



家居与生活

不可不知 的生活小窍门

万象文画编写组 编

内蒙古出版集团
内蒙古人民出版社

Wanxiang

家居
生活

万象
文画



家居与生活

万象文画编写组 编



生活小窍门

内蒙古出版集团

内蒙古人民出版社

不可不知的生活小窍门 / 《万象文画》编写组编. —呼

和浩特: 内蒙古人民出版社, 2009. 12

(万象文画·家居与生活)

ISBN 978-7-204-10281-5

I. ①不… II. ①万… III. ①生活-知识 IV. ①TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第238393号



· 家 · 居 · 与 · 生 · 活 ·

不可不知的生活小窍门

万象文画编写组 编

图片提供: 北京盛华远景图文创意公司 北京广角影像工作室 光影视觉图像工作室



- | | |
|------|--------------------------------|
| 策 划 | 王东生 段秋艳 |
| 责任编辑 | 王继雄 |
| 封面设计 | 纸上魔坊 |
| 版式装帧 | 金圣典工作室 |
| 出版发行 | 内蒙古人民出版社 |
| 地 址 | 呼和浩特市新城区新华东街祥泰大厦 |
| 印 刷 | 北京人教方成彩色印刷有限公司 |
| 经 销 | 新华书店 |
| 开 本 | 720mm × 1000mm 1/16 |
| 字 数 | 220千 |
| 印 张 | 11 |
| 版 次 | 2010年1月第1版 |
| 印 次 | 2010年1月第1次印刷 |
| 书 号 | ISBN 978-7-204-10281-5/Z · 829 |
| 定 价 | 19.80元 |

如出现印装质量问题, 请与我社联系。

联系电话: (0471) 4971562 4971659

万象文画总序



世上有一种征服，不凭蛮力，不用刀枪，亦无需牺牲，这便是中国古人所说的“人文”，亦即“文化”。

《易经》曰：“观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。”简单地说，就是考察客观世界以研究其规律性的变化；观察人类文明的进展，就能用人文精神来教化天下。这是中国古代儒者的思想，未免有拔高人文之嫌。但其“观乎人文以化成天下”的人文精神却是值得称道的。与华夏文明几乎同时形成的世界上其他民族的文化大都已经衰落甚至灰飞烟灭，唯有华夏文明历经五千年磨难而依然长盛不衰。力量来自何处？主要是靠自身积累的深厚人文底蕴，支撑了五千年来这片物质上并不丰裕的“天下”。

现代中国的文化建设是一个庞大无比的历史命题，需要几代、十几代甚至几十代中国人尤其是他们的人文学者，进行长期的、艰难的心血智慧投入的伟大工程，需要建立“中国精神”的博大精深而又生机勃勃的现代体系，建立它的特质和内在逻辑，它的品格和气度，它的价值观和范畴，它的理论积累和运行机制，这些都是不能一蹴而就的。就其本质而言，文化工程是一种“人心工程”，有关人的素质、情趣、价值追求、终极关怀、精神家园和人生设定的工程。可以说，文化是民族的标志，文化是民族的灵魂。正如一位学者所说：文化是我们的生命，以及外延如平原、山脉、湖泊、河流这些构成我们存在空间的核心。这种诗一般的语言深处，蕴含着历史的理性，读来有一种深邃厚重之感。

在这样的文化大背景下，本套系列丛书——“万象文画”的策划、设计和构思，集中体现了传承中华文明精华的意图。本套丛书信息量大，在包罗万象的知识体系中，总揽了国学精粹、社科立志、政治军事、科学技术、人文历史、山川风物、百业众艺等方面内容，为中华上下五千年文化的“名牌效应”重铸生命，注入现代人的世界视野、理性判断和科学情怀，拓展出更高、更远的新境界。丛书版式新颖，设计精美，图文并茂。大量或直观或蕴藉的图片让人耳目一新，使它成为不同层次、不同地区、不同文化背景的人之间进行有效交流与沟通的“通用语言”和桥梁，在一定程度上消除因知识层次的差异而带来的传播壁垒，突破知识精英的狭小范围，赋予大众传播以“大众化”、“普及化”的意义。当来自各个阶层的读者饶有兴味地沉浸于“万象文画”所构筑的精美图文之中，对之逐章咏哦、背诵，出乎口，入乎心，寻解析疑，沉移默化的时候，这部书将有可能成为他们具有深邃的历史感和世界视境的文化“底色工程”。

