

X I N B I A N  
现代家庭生活指南

—【新编】—

# 家庭生活窍门

XIN BIAN JIA TING SHENG HUO QIAO MEN DA QUAN

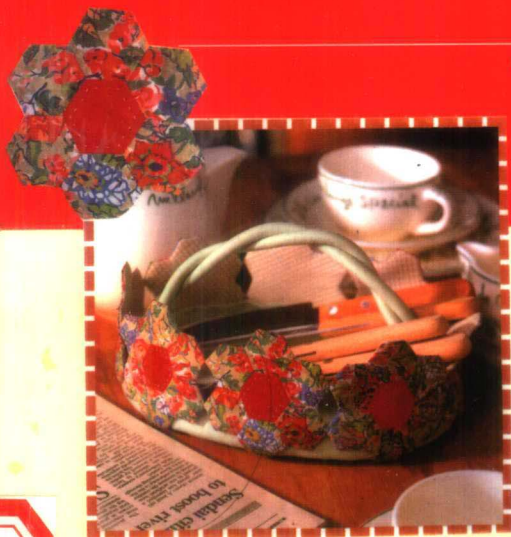
## 大全

6

家庭必备 / 收录最全 / 资讯最新 / 准确实用 / 居家生活不求人  
衣物洗染 / 厨房除污 / 居家装修 / 虫蚁防治 / 家居保养 / 电器修理 / 家事巧做

刘莹 ● 主编

LIUYING ZHUBIAN



时代文艺出版社

SHIDAIWENYICHUBANSHE

随书赠光盘

最新图文版  
准确实用

—【新 编】—

# 家庭生活窍门

JIATING SHENGHUO QIAOMEN DAQUAN

## 大全

6

刘莹◎主编

LIUYING ZHUBIAN

时代文艺出版社

SHIDAI WENYI CHUBANSHE

## 图书在版编目(CIP)数据

新编家庭生活窍门大全/刘莹主编. —长春:时代文艺出版社,2003.1

(现代家庭生活指南)

ISBN 7-5387-1727-7

I. 新… II. 刘… III. 家庭—生活—知识 IV. TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 101239 号

现代家庭生活指南

### 新编家庭生活窍门大全

主编:刘莹

---

时代文艺出版社出版发行(长春市人民大街 124 号)

新华书店经销

北京市密云县印刷厂印刷

---

787×1092 毫米 1/16 28 印张 500 千字 2003 年 1 月第 1 版

2003 年 1 月第 1 次印刷 印数:3000 定价:39.80 元

ISBN 7-5387-1727-7/I·18



# 目 录

## 衣物篇

**衣物洗染** ..... (1)

**毛衫** ..... (1)

羊毛衫重好还是轻好? ..... (1)

兔毛衫脱毛怎么办? ..... (1)

有办法使毛衫大变细吗? ..... (1)

手织毛衫应该怎样清洗才可保持原本形状? ..... (1)

羊毛衫洗后缩细, 怎样补救? ... (2)

如何清除毛衫的黄迹? ..... (2)

可以用漂白水漂洗白羊毛衫吗? (2)

怎样去掉衣衫的毛粒? ..... (2)

兔毛衫的特性 ..... (2)

毛线折断, 怎样黏合? ..... (3)

羊毛衫的 V 领洗后加大了, 如何是好? ..... (3)

**绒衫** ..... (3)

灯芯绒衫应该怎样处理? ..... (3)

灯芯绒有原子笔迹, 如何清除? ..... (4)

怎样洗涤白色绒裙? ..... (4)

绒料西裤起镜面, 如何消除? ... (4)

绒衣沾了糖果迹, 如何是好? ... (4)

怎样清除绒裤上的超能胶迹? ... (4)

绒裤沾木胶浆, 怎么办? ..... (4)

毛料沾了石灰, 应如何处理? ... (5)

旧毛料可以自己洗涤吗? ..... (5)

羽绒衣物怎处理? ..... (5)

**皮衣** ..... (5)

怎样清除皮褸霉迹? ..... (5)

为什么用去霉剂反发霉? ..... (6)

如何清洗鹿皮外套? ..... (6)

羊皮衫硬了怎么办? ..... (6)

保养皮衣 ..... (6)

保养—— ..... (7)

羊皮褸保养有窍门吗? ..... (7)

牛皮褸怎么保养? ..... (8)

皮褸除贴纸后留下淡色痕迹, 如何复原? ..... (8)

真皮人造皮可染吗? ..... (8)

**皮革** ..... (8)

皮革可否自己存放? ..... (8)

皮革臭味难除, 如何是好? ..... (8)

怎样抹除皮革霉迹? ..... (9)

皮革如何评价格? ..... (9)

毛皮硬板怎么修复? ..... (9)

**棉、丝** ..... (9)

如何清洗太空褸? ..... (9)

丝棉袄衣领洗后变皱, 可以回复原状吗? ..... (9)

棉袄棉衣外表肮脏, 如何处理? ... (10)

棉衣染蜡污, 怎么办? ..... (10)



丝恤衫染污斑应怎样处理? .....(10)

冬衣存藏方法 .....(10)

丝质衫风痕褪色怎么办? .....(11)

**领带** .....(11)

丝质衣物和领带有了油渍及果汁渍,  
应如何清洗? .....(11)

怎样消除领带皱痕? .....(11)

自己动手洗领带 .....(11)

**鞋袜** .....(12)

怎样洗濯尼龙白袜? .....(12)

要更换袜头橡筋,行得通吗? ... (12)

油滴皮鞋怎么消除? .....(12)

鞋皮刮花,如何修补? .....(12)

要把皮鞋擦得像警靴般闪亮,有什么  
方法? .....(12)

鞋面铁片生了锈,怎么办? .....(13)

帆布鞋霉点怎么除? .....(13)

如何清除皮鞋霉迹? .....(13)

漆油滴在牛皮鞋,可以清除吗?  
.....(13)

