

用心生活的你不得不看

曾庆明 编



错误百出的 生活小常识

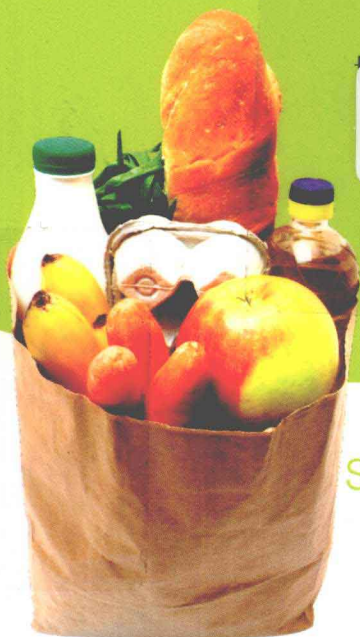


世界上有100种不同的生活常识

都是对的

这些错误常识充斥我们的生活中

一不小心就让我们掉进陷阱



CUOWU BAI CHU DE
SHENGHUO XIAOCHANGSHI



重庆大学出版社

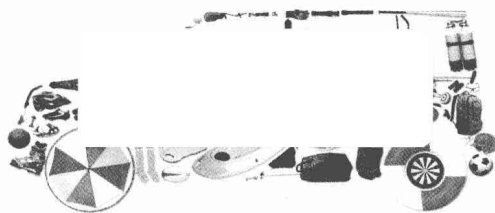
<http://www.cqup.com.cn>

用心生活的你不得不看



错误百出的 生活小常识

曾庆明 编



重庆大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

错误百出的生活小常识 / 曾庆明编. — 重庆: 重庆大学出版社, 2012.4

ISBN 978-7-5624-6449-5

I. ① 错… II. ① 曾… III. ① 生活—知识 IV.
① TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第280194号

错误百出的生活小常识

曾庆明 编

策 划:  重庆日报报业集团图书出版有限责任公司

责任编辑: 曾 珍 周瑞丰 版式设计: 何海林

责任校对: 谢 芳 责任印刷: 张 策

*

重庆大学出版社出版发行

出版人: 邓晓益

社址: 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编: 401331

电话: (023) 88617183 88617185 (中小学)

传真: (023) 88617186 88617166

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆东升印务有限公司印刷

*

开本: 787×1092 1/16 印张: 15.75 字数: 191千

2012年4月第1版 2012年4月第1次印刷

ISBN 978-7-5624-6449-5 定价: 28.00元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换
版权所有,请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书,违者必究

前言

世界上有太多容易被弄错的生活常识，千万别以为自己都清楚了。其中有很多错误常识都是在人们理所当然的印象中培养起来的。这本书整理了一些生活中常见或不常见的错误常识，这些错误充斥在我们生活中，一不小心就让我们掉进陷阱里，聪明的您是否也有很多没有注意到？

目 录



饮 · 食 · 篇

白酒与汽水能同饮吗?	001
吃肉时喝茶能助消化吗?	002
无鳞鱼胆固醇高吗?	002
哪些食物不适宜放进冰箱长期保存?	003
空腹大量吃鱼肉有危害吗?	003
一起床就吃早餐好吗?	004
多吃低脂肪食物有益健康吗?	004
少吃动物油多吃植物油非常好吗?	004
鱼刺卡在喉咙时吞饭团和醋好吗?	005
多吃菠菜对身体好吗?	005
牛奶必须煮沸才能喝吗?	006
牛奶与巧克力搭配着吃好吗?	006
米越白质量越好吗?	007
蔬菜营养没有肉蛋鱼好吗?	007
多吃水果少吃蔬菜可以吗?	007
饭后吃点水果有益吗?	008
鸡蛋的蛋黄多吃无益吗?	008
有肾结石病的人不能补钙吗?	009
酸奶饮料是酸奶吗?	009
酸奶比纯牛奶的营养价值更高吗?	010