目录

CONTENTS

1 养生保健



祛疲劳法·····	001	腹部手术患者不宜喝含气饮料·····	007
橄榄油保健法·····	001	红茶好处多·····	007
忌洗澡过多·····	001	服阿司匹林不宜喝茶·····	007
冬季洗脚忌用冷水·····	002	不宜饮用放久的凉开水·····	008
活仙人掌吸收辐射·····	002	喝水四忌·····	008
老年人的睡眠·····	002	喝牛奶禁忌·····	008
忌饭后马上刷牙·····	002	禁用滚开水冲服营养品·····	009
新衣须洗后再穿·····	003	餐后忌饮茶·····	009
灯照过长易缺钙·····	003	怎样服用人参好·····	009
经常发炎的扁桃腺应割除·····	003	忌食鲜黄花·····	009
看完电视要洗脸·····	003	吃醋蛋有利于老年健康·····	010
防背痛有方法·····	004	巧吃鸡蛋·····	010
蜂蜜食疗·····	004	忽略早餐害处多·····	010
防衰老疗方·····	004	羊肉疗法·····	011
吃鲢鱼可治眩晕·····	004	什么是物理降温·····	011
吃肉有益健康·····	004	工作常感劳累宜吃什么·····	011
高压锅自制面包·····	005	治失眠良方·····	012
酸奶勿加热·····	005	梨粥对小儿有益·····	012
吃蒜有什么益处·····	005		
大枣的药用价值·····	005		
喝酸奶益处多·····	006		
餐后忌立即吃水果·····	006		
巧用蜂蜜治病·····	006		





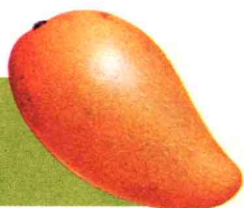
宝宝皮肤，香油呵护·····	012
茶水护舌头·····	012
多泡沫牙膏有危害·····	012
数票证时忌用手蘸唾液·····	013
严冬必须戴帽子·····	013
洗衣服忌久泡·····	013
姜枣汤妙用·····	014
刷牙忌刮舌苔·····	014
眼皮跳勿惊·····	014
揪耳有益·····	014
潮湿处去湿防病·····	015
手指梳头益处多·····	015
伸懒腰对身体有利·····	015
早晨勿吸烟·····	016
汽油洗手害处多·····	016
睡凉席有讲究·····	016
产妇的营养调补·····	016
胖人怎样度过夏季·····	017
敲背保健法·····	017
醋盐水热敷祛疲劳法·····	017
梳头可防病·····	017
巧治儿童流鼻血·····	018
茶叶枕有利于健康·····	018
如何消除鼾声·····	018

颜色可治病·····	018
小儿多痰和成人骨火可喝什么汤·····	019
狗肉食疗三妙招·····	019
汤水防干燥·····	019
饭前吃水果益处多·····	019
食用甲鱼疗法·····	020
怎样有利于老人消化·····	020
晚饭适量有利于睡眠·····	020
运动后应适量喝水·····	020
糖尿病病人忌多食水果·····	021
常喝奶类饮品是否会使胆固醇增高·····	021
忌食生鸡蛋·····	021
女性饮葡萄酒有益·····	021
贫血病患者不宜喝茶·····	022
天亮前在树林里锻炼的害处·····	022
如何治扁平疣·····	022
喝豆浆五忌·····	023
中年男子宜常喝牛奶·····	023
餐前忌喝饮料·····	023
长时间用嗓后忌立即喝冷饮·····	023
什么情况下忌补人参·····	024
蔬菜和水果对孕妇有利·····	024
鱼肝油妙用·····	024
蒜瓣促进出牙·····	025
洋葱治哮喘·····	025

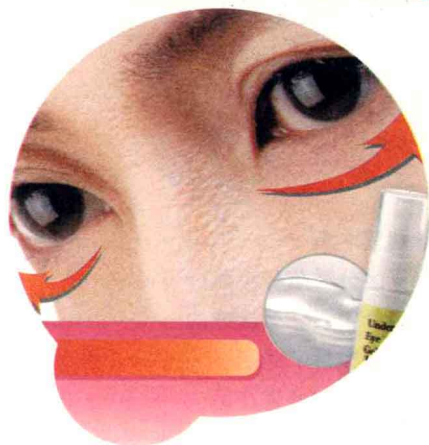


慢性病人应如何度过严冬·····	025	猪肉食疗五法·····	027
苹果可治心脏病·····	025	如何治扭伤·····	028
冬天忌室温过高·····	026	减小汤药苦味·····	028
鸡蛋治脚气法·····	026	香蕉的药用价值·····	028
皮肤病患者忌用热水烫洗·····	026	油炸食品害处多·····	028
一天洗脸两次最适宜·····	026	温牛奶能防醉酒·····	029
冷水浴过久对身体不利·····	027	咖啡奶可补钙·····	029
婴儿不宜饮用浓牛奶·····	027	发烧时不要喝浓茶·····	029
头皮屑过多的原因及预防办法·····	027	心理老化的几种表现·····	029