皮鞋面遇泥溅,用什么办法清除?  
.....(13)

雨天着鞋怎样护养? .....(13)

皮鞋脱色,怎么办? .....(14)

皮鞋沾香口胶,怎么办? .....(14)

皮鞋沾油污,如何清理? .....(14)

银色皮鞋怎么去污? .....(14)

皮鞋面沾上油污,应如何清洗才不损  
及皮鞋颜色? .....(14)

帆船皮鞋面遭黑胶沾污,怎么办?  
.....(14)

新皮鞋刮损脚,应如何解决? ... (15)

奶白色皮鞋沾色,怎样清除? ... (15)

皮鞋里层脱色,有方法补救吗?  
.....(15)

运动鞋怎样除臭气? .....(15)

白运动皮鞋变色,如何是好? ... (15)

怎样洗白布鞋而不变黄? .....(15)

怎样清洁运动鞋? .....(16)

运动鞋头怎么补? .....(16)

鞋子的保养 .....(16)

有没有简易的补鞋底方法? .....(17)

能否用洗衣机洗布鞋? .....(17)

**手袋** .....(17)

如何清除鹿皮手袋上污迹? .....(17)

浅黄鹿皮袋用久了变灰黑,可以清理  
掉吗? .....(17)

胶皮手袋怎样清洁? .....(17)

真皮手袋起霉,如何消除? .....(18)

浅啡色皮袋生油污垢怎么去除? (18)

白手袋怎么洁净? .....(18)

真皮手袋去污需用什么材料? ... (18)

手袋蜡迹怎样处理? .....(18)

皮包叠放黏色素,有何方法处理?  
.....(18)

蛇皮手袋变色,有办法恢复原色吗?  
.....(18)

胶面银包上胶片白色变黄,如何补  
救? .....(19)

手袋扣怎样可回复光亮? .....(19)

皮革保养有窍门吗? .....(19)

刮花了公事包,可以补救吗? ... (19)

**手巾、被铺** .....(19)

怎样清洗毛巾汗渍? .....(19)

口水肩有黑斑,可以洗净吗? ... (19)

毛巾霉烂又发紫,怎样清洗?怎么预  
防? .....(20)

变硬毛巾怎么复软 .....(20)

怎样洗濯毛毡被? .....(20)

棉絮应如何保养? .....(20)

**衣服褪色、漂染** .....(20)

牛仔褲误漂斑白,如何补救? .....(20)



漂白水可以久浸吗? .....(20)

颜色衣服沾上漂白水, 怎么办?  
.....(21)

球衣熨号迹怎样除? .....(21)

衣物同洗互染色泽, 如何去除?  
.....(21)

丝印字样怎么除去? .....(21)

球衣如何自行丝印? .....(21)

扎染衣物可自造吗? .....(21)

怎样自制洗不掉的墨水? .....(22)

有何方法使新买衣物不褪色? ... (22)

机恤腰带褪色, 使机恤也染色了, 如  
何是好? .....(22)

衣服褪色怎样还原? .....(22)

金银线衣服变暗, 有何方法补救?  
.....(22)

衣裙溅上了腐蚀性液体, 可以重新漂  
染吗? .....(23)

怎样漂染布袋造衣服? .....(23)

可以自染校服裤吗? .....(23)

翻染秋楼校楼可行吗? .....(23)

可以自染棉麻衫吗? .....(24)

白外衣如何自行翻染? .....(24)

压花皮楼袖口染污, 可以自行染色  
吗? .....(24)

自己翻染太空楼 .....(24)

衣服染料何处购得? .....(25)

**雨伞** .....(25)

雨伞变黑, 如何复原色? .....(25)

怎样修补断遮骨? .....(25)

雨伞胶片爆裂, 如何修理? .....(25)

雨伞折痕变色, 还可挽救吗?  
.....(25)

购买及保养雨伞的心得 .....(25)

补救漏水雨衣 .....(27)

怎样清洗雨伞顽固污迹? .....(27)

**衣物污迹** .....(27)

新衫不明污迹, 有办法清除吗?  
.....(27)

如何令白色软质外衣回复洁白?  
.....(28)

有办法清除衣袋痕迹吗? .....(28)

清洗围巾变疏孔, 如何是好? ... (28)

白裙溅茶渍怎么除? .....(28)

白衫“护捞”迹怎么除? .....(28)

白色衣物沾了黑色素, 怎么办? (28)

洗涤黑衫如何处理方可保持乌黑?  
.....(28)

如何消除车缝线痕? .....(29)

新衣有过底纸痕, 怎样才可洗净?  
.....(29)

牛仔裤染上漆油, 怎样消除? ... (29)

白色制服沾了染发液, 可以洗净吗?  
.....(29)

如何清除衣服油渍? .....(29)

洗濯的确凉 .....(29)

衣服沾染“氯化铁”, 可以复原吗?  
.....(30)

有办法清除头盔内布质的汗味吗?  
.....(30)

化纤衣服怎样除气味? .....(30)

的确凉汗渍怎样除? .....(30)

怎样清洗涂改液污迹? .....(31)

为什么白色T恤会变黄? .....(31)

衣服沾上衣夹污迹, 怎么办?  
.....(31)

干洗衣服用水洗后变黄, 怎样办?  
.....(31)

万能胶迹怎么除? .....(31)

如何洗涤恤衫衣领上的垢迹? ... (31)

恤衫染墨汁渍, 可以用漂白水洗  
吗? .....(31)



怎样清除衣物上的原子笔迹和箱头  
笔迹? .....(31)

衣服沾染墨水,应如何处理?...(32)

墨水渍可以用白醋清洗吗?.....(32)

校服腋黄怎样除?.....(32)

衣服为何有黑点?.....(32)

衣物常见污迹清除方法.....(32)

西裤沾了冲晒药水,可以清除吗?  
.....(34)