多喝酸奶能减肥吗?	010
酸奶人人都可以喝吗?	011
酸奶可以加热喝吗?	011
加钙奶是不是比普通牛奶好?	011
牛奶存放没有讲究吗?	012
早餐喝牛奶吃鸡蛋非常好吗?	012
不爱喝酒的人没有酒精分解能力吗?	013
喝酒真的能御寒吗?	013
渴极应该快速喝水吗?	013
油炸鱼片营养高吗?	014
可以用绿茶饮料代替茶吗?	014
黄褐色马铃薯与白色马铃薯没有差别吗?	015
白面包质量最好吗?	015
吃香蕉伤筋骨吗?	016
鸡蛋胆固醇含量高吗?	016
鸭肉有毒吗?	017
土豆烧牛肉非常好吗?	017
小葱拌豆腐是好菜吗?	018
豆浆可以冲鸡蛋喝吗?	018
茶叶煮鸡蛋是好食品吗?	019
红白萝卜混吃行吗?	019
萝卜和水果同吃没有问题吗?	020
海味与水果能同食吗?	020
胡萝卜适合做下酒菜吗?	020
胎盘是大补品吗?	021
鱼油是日常必备的保健品吗?	021
生鱼片多吃有益吗?	022
鱼活杀现吃新鲜鲜美吗?	022
虾和维生素C同时吃没有问题吗?	023
豆浆加油条的早餐搭配合理吗?	023
早餐可以边走边吃吗?	024
零食当早餐吃行吗?	024
餐前吃西红柿好吗?	025
香菇浸泡得越久越好吗?	025
炒苦瓜不焯水行吗?	025
鸡蛋颜色越深品质越好吗?	026

煎煮鸡蛋越老越好吗?	026
毛鸡蛋营养价值高吗?	027
功能鸡蛋比普通鸡蛋好吗?	027
碳水化合物都一样吗?	027
经常吃汤泡饭好吗?	028
多吃胡萝卜会因维生素A过量而中毒吗?	028
胡萝卜生吃营养好吗?	029
绿叶蔬菜长时间焖煮好吗?	029
削去果皮就可以解决农药残留问题吗?	029
高档进口水果营养更好吗?	030
鱼头好吃无害吗?	030
体质过敏者吃鱼好吗?	031
严重肝和肾功能损害者可以吃鱼吗?	031
夏天赤膊喝冰啤酒解暑好吗?	031
饭后散步可延年益寿吗?	032
吃完饭就上床睡觉好吗?	032
饭后马上开车上路行吗?	033
饭后感觉肚子胀可将裤带松一松吗?	033
歪瓜裂枣不能吃吗?	034
奇形怪状的水果可以人造吗?	034
施过膨大素的水果可以吃吗?	035
扔掉蔬菜的“附属物”好吗?	035
软骨和骨髓营养价值不高吗?	036
鸡鸭的皮、鱼的鳞不可食用吗?	036
水果腐烂后将腐烂部分剝去后即可食用吗?	037
发霉的花生只要烧熟煮透就可食用吗?	037
刚屠宰的肉最新鲜, 质量也最好吗?	038
人人都适宜喝豆浆吗?	038
生豆浆只要加热就行了吗?	039
喝不完的豆浆可用保温瓶储存吗?	040
干辣椒颜色越鲜艳越好吗?	040
海带颜色越绿越好吗?	040
雪白透亮的蘑菇品质好吗?	041
水发食品安全吗?	041
白色的虾米质量好吗?	041
西瓜瓜瓤颜色鲜艳就好吗?	042

枸杞越鲜红光亮表明品质越好吗?	042
粗壮的豆芽好吗?	043
鲜亮的大米好吗?	043
银耳颜色越白越好吗?	043
有异味的黑木耳能吃吗?	044
颜色非常鲜绿的茶叶品质高吗?	044
白亮的腐竹质优吗?	045
浅黄色的黄花菜好吗?	045
任何食物都适合做下酒菜吗?	046
做菜时挤去菜汁好吗?	046
蔬菜先切后清洗行吗?	046
冷藏蔬菜温度越低越好吗?	047
蔬菜生吃有益健康吗?	047
小火炒蔬菜行吗?	047
菜做好了不马上吃好吗?	048
吃素不吃荤是健康饮食吗?	048
多吃菠菜可以补铁吗?	049
银杏叶茶有益健康吗?	049
用滚水泡茶好吗?	049
醋是酸性食品吗?	050
喝醋会使人的骨头变软吗?	051
胃酸过多不能喝醋吗?	051
多吃维生素可使人精力旺盛吗?	051
多服钙片能增强人的体质吗?	052
新鲜蔬菜比速冻蔬菜好吗?	052
不含脂肪的食物等于零卡路里吗?	053
少吃饭多吃菜有利于健康吗?	053
肉类用大火烹饪营养和口感都好吗?	053
果蔬的皮都有营养价值吗?	054
水果营养价值高, 多吃无害吗?	055
生吃海鲜、河鲜没有害处吗?	055
吃海鲜没有禁忌吗?	056
海鲜营养丰富, 多吃有益吗?	056
有心血管疾病的人不能吃海鲜吗?	057
香蕉都有润肠作用吗?	057
油温高炒出来的菜才香吗?	058

