毒，杀菌作用。
32. 照相底片轻微擦伤，将其放入10%的醋水溶液浸透，取出，晾干即可。
33. 房间里充满烟气时，用毛巾蘸稀释了的醋，在房间挥动，可以消除。
34. 鞋油加几滴醋擦皮鞋既亮又久。
35. 刀放醋里浸一夜，磨起来省力。
36. 将白醋25克装瓶中，置冰箱内，可除臭味。

37. 把鲜芙蓉叶捣烂，用醋调成膏状，敷于患处，对急性乳腺炎有一定辅助的作用。

38. 米醋 200 克，豆腐 250 克，煮熟，饭前吃，一次吃完。对妇女经期过短有一定辅助的作用。

39. 用 0.1%—0.2% 食醋水溶液洗阴道，可配合治疗阴道滴虫。

40. 冻疮初起未溃，将醋煮热，趁温湿敷，每天 2—3 次有效果。

41. 醋糟 1500 克，炒烫，装布袋中，热敷患处，对腰、腿痛有一定辅助的作用。

42. 醋滴耳，每天 3—6 次，治耳流脓。

43. 鸡蛋两个，醋 50 克，蛋取壳，加水一碗，煮熟服。对久咳不止有一定辅助的作用。

44. 食醋，冰糖浸泡花生米，长期食用，可软化血管，降低胆固醇。

45. 用醋和盐煎服，可止吐，止泻。

46. 将鲜羊肉煮熟后，用米醋拌着吃，对吐血和大便出血有一定辅助的作用。

47. 食醋加热至 35—40 度，每天泡脚 10—20 分钟，对脚癣、手癣有一定辅助的作用。

48. 紫皮蒜或独头蒜去皮后，浸泡于醋中 24 小时以上。用棉球蘸醋液涂擦患处，每天 3 次，止痒，治顽固神经性皮炎。

49. 粮食醋两碗，文火熬成 1 碗，加入切碎的葱白 1 碗。煮开，滤去醋液，用布包好，趁热敷患处（不要太热，人能够承受），治风湿关节炎。

50. 在炒土豆丝和豆芽时，放点醋。既可除去涩味，又可保持其爽脆可口。

51. 以面粉、温水、食醋 50：35：5 的比例发面。10 分钟后，加入 1% 的小苏打（面粉的），揉到没有酸味为止。这样，不仅可以应急发面，而且蒸出的馒头既松又白。

52. 铝锅内的水垢，可用米醋，洗衣粉，加少许热水擦拭。

53. 用抹布蘸食醋擦拭排气扇，灯泡，可去油污。
54. 用醋可除花瓶内垢，可除瓷器污垢。
55. 羊肉切块放入开水锅中，倒点食醋肉熟后膻味即除。
56. 杀鸡、鸭前，先给其灌上两匙白醋，10分钟左右，毛孔松胀。杀后，再用热水烫，很容易拔毛。
57. 宰杀洗好的老鸡，在加入少量食醋的凉水中，浸泡2小时后，再用文火煮，鸡肉会变嫩。
58. 烧酥鱼时，放些糖和醋，能使鱼骨和鱼刺软化，适合儿童食用。
59. 油炸鱼块时，先在鱼块上滴少许醋，拌匀，过3—5分钟再炸，炸熟的鱼块味道更鲜美。
60. 热天将稀释的醋，洒在鱼肉上，短时间内，鱼肉不会变质。
61. 在加入少许醋液的清水中煮蛋，若蛋破后，蛋清不会流出壳外，且易剥壳。
62. 按糖与醋2 : 1的比例配料，无论做什么糖醋菜肴，都可收到甜酸适度的效果。
63. 倘若菜做成了，加点醋可减少咸味。
64. 刮削芋头时，手部皮肤容易痒。倘若在水中滴点醋洗手，就不痒了。
65. 在滴几滴醋的冷水中，浸泡削过皮的土豆，可使其洁白。并可在烹调中减少维生素的损失。
66. 冻土豆，先在冷水中浸泡，解冻。再放在加入1汤匙食醋的沸水中，慢慢冷却后，再行烹制。这样烧出的土豆依然新鲜，没有怪味。
67. 煮面条时，放少许食醋，可使面条由黄变白。
68. 炒猪肉片（丝）时，在锅里放几滴醋，炒出的肉既嫩又香。