外衣染上黄色,用漂白水可以清除  
吗?.....(34)

牛仔裙染了蜡迹,有办法清理吗?  
.....(34)

西装胶纸迹怎么除?.....(34)

外衣黏胶怎么办?.....(34)

泳衣胶迹可清除吗?.....(34)

牛仔裤如何回复硬挺?.....(34)

怎样防止柜内衣物受潮?.....(35)

**熨衣服**.....(35)

衣料无法熨平,有方法解决吗?  
.....(35)

怎样防止褶皱褶痕消失?.....(35)

熨缩衣物如何补救?.....(35)

怎样防止绒布熨后现镜面?.....(35)

丝绒被熨后起镜面,怎么办?...(35)

校服裤镜面怎么除?.....(35)

**去污用品**.....(36)

如何适当地使用漂白水?.....(36)

白色衣服陈旧变色,可以用漂白水洁  
净吗?.....(36)

漂白水何时用最佳?.....(36)

恤衫沾染汗渍,应让彩漂浸过夜吗?  
.....(36)

预洗剂何处有售?.....(37)

使用漂白水的心得.....(37)

何以无泡洗粉渐流行?.....(38)

洗衣标志是否世界性?.....(39)

怎样使用加酶洗粉才收宏效?...(39)

干洗是什么?.....(39)

洗衣公司洗衣有何窍门?.....(39)

市面何种去污材料最先进?.....(39)

### 家居篇

**居室装修清洁**.....(45)

**墙纸**.....(45)

墙纸污迹怎样清理?.....(45)

墙纸被原子笔画花,怎么办?...(45)

墙纸为什么变黄?有什么方法处理?  
.....(46)

为什么墙纸会发黑霉?.....(46)

烟熏墙纸怎样清理.....(46)

裱墙纸凸起,如何补救?.....(46)

为什么墙纸贴后脱落?.....(46)

墙纸有哪些种类?.....(47)

裱墙纸要事前准备.....(47)

哪里选购墙纸?.....(47)

裱新墙纸前要注意些什么?.....(48)

墙纸、乳胶漆谁耐用?.....(48)

**地毯**.....(48)

电池漏液地毯上,怎样清洗?...(48)

如何清理地毯上的婴孩奶尿渍?  
.....(48)

地毯存藏地虱,怎么办?.....(48)

**门窗**.....(48)

大门胶纸迹有方法去除吗?.....(48)

浴室木门怎样防潮?.....(49)

洗手间胶折门起霉,怎么办?...(49)

锁匙断了塞在匙孔,怎样可弄出?  
.....(49)

胶折门何故下坠?.....(49)

铝窗框污垢如何清理?.....(49)



火水能洗铝框油渍吗? .....(49)

有何方法清除铝窗框水泥迹? ... (49)

铝窗为什么会有小白点? .....(50)

铝窗腐蚀怎样补救? .....(50)

铝窗湿水霉烂, 应怎样做? .....(50)

玻璃窗日久出现花纹, 有办法清除  
吗? .....(50)

怎样清除玻璃水渍? .....(50)

厨房气窗油污, 怎样可清除干净?  
.....(50)

玻璃贴上胶纸, 怎样撕除? .....(51)

如何清除玻璃窗上瓷漆? .....(51)

窗门积锈不灵活, 怎么办? .....(51)

如何清洁上下推开的玻璃窗? ... (51)

为什么抹玻璃时边擦边沾尘? ... (51)

窗台鸽猫滋扰怎样驱除? .....(51)

如何清洁窗台? .....(52)

窗户渗水应如何处理? .....(52)

砖.....(52)

高温砖隙污垢如何清除? .....(52)

厨房瓷砖怎样清洁? .....(52)

白瓷砖变黄, 怎样清洗? .....(52)

瓷砖胶迹可刮除吗? .....(53)

地砖牙膏迹怎么除? .....(53)

新地砖如何能减滑? .....(53)

清洁意大利砖有妙法吗? .....(53)

自己动手砌瓷砖 .....(53)

铺地瓷砖是不是需要打蜡? .....(54)

怎样重铺瓷砖? .....(54)

为什么瓷砖地板遭践踏时发出声音?  
.....(54)

水磨石涂蜡后污黑, 怎么办? ... (54)

如何清洁水磨石阶砖? .....(54)

纸皮石脱落, 怎么办? .....(55)

纸皮石及地砖, 用何材料清洗?  
.....(55)

纸皮石藏油污, 可以去除净吗?  
.....(55)

柚木地板 .....(55)

怎样清洁打蜡机? .....(55)

为什么操作打蜡机时绒毡会飞脱?  
.....(56)

怎样保养新居柚木地板? .....(56)

为何自涂蜡水反令地板失色? ... (56)

为什么水晶地板脱蜡? .....(56)

怎样涂水晶地蜡? .....(57)

护理柚木地板, 除了水晶漆外还可以  
采用什么材料? .....(57)

木地板可以涂水晶胶吗? .....(57)

柚木地板水渍多, 怎样清理? ... (57)

如何清除凝结蜡水? .....(57)

地板浸过水怎么办? .....(58)

刮花地板怎样修缮? .....(58)

楼下冷气机令地板冒水珠, 可以改善  
吗? .....(58)

柚木地板松脱, 如何处理? .....(58)

柚木地板隙疏离, 如何补救?  
.....(58)

胶地板 .....(58)

为什么胶地板用净板素拖过仍不洁  
净? .....(58)

胶地板可以涂水晶地蜡吗? .....(59)

胶地板松脱的修补方法 .....(59)

地毯弄黄胶地板, 怎么办? .....(59)

地板沾了防虫漆, 怎么办? .....(59)

怎样抹除胶地板蜡迹? .....(60)

为什么每次再涂蜡水都有斑驳痕迹?  
.....(60)

自己动手铺胶地板 .....(60)

清洁凹凸胶地板有秘诀吗? .....(60)

石屎墙 .....(61)