茶对人体有益无害吗?	058
直接用装方便面的碗泡面吃好吗?	059
感觉口渴后再饮水行吗?	059
饮料能代替白开水吗?	060
冬天常吃麻辣火锅好吗?	060
天热多吃冷食好吗?	060
吃火鸡会使人昏昏欲睡吗?	061
嚼食整只大蒜对健康有益吗?	062
做菜少用调料好吗?	062
香蕉、橘子等水果不清洗剥皮吃行吗?	063
食物不讲究搭配好吗?	063
虫眼少且看上去新鲜的菜安全吗?	063
白开水绝对是安全无毒的吗?	064
辣食对胃有害吗?	064
香料食品会引起胃溃疡吗?	065
蔬菜生食比熟食有益吗?	066
长期喝啤酒身体会发胖吗?	066
喝咖啡能解酒吗?	066



居·家·篇

冰箱的使用没有讲究吗?	068
饭菜应该凉透后放入冰箱吗?	069
食物贮藏在透明容器中好吗?	070
水龙头口的隔夜自来水不应放弃吗?	070
什么都放进消毒碗柜好吗?	071
年轻人常犯三种理财的错误您知道吗?	072
装修选材只买贵的不买对的正确吗?	072
瓷砖规格越大越好吗?	073
瓷砖便宜性价比就高吗?	074
厨房装修操作区布局不重要吗?	075

厨房台面使用松木来做好吗?	075
菜板切了生菜切熟菜行吗?	076
选购家具没有特别的讲究吗?	076
家具不注意保养行吗?	078
镀铬的家具不会生锈吗?	078
铝锅反复擦洗可以吗?	079
筷子、菜刀随便摆放行吗?	079
碗碟重叠放置妥当吗?	080
用毛巾擦干餐具或水果清洁吗?	080
用卫生纸擦拭餐具或水果卫生吗?	081
长期使用同一种药物牙膏是好习惯吗?	081
家用清洁剂安全吗?	082
家庭中常用的杀虫剂安全吗?	083
卫生球卫生吗?	083
您玩完电脑就睡觉吗?	084
晨练越早越好吗?	085
夏天冲凉水对身体好吗?	085
夏天在室外坐木椅好吗?	086
盛夏夜晚露宿纳凉好吗?	087
夏季不睡午觉好吗?	087
盛夏之夜开着电风扇入睡行吗?	088
卫生纸越白品质越高吗?	089
卫生间放清香剂好吗?	089
消毒水等清洁用品放置在墙角或卫生间里行吗?	090
家用漂白剂安全吗?	090
用力刷牙好吗?	091
家用电器对人体没有危害吗?	092
超市购买的染发剂不会危害健康吗?	092
指甲油清洗剂安全吗?	093
含镍珠宝对人体无害吗?	093
化纤床单不会损害健康吗?	094
您的坐姿正确吗?	094
长期听摇滚乐对听力无害吗?	095
初养兰花易犯的错误您知道吗?	096
米兰在什么季节都可以换盆吗?	097



育·儿·篇

孕妇腹部突出是女孩，反之则是男孩？	098
可疑妊娠不及时去检查对吗？	099
怀孕后补充叶酸对吗？	100
吃了感冒药就要终止妊娠吗？	100
怕影响胎儿有病也不吃药行吗？	101
孕期不能随便吃药吗？	101
风疹、肝炎等病毒对胎儿影响不大吗？	102
孕妇接触有害物质对胎儿影响大不大？	102
孕妇对丈夫过度依赖好吗？	103
孕妇自我封闭可以吗？	104
孕妇营养过度好吗？	104
怀孕期间任随自己发脾气好吗？	105
记住预产期不重要吗？	106
自己要求做剖宫产好吗？	106
有月经说明没有怀孕？	107
用超声波来确认怀孕最准确？	107
验孕棒呈阳性反应就是正常怀孕吗？	108
怀孕早期没有孕吐，胎儿可能有问题吗？	108
怀孕初期多运动好吗？	109
怀孕后要多进补吗？	109
怀孕了不能看牙医吗？	110
拍打胎教行得通吗？	111
音乐胎教有效吗？	111
新妈妈不做产后体检可以吗？	112
新妈妈经常吃巧克力行吗？	113
新妈妈可以经常喝茶吗？	113
新妈妈只喝汤不吃肉好吗？	114
新妈妈专吃母鸡不吃公鸡对吗？	114
新妈妈每天大量吃鸡蛋好吗？	115
新妈妈应经常喝红糖水吗？	116
初生儿吸奶嘴比吸乳头好吗？	116