69. 放点醋烹调蔬菜，不仅味道鲜美，且能保护维生素 C 少受损失。因为维生素 C 在酸性环境中难以被破坏。

70. 夏季，在开水中加少量醋和白糖，凉了再喝，有股酸梅汤的味道。

71. 在做甜菜或煮红色卷心菜时，加少许醋可使其色泽新鲜，味道可口。

72. 用醋少许搓几下手，再用清水冲洗，可清除手上的鱼腥味。

73. 用适量的醋抓洗，可除去鸡、鸭、鹅肠内壁上的黏液。

74. 操作前，在手上涂点醋，待干后再削土豆皮或切菜，手就不会被染黄了。

75. 在烹调老牛肉时，加点醋，能使肉烂得快，且味道香。

76. 烹制水产品时，滴点醋，有预防多种肠道传染病的作用。

77. 吃油多的食物时加点醋，可不腻口。

78. 鱼、肉不够新鲜时放点醋烹调，既能杀菌，又可正味。

79. 臭咸蛋内放点醋，能使其味道鲜美。

80. 滴数滴醋抓洗猪肚 1 分钟，能使其洗得洁白、干净。

81. 用布蘸醋少许，涂擦碗橱、箱子，可除去其异味。

82. 鱼刺卡喉，含点食醋，慢慢咽下，能使鱼刺软化，吐出来或者咽下去。

83. 做馒头时，加少许食醋，蒸出的馒头可延长保存时间。

84. 将洗后待烹调的鲜蘑菇，放入加有少量食醋的冷水中浸泡 1 小时，就不会发暗变黑。

85. 在咸豆浆中加少量醋，能使豆浆味美可口。

86. 将白醋 30 克，放冰箱中，可除异味。

87. 只要倒进一杯醋，洗衣液中的许多泡沫就会消失。

88. 如用醋喷洒，再用手揉搓，即可除去久穿后的，绒线衣上的亮光。

89. 在头一遍漂洗时，就在水中加一小匙醋，以中和洗衣粉碱溶液，可使羽绒服洗得更加干净。

90. 洗毛衣时，在清水中洗过 2—3 遍后，再用 3% 的食醋稀释液浸泡片刻，可增加光泽。

91. 在漂清洗衣粉或肥皂洗过的衣服，最后一遍时，可在水中加点醋，以中和残留在衣服上的碱性物质，衣服会更干净。

92. 倘若在已擦过鞋油仍不亮的皮鞋上滴几滴醋，再用布擦，皮鞋即刻油光发亮。

93. 被污染的白皮鞋，可先用食醋擦一遍，再用布擦干净。最后擦白鞋油，去污、上光效果尤其好。

94. 放开边后，原有衣服的折痕，不容易消除。可将少许食醋把折痕处抹湿，再用温度适中的熨斗熨烫，折痕即刻清除。

95. 衣服上的酒渍、铁锈、水果渍，用醋少许擦几下，即刻除去。

96. 在生锈的铜器上涂点醋，待干后，用水洗刷，铜器会光亮如初。

97. 旧铝制品用醋涂抹，干后，再用水洗，能恢复光亮。

98. 可用绒布蘸少许食醋，擦掉玻璃上的油漆。

99. 粘贴玻璃拉手时，先将其位置及拉手，用食醋清洗干净。晾干后再粘贴。这样会更加牢固、耐用。

100. 自制糰时，加少许醋，可增强糰糊黏合得牢度。

101. 粘在皮革家具上的油污，可用醋和麻油，按比例为 3：1 的调和液来擦去。

102. 加入少许醋洗刷锅碗，油脂腻垢容易掉。

103. 新铁锅中倒入 250 克醋，加热，待其发出吱吱声响时离火。用丝瓜络蘸醋擦洗，再用清水冲净，铁锅光亮好用。

104. 用毛巾蘸醋的稀释液，在室内挥舞数下，在不打开门窗的情况下，可清除室内香烟或油漆味。