怎样洗抹墙上胶水迹? .....(61)





天花墙壁霉斑, 怎么清洗? .....(61)  
 遭隔墙烟囱熏蒸, 怎么隔热? ... (61)  
 如何自装大面积墙镜? .....(62)  
 钻墙可以用碳钢嘴吗? .....(62)  
 没有电钻, 如何在墙壁上钻螺丝钉?  
 ..... (62)  
**天花** ..... (62)  
 顶楼向西怎样驱热? .....(62)  
 厨房天花油渍怎样收拾? .....(62)  
 砖屋瓦面如何执漏? .....(62)  
 村屋怎样装避雷针? .....(63)  
 楼顶水箱令天花剥落, 有补救  
 吗? ..... (63)  
 天花板上可以安装发泡胶隔热吗?  
 ..... (63)  
 什么材料可隔热? .....(63)  
**表面扫漆** ..... (63)  
 如何补救木门漆油裂痕? .....(63)  
 乳胶漆剥落怎样补救? .....(64)  
 新墙裂痕怎样修补? .....(64)  
 天花涂乳胶漆, 有什么窍门? ... (64)  
 为什么铁闸涂后仍生锈? .....(64)  
 何故油漆长时间未干? .....(64)  
 生漆何处购买? .....(65)  
 防锈漆料是什么? .....(65)  
 怎样翻修门闸木器? .....(65)  
 油漆的经验谈 .....(65)  
 髹白漆有何好方法? .....(66)  
 油漆如何制造? .....(66)  
 如何使用喷漆? .....(67)  
 房间怎扫乳胶漆? .....(67)  
 木板间隔怎样粉饰翻新? .....(67)  
 自己动手表面 .....(68)  
 何以用水开白英泥补墙不久, 便裂开  
 块口掉下? .....(68)  
**其他** ..... (68)

怎样清除新装修后散发的难闻气味?  
 ..... (68)  
 隔邻打牌怎样隔声? .....(69)  
 有办法改装插焊式晒衣架吗?  
 ..... (69)  
 如何去掉石梁上的旧漆? .....(69)  
 云石染茶锈渍, 有何方法清除?  
 ..... (69)  
 装修用夹板如何选购? .....(69)  
 装修工具何处租售? .....(70)  
 木胶粉久藏失效, 怎么办? .....(70)  
 木锯怎样区分? 怎么使用? ..... (70)  
 自己装修怎么买材料? .....(70)  
**虫蚁杜治** ..... (71)  
 蚊 ..... (71)  
 如何消灭蚂蚁? .....(71)  
 消除白蚁用杀虫剂适当吗? .....(72)  
 如何购买“福尔马林”? .....(72)  
**蚊** ..... (72)  
 驱蚊器失效怎么办? .....(72)  
 燃点蚊香应在什么时候? .....(72)  
 蚊蚋在什么地方繁殖? .....(72)  
 如何灭蚊? .....(73)  
 怎样可以不惹蚊? .....(73)  
**蟑螂** ..... (73)  
 蟑螂藏柜怎么驱除? .....(73)  
 碗柜冰柜内应否用吴茱萸驱除蟑螂?  
 ..... (73)  
 姜蒜常惹蟑螂, 怎么办? .....(73)  
**老鼠** ..... (74)  
 使用老鼠笼和老鼠药, 需要注意些什  
 么? .....(74)  
 超声波灭鼠器何处有售? 是否有效?  
 ..... (74)  
 捉老鼠可用什么方法? .....(74)  
 怎样预防老鼠肆虐? .....(74)



- 虱 ..... (74)
- 如何防止虱咬? ..... (74)
- 蚊虱咬疤怎样消退? ..... (75)
- 有何方法消灭木虱 ..... (75)
- 如何治头虱? ..... (75)
- 墙壁有跳虱怎么办? ..... (75)
- 虫虱咬过应如何治疗? ..... (75)
- 四脚蛇、百足、蜘蛛** ..... (75)
- 有什么妙法可驱除盐蛇 ..... (75)
- 家居为何会有盐蛇蚁? ..... (76)
- 蜈蚣蚯蚓怎样驱灭? ..... (76)
- 百足有何方法消灭? ..... (76)
- 家中多尘多蜘蛛, 怎么办? ..... (76)
- 虫** ..... (76)
- 家中有蛀毛衣蛹虫, 如何驱灭?  
..... (76)
- 如何杀灭“蠹鱼”? ..... (76)
- 如何杀灭啡色蛀虫? ..... (77)
- 为什么木柜有窿仔? ..... (77)
- 书报防蛀有何方法? ..... (77)
- 墙上为何出现细虫? ..... (77)
- 钢琴被虫蛀, 怎么办? ..... (77)
- 何以醋内有丝虫? ..... (77)
- 为什么厕所会有红虫? ..... (78)
- 如何使用樟脑球? ..... (78)
- 竹席蛀虫怎样防范? ..... (78)
- 家居装饰保养** ..... (78)
- 吊灯** ..... (78)
- 吊灯锈迹怎样清除? ..... (78)
- 水晶灯怎样清洁保养? ..... (78)
- 百叶帘** ..... (79)
- 百叶帘积垢怎样清洁? ..... (79)
- 自行修理百叶帘 ..... (80)
- 沙发、椅** ..... (81)
- 露台藤椅失去光泽, 有什么办法补  
救? ..... (81)
- 怎样除真皮沙发头油渍? ..... (81)
- 如何除抹沙发笔迹? ..... (81)
- 为什么不能用油性或挥发性药剂清洁  
真皮沙发? ..... (81)
- 纯白真皮可以染色吗? ..... (82)
- 如何清理鹿皮沙发污垢? ..... (82)
- 仿皮沙发有霉迹, 怎么办? ..... (82)
- 丝绒沙发怎样清抹? ..... (82)
- 皮沙发裂纹可以用牛皮胶纸封补吗?  
..... (82)
- 布质沙发变色怎么办? ..... (82)
- 沙发腰枕材料何处有售? ..... (83)
- 餐椅面毁坏怎么办? ..... (83)
- 藤器家私保养的认识 ..... (83)
- 露台胶椅怎样保养? ..... (84)
- 柜、台、床** ..... (84)
- 木柜遭灭虫漆损坏而呈黄斑, 如何清  
理? ..... (84)
- 衣柜臭味怎样驱除? ..... (84)
- 衣柜怎样防湿气? ..... (84)
- 木柜刮花怎样修补? ..... (84)
- 木柜裂痕可以修补吗? ..... (84)
- 怎样翻髹柚木柜? ..... (85)
- 如何安装吊柜? ..... (85)
- 自造柜架, 材料哪里购得? ..... (85)
- 木柜防火胶板凸起, 怎样修补? (85)
- 防火胶板家具如何保养? ..... (85)
- 台布压在台面上成斑驳痕迹, 怎样清  
理? ..... (86)
- 如何清除木台胶纸? ..... (86)
- 旧书台如何翻新? ..... (86)
- 木台烧焦怎么办? ..... (86)
- 洗洁精可清洁聚脂餐櫈吗? ..... (86)
- 聚脂台柜有刮痕, 如何补救?  
..... (86)