严格地定时给孩子喂奶是好习惯吗？	117
母乳不如配方奶粉有营养吗？	117
早给孩子穿鞋能尽早学会走路吗？	118
学步车可帮孩子早学会走路吗？	118
刚吃完饭可以游泳吗？	119
喝咖啡不影响儿童生长发育吗？	120
婴儿的味觉是与生俱来的吗？	120
对婴儿的“偏食”应较真吗？	121
不给婴儿吃含脂肪的食物对吗？	121
给婴幼儿食用补品好吗？	122
幼儿空腹吃甜食行吗？	123
给婴幼儿多吃强化食品好吗？	123
让幼儿玩塑料玩具好吗？	124
给孩子吃过多的高蛋白食品行吗？	124
经常强制孩子吃过多食品好吗？	125
吃多少由孩子自己决定好不好？	126
不择时机地给孩子饮水对不对？	126
给孩子喝骨头汤补钙有效吗？	127
喝配方奶又吃钙片可以吗？	127
频繁地给孩子更换奶粉好吗？	128
儿童喝加巧克力的牛奶好吗？	128
吃牛初乳和蛋白粉能提高孩子的免疫力吗？	128
孩子奶汁冲调过浓好吗？	129
牛奶过甜营养高吗？	129
炼乳可以代替牛奶吗？	130
给孩子过多喂食牛奶好吗？	131
用酸奶喂养孩子好吗？	131
在牛奶中添加果汁，孩子更爱喝吗？	132
在牛奶中添加米汤和米粥好吗？	132
鲜奶比配方奶粉好吗？	133
进口奶粉比国产奶粉好吗？	133
结块的奶粉还能继续吃吗？	134
吃奶粉的宝宝更聪明吗？	134
两岁以上的幼儿还要喂配方奶粉吗？	135
喝牛奶生痰吗？	135
婴幼儿的辅食重不重要？	136

孩子辅食中添加咸味更好吗?	136
儿童吃鸡蛋多多益善吗?	137
多吃鱼松营养好吗?	137
肝脏营养素含量高, 多吃有益吗?	137
维生素和矿物质摄入越多越好吗?	138
吃巧克力会长粉刺吗?	139
婴儿腹痛都因消化不良所致吗?	139
豆制品是蔬菜吗?	139
孩子每天定时排便重不重要?	140
孩子小不能晒太阳吗?	140
吃零食有害健康吗?	141
给孩子用过分柔软的床上用品好吗?	141
儿童穿衣越多越好吗?	142
把孩子单独留在浴缸或者洗手间里行吗?	143
给孩子吃溜滑的食物安全吗?	143
抱着孩子喝热茶行吗?	144
可以给孩子玩气球或塑料袋吗?	144
摇晃着让孩子睡觉妥当吗?	145
妈妈与孩子同睡一个被窝好吗?	145
孩子俯睡不会有危险吗?	145
孩子开灯睡觉行吗?	146
孩子裸睡没有危害吗?	146
孩子夜里出汗多正常吗?	147
孩子睡电热毯行吗?	148
哺乳期的妈妈应多吃动物食品吗?	148
孩子咬妈妈的奶头就是断奶的时候吗?	149
妈妈生病要给孩子断奶吗?	149
孩子便秘吃蜂蜜好吗?	149
漠视孩子的隐私和权利行吗?	150
用自己的标准塑造孩子行吗?	150
孩子成绩好一切皆好吗?	151
孩子流鼻血时仰头对吗?	151
早早地教幼儿背唐诗是教育有方吗?	152
必须给满月婴儿剃胎发吗?	152
给新生儿做“蜡烛包”有必要吗?	153
新妈妈过早做剧烈运动行吗?	154

带孩子一起逛街好吗?	154
带婴儿外出旅游行吗?	155
让孩子做瑜伽可以吗?	155
孩子常用一次性纸尿裤好吗?	155
孩子只吃喜欢的食物行吗?	156
儿童烫伤后不做任何处理直接送医院对吗?	156
食用过多甜食会引起儿童多动症吗?	157



宠 · 物 · 篇

喂猫狗的食物没有什么讲究吗?	158
不节制地给猫狗喂食好吗?	159
抚摸狗狗不卫生吗?	159
狗吃屎有错吗?	160
哪些食物不能给狗吃?	161
训练狗定点大小便很困难吗?	161
狗呕吐是因为吃多了吗?	162
经常给狗补钙和营养剂好吗?	162
经常给狗洗澡是爱卫生的行为吗?	163
让狗长时间憋住大小便好吗?	164
很少出门的狗没必要注射疫苗吗?	164
给狗驱虫是多余的事吗?	164
不能给狗吃盐吗?	165
用肉喂狗非常好吗?	165
猫狗的食物可以随意改变吗?	166
可以用狗食喂猫吗?	166
猫随便抱都不会有问题吗?	167
兔子是不喝水的吗?	167
兔子只吃草和蔬菜水果吗?	168
捉兔子只能拎耳朵吗?	168
饲养宠物对人有利而无害吗?	169