105. 在牙膏上滴点醋刷牙，坚持一段时间后，牙齿上的烟垢可逐渐除去。

106. 先用醋擦洗，再用碳酸氢钠擦一次，最后清水冲洗，可清除掉浴缸上所有的污垢、斑点。

107. 倒入一杯醋，5 分钟后刷洗，马桶会被刷洗得干净光亮。

108. 在浴缸中放入 1/3 的清水，倒入一杯醋，浸泡、揉洗塑料窗帘、浴罩等，很容易洗干净。

109. 在洗发液中加入少量生蛋白，调匀后洗头，并轻轻按摩头发。洗净后再用蛋黄调入少量食醋，充分混合后，顺发丝慢慢涂抹，用毛巾包头 1 小时后，清水冲洗干净，会使头发乌黑发亮。

110. 洗发后，在头发上喷点陈醋再吹风，可使发型保持持久，且能使头发黑亮、柔软。

111. 适量牛奶和醋，用开水调匀。再用棉签蘸其液，在早起后肿胀的眼皮上，反复擦洗 3—5 分钟。最后用热毛巾焐一下，会很快使眼皮消肿。

112. 先用棉签蘸点醋，把指甲擦净，等完全晾干后再涂指甲油，可使其更加光亮，且难以脱落。

113. 将醋加热置室内，蒸发出的醋蒸气能预防流感。

114. 食醋 100 克，花椒 10 克，水煎后趁热含漱，对牙痛有一定辅助的作用。

115. 醋加等量水漱口，可减轻喉咙肿痛。

116. 伤风感冒或慢性咽炎引起的声音嘶哑，可用 100 克食醋煮一个鸡蛋同食，一两次即愈。

117. 用 2 汤匙醋，加 1 汤匙白糖，调成糖醋汁饮服，可止呃逆（打嗝）。

118. 醋与甘油以 5：1 的比例调匀，每天涂擦患处两次，会使冬季皴裂的皮肤，光滑、细嫩。

119. 用食醋将化妆品调成糊状，随配随用，涂抹患处。轻者一次，重者 2—3 次，可使脚气痊愈。

120. 食醋 2 汤匙，6 小时服 1 次。连服 2 日，可驱蛔虫。

121. 常用少量食醋做调味品，可使低胃酸性胃病患者既增加食欲，又可使胃病得到治疗。

122. 将面粉熬成糊状，再调些醋搅匀，摊涂在布上，贴敷患处。干后，再换新的。敷贴数次，可使腰、腿扭伤，消除疼痛。

123. 用醋淋洗患处，可使微烫伤，愈后不留疤痕。

124. 用醋洗或敷患处，能使轻微烫伤，防止起泡，可以止痛。

125. 因多食了鸡蛋而腹胀、胸闷难受时，喝点好醋，就可缓解。

126. 若误服了碱性毒物，可大量饮醋，能起到急救作用，然后迅速送医院。

127. 水 1 千克，加入醋 120 克，每晚浸泡患肢手、脚 1 次，对手、足癣有一定辅助的作用。

128. 等量醋和水，每晚泡脚 1 小时，对干脚气有一定辅助的作用。

129. 食醋、墨汁各等份，搅匀，涂患处，每天 4—6 次，对腮腺炎有一定辅助的作用。

130. 用醋煮鸡蛋吃，每次吃 1 个，每天 2—3 次，能治哮喘。

131. 陈醋、苏木各 500 克，煎汤熏、洗患处。可使软组织损伤部位止痛、消肿，并加快组织恢复。

132. 用加少许白醋的水，浸泡切洗后的猪腰片 10 分钟。腰片会发大，无血水。炒熟后，爽脆可口。

133. 在颜色暗淡的银器上涂一遍醋，待干后，再用清水刷洗，银器可光亮如初。

134. 定影后的胶片，在食醋中浸泡 20 秒钟左右，能增加其透明度，有利于长期保存。