大理石家私面暗哑，如何回复光亮？  
..... (86)

云石台受热起白印，怎么清理？  
..... (86)

钢台碰凹生锈，可以修补吗？... (87)

花梨木家私褪色，能否翻漆？... (87)

如何翻髹酸枝色家具？..... (87)

帆布质的浮床夹口边裂开，有何补救办法？..... (87)

木质家具残旧损坏，怎样自行修葺？..... (87)

床屏颜色脱落，可以自贴花纸吗？  
..... (88)

士叻与叻架有什么分别？..... (88)

购买家具前应注意些什么？..... (88)

可否用墙纸贴在家具上？..... (89)

**器皿修补清洁**..... (89)

铁器、不锈钢..... (89)

食物樽铁盖锈迹怎样去除？..... (89)

铁器生锈怎么除？..... (90)

有何方法使油漆涂在铁器上能保持光泽？..... (90)

铁盒沾染原子笔迹，有什么方法清除？..... (90)

不锈钢煲粥有无化学作用？..... (90)

怎样清洁不锈钢煲锈点和焦斑？  
..... (90)

茶煲面浓黑迹怎么除？..... (91)

如何防止不锈钢煲焦浓？..... (91)

使用不锈钢需注意些什么？..... (91)

不锈钢煲内的锈色是什么？..... (91)

钢水煲怎样除“铁”味？..... (91)

为什么煲水会出现油面？..... (92)

怎样清除不锈钢器皿油味？..... (92)

何故钢煲煲汤后煲底出现彩虹？  
..... (92)

不锈钢饭盒怎样保温？..... (92)

**玻璃**..... (92)

如何洗涤杯内茶渍？..... (92)

玻璃瓶碱鱼味怎除？..... (92)

有办法令玻璃胆饭壶减少发出异味吗？..... (92)

玻璃煲怎样除焦迹？..... (93)

**塑胶**..... (93)

奶嘴变黄，还可以用吗？..... (93)

奶嘴应怎样保养？..... (93)

盛载送菜，瓷碟好还是胶碟好？  
..... (93)

BB浴盆怎样去污？..... (93)

两个胶桶叠在一起分不开，怎么办？  
..... (93)

家庭塑胶用品怎样保耐用？..... (94)

塑胶盆桶如何修复？..... (95)

如何修补硬胶用品？..... (95)

防火胶板污黑，如何清洗？..... (95)

防火胶变黄，可以回复洁白吗？  
..... (95)

**铜、铝**..... (96)

铜煲铜绿有毒吗？..... (96)

哥士的可以浸铝煲吗？..... (96)

怎样使用铝器才不致对人体有害？  
..... (96)

洗刷铝煲有什么技巧？..... (96)

保存金属品及胶制品的诀窍..... (97)

铝器如何除锈斑？..... (97)

铝煲穿窿怎么办？..... (98)

糕盘何故变黑？..... (98)

**瓦、瓷器、陶器**..... (98)

瓦罐漏水如何补救？..... (98)

如何防止新瓦汤煲漏水？..... (98)

瓦煲煲底焦浓怎样除？..... (98)

如何防止炖盅发霉？..... (99)

炖盅瓦煲内发霉, 怎样洗净? ...	(99)
滑身瓦煲盖霉点怎样清除? ...	(99)
如何清洗瓷杯茶渍? ...	(99)
瓷杯裂痕藏迹, 还可以补救吗? .....	(99)
搪瓷、硬胶、瓷器, 哪种器皿盛载 食物最安全? .....	(99)
金漆瓷马暗哑, 怎么办? .....	(99)
紫砂壶有何优点? .....	(100)
选购及鉴别瓷器质量 .....	(100)
怎样补漏水花瓶 .....	(100)
<b>其他</b> .....	(101)
锡酒壶可以用来载酒吗? .....	(101)
金属煲怎样修补? .....	(101)
搪瓷器皿应怎样保养? .....	(101)
<b>厨房用具保养</b> .....	(102)
<b>刀、砧板、手套</b> .....	(102)
磨刀剪有什么秘诀? .....	(102)
磨刀器哪些最好? .....	(103)
刀上署仔迹怎么除? .....	(103)
怎样防菜刀起锈? .....	(103)
胶砧板污迹怎么除? .....	(103)
木砧板如何保养? .....	(103)
胶手套用破可修补 .....	(104)
用胶手套的几点体会 .....	(104)
<b>锅、锅铲</b> .....	(105)
熟铁锅怎样保不锈? .....	(105)
不锈钢锅起焦浓, 怎么办? ...	(105)
新买生铁锅怎样处理? .....	(105)
铝制锅表层物质是什么? .....	(105)
胶锅铲略熔怎么办? .....	(106)
铝制镀膜脱落, 还可以用吗? .....	(106)
<b>电烤炉、微波炉</b> .....	(106)
电烤炉热管黏锡纸, 怎么办? (106)	