家·电·篇

关灯看电视既清晰又省电吗?	171
用电脑专注不眨眼会影响视力吗?	171
长时间面对屏幕,眼睛干涩就滴眼药水好吗?	172
空调长时间不用行吗?	173
洗衣机洗衣量没有限制吗?	173
电视机随意摆放不会影响使用吗?	173
视保屏等真的有用吗?	174
家用电器使用寿命越长越好吗?	174
家用电器的辐射不会影响健康吗?	175
手机会对医疗设备产生电磁干扰吗?	176
用手机接电话时来回走动好吗?	176
在墙角使用手机可以吗?	177
手机接听电话应紧贴耳朵吗?	177
手机对怀孕没有影响吗?	178
您知道抽油烟机正确的开关时间吗?	178
电器关掉电源后真的不再耗电吗?	179



衣·着·篇

腿形不佳的女性适合穿阔腿裤吗?	180
为显瘦买小号的衣服穿好吗?	181
热闹的图案再配热闹的图案,这样穿衣美丽吗?	181
冬天穿衣过厚好吗?	181
老年人穿衣可以随便吗?	182
乳腺癌与内衣没有关系吗?	184
孕妇穿着更应该讲究吗?	184

塑身内衣是减肥失败者的好伙伴吗?	185
格子配格子的衣着好看吗?	186
有小肚腩的女孩子穿紧身露脐T恤行吗?	186
穿紧身内衣时选择小尺码的好吗?	187
上臂粗壮穿着无袖上衣好吗?	187
短袖衬衫打领带合适吗?	188
颜色与西装不适应的袜子穿上合适吗?	188
皮带的颜色和鞋子的颜色不一致行吗?	189
领带长度多少合适您知道吗?	189
穿西装扣子扣得太多行吗?	189
您的衣服选对颜色了吗?	190
把T恤衫塞到裤腰里好看吗?	190
衬衫不塞到裤腰里行吗?	191
在沙滩或泳池之外的场合穿凉拖鞋好吗?	191
运动袜什么时候不适合穿?	192
在公众场合穿背心好吗?	192
职场着装没有讲究吗?	193
工作中过分打扮行吗?	193
穿得比老板还大牌好吗?	194
臀围大穿衣搭配没什么讲究吗?	194
胖女孩怎么穿都行吗?	195
服饰真的与个性无关吗?	196
怎样避免暴露身材的缺点?	197
身材好就没有服饰的禁忌吗?	198
内衣再美丽也难以展现女性魅力吗?	199
裙子是女性夏季的最佳服装吗?	200
小小丝巾结不出浪漫风情?	201
头巾和围巾只能用来遮寒避冷吗?	202
腰带只能用来维系裤、裙松紧度吗?	203
佩戴项链越多越美吗?	204
佩戴耳环与脸型和服装无关吗?	205
佩戴饰物多多益善吗?	206
老年人穿衣打扮不能像年轻人吗?	207
男人在夏天里穿衣随便好吗?	207
穿有明显品牌标识的衣服好吗?	208
穿衣选色不重要吗?	209



运·动·篇

力气大表明身体健康吗?	210
大运动量的运动效果好吗?	211
剧烈运动后可以立即休息吗?	211
仰卧起坐运动减肚子吗?	212
跑步健身必须用腰封吗?	212
跑步机上紧握扶手跑好吗?	213
随便穿什么鞋参加运动都可以吗?	213
运动后可以马上洗浴吗?	214
运动后可以大量喝饮料吗?	214
运动前可以大量吃糖吗?	215
运动后可以马上饮酒吗?	216
运动中动作重复过快行吗?	216
运动引起头昏头痛属正常现象吗?	217
冬季运动穿棉织品内衣好吗?	217



旅·行·篇

旅行社都是可信赖的吗?	219
旅游买保险的错误观念您知道吗?	220
任何旅行社的服务项目都是相同的吗?	221
外出旅游什么药品都不用带吗?	222
黄埔军校校址在上海吗?	223
搭帐篷可以不拉防风绳吗?	224
使用登山杖不扣腕带好吗?	225