电烤炉怎么去焦迹? .....	(106)
微波炉使用心得 .....	(106)
电烤银盘焦迹怎样擦洗? .....	(107)
<b>炉具</b> .....	(107)
皂棉花石油气炉, 怎样回复美观? .....	(107)
火炉边变焦黄, 可以抹除吗? .....	(107)
炉面污迹怎样除? .....	(108)
煤气炉打火困难, 有什么办法修理? .....	(108)
煤气炉常清理, 为什么仍然火力弱? .....	(108)
煤气炉火黄, 如何补救? .....	(108)
棉芯火水炉安全又旺火的要诀 .....	(108)
煤气火力大小与耗气量有关吗? .....	(109)
变头炉和两个单头炉, 哪一个较 节约? .....	(109)
<b>冰柜</b> .....	(109)
冰柜种类怎样分? .....	(109)
清洗冰柜有秘方吗? .....	(110)
有没有办法清除冰柜臭味? ...	(110)
为什么冰柜内有黄丝蚁? .....	(110)
冰柜变黄, 有何方法清洗? ...	(110)
你是否正当地使用冰柜? .....	(111)
为什么冰柜及洗衣机胶边呈灰黑点? .....	(111)
电饭煲蒸汽会影响冰柜吗? ...	(112)
为何冰柜除锈后会冒汗? .....	(112)
冰柜不冻是何因? .....	(112)
冰柜脱漆怎样修补? .....	(112)
<b>电饭煲</b> .....	(113)
电饭煲外表污迹怎样洗除? ...	(113)
电饭煲底起焦怎样改善? .....	(113)



生活



活





饭煲可以用来烹煮肉类吗? ... (113)

电饭煲内层剥落, 怎么办? ... (113)

如何修补饭煲蒸孔裂痕? ... (113)

电饭煲插座失灵, 怎样修理? (113)

电饭煲可否用来煲水? ... (113)

电饭煲有锈, 可以清除吗? ... (114)

**水煲、搅拌器** ... (114)

电水煲内积垢可以清除吗? ... (114)

为什么气压水壶的水较混浊?  
..... (114)

水壶内有发光物质, 对身体有害  
吗? ..... (114)

水壶胶栓常弹起, 怎么办? ... (114)

新暖壶何故裂? ..... (115)

榨汁机胶盆啡迹怎么洗? ..... (115)

搅拌机外表变黄, 怎么办? ... (115)

气压水壶的构造和修理 ..... (115)

**油烟污渍** ..... (116)

厚油渍怎样清除? ..... (116)

怎样清洗油烟机内纤维的厚油渍?  
..... (116)

如何去除煲盖、锅盖及茶煲油渍?  
..... (116)

如何清洁厨房洗碗盆? ..... (116)

厨房白柜怎样清洁? ..... (117)

洗碗渠道淤塞, 可以清理吗? (117)

抽油烟机怎样才能耐用? ..... (117)

使用百洁布需注意些什么? ... (117)

**浴室清洁维修** ..... (117)

**水厕**.....(117)

怎样清洁厕兜? ..... (117)

可以用去污粉洗马桶吗? ..... (118)

马桶驳口漏怎样修? ..... (118)

马桶排水管生锈, 如何修补? (118)

厕兜崩缺溅水, 有什么办法修理?  
..... (118)

别家冲厕臭气入屋, 怎么办? (118)

冲厕水何故臭? ..... (118)

胶喉胶盆淤塞厕所怎样通? ... (119)

厕所水箱漏水 ..... (119)

**水渠**.....(119)

洗手盆水渠淤塞怎样清理? ... (119)

渠道塞如何复通? ..... (120)

浴缸塞怎样畅通? ..... (120)

洗手盆、浴缸 ..... (120)

洗手盆黄迹怎样去? ..... (120)

洗手盆边玻璃胶积垢, 如何清除?  
..... (121)

浴缸何法除污垢? ..... (121)

用镊水洗浴缸正确吗? ..... (121)

浴缸防滑胶垫迹怎样清洗? ... (121)

浴缸积英泥怎么除? ..... (121)

病人用过的厕所浴缸应怎样消毒?  
..... (121)

浴缸边瓷砖破烂, 可以修补吗?  
..... (122)

什么垫料可令浴缸不滑? ..... (122)

**水喉、花洒** ..... (122)

为什么新水龙头滴水? ..... (122)

水掣因水压发出声, 有解决方法吗?  
..... (122)

花洒手柄怎保光洁? ..... (122)

水喉胶喉嘴的耐用简法 ..... (122)

花洒柄下螺旋形金属松脱, 怎样修  
理? ..... (123)

**热水器**.....(123)

电热水炉呈滴漏, 怎么办? ... (123)

热水器胆漏水, 可以自己动手修  
吗? ..... (124)

为何石油气热水炉火慢? ..... (124)

**其他**.....(124)

吸墙胶挂钩怎样可牢固? ..... (124)

为什么海绵胶不能贴牢? .....	(124)
冲凉房玻璃镜怎样料理? .....	(124)
<b>电器修理</b> .....	(124)
<b>用电须知</b> .....	(124)
如何从电表看耗电量? .....	(124)
地线也会漏电吗? .....	(125)
使用电器的常识 .....	(126)
充电电池合用吗? .....	(126)
选购碱性电芯有什么秘诀? ..	(126)
电线为什么变硬? .....	(127)
洗衣机 .....	(127)
洗衣机胶框泄水怎样补救? ..	(127)
怎样洁净胶边污垢? .....	(127)
怎样防止洗衣机外壳锈损? ..	(127)
洗衣机用热水洗濯衣物有没有问题? .....	(127)
洗衣机去水龙头裂漏, 怎么办? .....	(127)
洗衣机转速慢, 怎样补救? ..	(127)
洗衣机为什么会漏水? .....	(128)
用洗衣机的经验点滴 .....	(128)
洗衣机振动有声, 可消除吗? (129)	
<b>空调机</b> .....	(130)
如何能减低雨水滴在空调机上所 产生的声浪? .....	(130)
隔尘网应如何清洗? .....	(130)
<b>吸尘机</b> .....	(130)
吸尘机吸力何故弱? .....	(130)
吸尘机外壳裂痕怎样补? .....	(131)
<b>风扇</b> .....	(131)
风扇油渍怎样除? .....	(131)
小摩打风扇声大, 有办法改善吗? .....	(131)
风扇跌坏有响声, 如何修理? (131)	
风扇收藏前应如何保养? .....	(131)

<b>熨斗</b> .....	(132)
熨斗底花损怎么办? .....	(132)
蒸汽熨斗嘴塞, 怎样清理? ..	(132)
<b>灯管、灯泡</b> .....	(132)
灯管损坏小心修理 .....	(132)
电胆可靠吗? .....	(133)
灯泡仔怎样“串连”? .....	(133)
<b>电视机</b> .....	(133)
电视可以接驳卡式机喇叭吗? (133)	
保养电视机 .....	(134)
<b>音响器材、录影机</b> .....	(134)
唱片尘埃怎样清除? .....	(134)
影带发霉, 有何方法洗去? ..	(135)
录音机放音声细, 可以改善吗? .....	(135)
录音机卡带, 怎么办? .....	(135)
录影带蚀褶难平, 怎么办? ..	(135)
录影机磁头如何去污? .....	(135)
为什么录影带影像失真? .....	(135)
录影机保养有窍门吗? .....	(135)
音响器材可以用布罩吗? .....	(136)

## 饮食健康篇

<b>烹调心得</b> .....	(137)
<b>汤、粥</b> .....	(137)
煲汤怎样去油? .....	(137)
煲耐火汤, 用瓦煲好抑或不锈钢 煲好? .....	(138)
煲汤怎样能不粘底? .....	(138)
滚蛋白花汤如何能令蛋花漂亮? .....	(138)
汤水过咸怎样改善? .....	(138)
用电子瓦罐煲耐火汤或粥品, 会否 引起副作用? .....	(138)



生活



活





煲粥怎样可不巴锅? ..... (138)

猪红粥之猪红何故发韧? ..... (138)

**调味料**.....(138)

沙茶酱是什么? ..... (138)

家庭食品调味新知 ..... (138)

**猪、牛**.....(139)

炒牛肉怎样可嫩滑? ..... (139)

整只火腿怎样处理? ..... (139)

火腿外皮怎样易煮烂? ..... (140)

猪肚怎样清洗? ..... (140)

猪肝如何烹调? ..... (140)

**水产**.....(140)

自己怎样泡碗仔翅? ..... (140)

煮鱼的学问 ..... (140)

怎样烹灼响螺? ..... (141)

刚塘虱可以不拍击吗? ..... (141)

刚鱼有什么要诀? ..... (141)

鸡、鸭、蛋类 ..... (141)

刚鸡鸭要注意什么? ..... (141)

怎样炖蛋? ..... (142)

**蔬果**.....(142)

剥芋头手痒, 怎样避免? ..... (142)

如何自腌咸柑桔? ..... (142)

如何发豆芽及制豆腐? ..... (142)

自制木瓜鲜奶为什么会苦?  
..... (142)

烹调的独步单方 ..... (142)

**海味、杂货及其它** ..... (143)

急冻鲜鲍怎样烹调? ..... (143)

怎样烹调冬菇? ..... (143)

怎样煲五花茶? ..... (143)

如何令茶叶添香气? ..... (143)

制水饺怎样防黏皮? ..... (143)

如何切开硬芝士? ..... (143)

如何自制卤味? ..... (143)

有何方法令咸鱼味道淡些而仍保持  
鲜香? ..... (144)

烹制海参的心得 ..... (144)

腐竹与盐 ..... (145)

**食疗营养**.....(145)

**食疗方**.....(145)

高血压宜吃什么? ..... (145)

常饮奶类是否令胆固醇增高?  
..... (145)

偏食致营养不良, 有什么食疗方?  
..... (145)

猪油酥皮可以多吃吗? ..... (146)

什么时候不宜进补? ..... (146)

老人喜欢食肥腻, 会否影响健康?  
..... (146)

忍冬水是否可治疗便秘? ..... (146)

老人爱多食猪血有碍吗? ..... (146)

老人是否不宜吃蛋黄? ..... (146)

除了水产食物, 还有其他有益健康  
的食物吗? ..... (146)

哪些食物有助记忆? ..... (147)

什么汤水可治小孩流鼻血? ... (147)

什么汤水可治孩童多痰及成人骨火?  
..... (147)

有什么防止衰老的食疗方?  
..... (147)

什么汤水可防干燥? ..... (147)

适合秋冬天气的几款清润食品  
..... (147)

葵瓜子可治失眠 ..... (148)

哪些汤水可治风湿? ..... (148)

工作常感劳累, 有什么食疗方?  
..... (148)

有什么良方可治失眠? ..... (148)

**食物营养**.....(149)

大豆芽菜有什么营养? ..... (149)



炒菜何故损营养? ..... (149)

植物纤维是什么? ..... (149)

食辣椒有何益? ..... (149)

食油焦底有害吗? ..... (149)

应否吃长斋? ..... (149)

生姜用途有新发现 ..... (149)

粟米和粟米油 ..... (150)

猪的好处知多少? ..... (152)

食鸡进补 ..... (152)

剥皮鱼有何益, 怎样刚宰? ... (153)

**其他饮食常识** ..... (153)

牛奶、植物牛油如何炼制? ... (153)

臭豆腐为何入口不臭? ..... (153)

饮豆浆可以加卧蛋吗? ..... (153)

奶加片糖为什么会沉淀? ..... (153)

明矾是否可以净水? ..... (153)

喝水的常识 ..... (154)

**食物选购保存** ..... (154)

**选购**.....(154)

栗子怎样拣和储存? ..... (154)

怎样拣榴连? ..... (154)

购买西橙如何选择? ..... (155)

购买好猪肉有什么门径? ..... (155)

菠菜有无优劣之分? ..... (155)

小型蛋糕糕盘何处买? ..... (156)

烹饪工具哪里有售? ..... (156)

柠檬酸、麦芽油何处购买? ... (156)

购买肉类怎样知新鲜? ..... (156)

买猪肉宜辨部位 ..... (157)

雏鸡、雏鸭怎辨雌雄? ..... (157)

上市场购物的一点体验 ..... (159)

辨别蛋的好坏 ..... (160)

食用臭粉何处有售? ..... (160)

苏打梳打怎样分? ..... (160)

比目鱼、鲾鲛是什么? ..... (160)

鲍鱼片色素何来? ..... (161)

选购蜜糖与蜜蜂产品 ..... (161)

进食蜜糖须知 ..... (161)

蜜蜂的其他产品 ..... (162)

如何选购咸水鱼? ..... (162)

天然和人工养殖的鱼虾有何分别?  
..... (162)

茶叶名称怎样得来? ..... (163)

**储存**.....(163)

腊肠腊肉怎样保存? ..... (163)

如何防海味腐烂霉变? ..... (163)

一般食物怎样防腐? ..... (164)

鸡蛋存放冰柜有无期限? ..... (164)

冰柜藏食品失去鲜味, 怎样避免?  
..... (164)

花生饼干如何回复松脆? ..... (164)

如何保持蛋筒松脆? ..... (164)

钙致发霉怎么办? ..... (164)

冬菇当归怎样储存? ..... (164)

菜干果皮怎样能防腐? ..... (164)

调味肉类可否放在冰格内? ... (165)

如何存藏人参? ..... (165)

生油怎样防异味? ..... (165)

过期花生酱可否食用? ..... (165)

散黄鸡蛋有无害处? ..... (165)

薯仔芽有何毒害? ..... (165)

小心食物染有黄曲霉 ..... (165)

咸鱼翻红有害吗? ..... (166)

水产污染怎么办? ..... (166)

**卫生健康**.....(166)

**皮肤**.....(166)

皮肤敏感怎样护理? ..... (166)

吃章鱼引起皮肤敏感, 如何防治?  
..... (166)

棉絮引致敏感, 怎么办? ..... (167)

穿羊毛内衣身痒, 有什么治疗方  
法? ..... (167)



贴膏布过敏，怎么办？ …… (167)	为什么壮年头皮屑特多？ …… (173)
怎样防天拿水刺激皮肤？ …… (167)	曲发怎变回直？ …… (173)
纹身图案可以消褪吗？ …… (167)	常常更换洗头水是否有害？ …… (173)
珍珠末能否养颜？ …… (167)	什么洗头水最好？ …… (174)
食蚝可以润肤美容吗？ …… (167)	怎样按摩头皮？ …… (174)
皮肤较差怎样护理？ …… (168)	头皮痕痒不堪，怎样做好？ …… (174)
发育期常出酒米，如何是好？ …………… (168)	眼 …… (174)
如何治疗暗疮？ …… (168)	飞蚊症怎样治疗？ …… (174)
暗疮成窿仔怎么办？ …… (168)	为何会有近视？ …… (174)
生暗疮可以食豆腐吗？ …… (168)	为何环境阴暗便看不清楚？ …… (174)
天冷爆坼应怎么护理？ …… (169)	小孩子近视可以纠正吗？ …… (175)
肾病使皮肤皴裂，有什么方法补 救？ …… (169)	近视散光会遗传吗？ …… (175)
如何消除汗斑？ …… (169)	如何使眉毛再生？ …… (175)
身上雀斑是否可消除？ …… (169)	眼屎多可以医治吗？ …… (175)
如何消退雀斑？ …… (169)	黑眼圈与眼袋，是否可以用按摩法 消除？ …… (175)
维他命 E 液是否可以疗暗疮？ …………… (169)	白内障有什么成因与症状？ …… (175)
维他命 E 哪里有售？ …… (169)	口 …… (175)
斑痣有毛应否剪除？ …… (170)	用茶漱口有效吗？ …… (175)
花露水可防止热痱出现吗？ …… (170)	怎样去除口臭？ …… (176)
什么药可治小孩奶癣？ …… (170)	牙周病形成口臭，如何医治？ …………… (176)
狐臭怎根治？ …… (170)	苔厚口臭是何因？ …… (176)
头发 …… (171)	舌边有粒粒腥臭，如何是好？ …………… (176)
年轻已白发，怎么办？ …… (171)	牙黄怎回复洁白？ …… (176)
头发易断与开叉，如何护理？ (171)	牙灰是什么？ …… (176)
电发后头发枯黄兼开叉，怎么补救？ …………… (171)	箍牙有什么不便之处？ …… (176)
怎样防止脱发过多？ …… (171)	有什么方法可止牙痛？ …… (177)
为什么生完 BB 脱发？ …… (172)	口腔内溃烂不适 …… (177)
脱发斑秃有没有分别？ …… (172)	刷牙常流牙血，怎么办？ …… (178)
保持头发乌亮有方 …… (172)	秋燥口唇干裂，如何防治？ …… (178)
双氧水可以用来染发吗？ …… (173)	闪光唇膏是否含铅？ …… (178)
什么体型不适合长发？ …… (173)	手、脚 …… (178)
头皮多怎样补救？ …… (173)	手套太紧致手指发胀，怎样防治？ …………… (178)