2 美容与美体



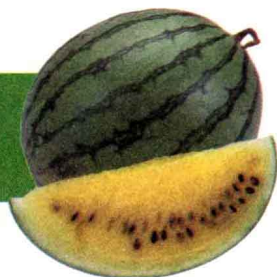
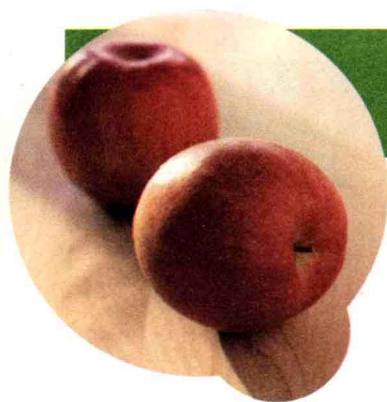
巧饰“熊猫眼”·····	030
美容的最好时间·····	030
嘴上汗毛去色简易法·····	031
去除眼角皱纹·····	031
骨头汤能防老·····	031
颊红抹法·····	031
秀发“天敌”·····	032
打理睡翘头发的方法·····	032
消除黑斑·····	032
防止脸部衰老法·····	032
巧用茶叶·····	033
怎样消除鱼尾纹·····	033
如何保持发型·····	033
描画美目·····	033
除雀斑·····	034
除汗斑·····	034
喝李子甘草汤可以瘦身·····	034
标准的健美形体·····	034
洗浴防老法·····	034



吃米饭可以减肥·····	035
怎样防止脱发·····	035
持健美体态·····	035
按摩能消除脸上赘肉·····	035
怎样减少臀腿的肥肉·····	036
巧妆眼睛浮肿·····	036
不良习惯影响形体美·····	036
喝芒果茶可以瘦身·····	036

丝瓜瘦肉汤可以减肥·····	037	运动可使臀部结实·····	039
土豆对瘦身有益·····	037	饭后喝咖啡可以减肥·····	039
液食可以减肥·····	037	食醋可以减肥·····	040
喝柠檬汁可以减肥·····	037	提前用餐可以减肥·····	040
胸部健美运动·····	038	减肥四忌·····	040
吃韭菜可以减肥·····	038	吃萝卜可以减肥·····	040
如何使手洁白·····	038	如何健美腰部·····	041
豆腐渣萝卜丸子可以减肥·····	038	运动可使臀部提高·····	041
菜花汁能消除面部赘肉·····	039	吃冻豆腐可以减肥·····	041

3 食品选购



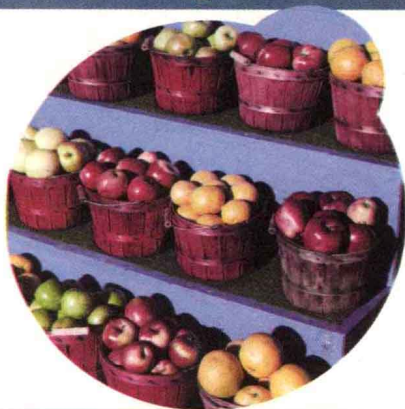
巧购咸水鱼·····	042	怎样辨别蔬菜的质量·····	046
怎样区分香蕉与芭蕉·····	042	如何选购山药·····	046
鲍鱼片色素怎么造成的·····	043	怎样鉴别菠菜·····	046
选择猕猴桃二绝招·····	043	鉴别笋类的质量·····	047
巧购蜜糖和蜂蜜产品·····	043	买蔬菜看颜色·····	047
辨别牛奶是否掺水的妙招·····	044	怎样食用灌肠制品·····	047
什么是比目鱼和鲽鲛·····	044	怎样购买绿豆凉粉·····	047
怎样选购鲜鱼·····	044	辨别毒黄花菜·····	048
怎样分辨木耳·····	044	怎样辨别火腿的质量·····	048
购买灌肠制品的注意事项·····	045	怎样鉴别活禽屠宰和死禽屠宰·····	048
怎样辨别猪牛羊腰子·····	045	怎样选购鲜贝·····	048
怎样识别动物肝·····	045	巧购禽类·····	049
巧购鲜藕·····	045	怎样辨识河蟹雌雄·····	049
怎样购买生姜·····	046	怎样购买苹果·····	049
		选择好松花蛋的三种方法·····	049
		怎样选择咸蛋·····	050
		巧购好柚子·····	050

怎样选购西瓜·····	050
怎样辨识鲜鱼的好坏·····	050
怎样购梨·····	051
怎样辨别皮蛋·····	051
看果皮巧购香蕉·····	051
怎样辨别注水鸡鸭·····	052
怎样鉴别新鲜猪牛羊心·····	052
葡萄酒选购之妙招·····	052
巧购柴鸡蛋·····	053
去哪儿买柠檬酸和麦芽油·····	053
怎样选购鲜虾·····	053
巧辨大黄鱼与小黄鱼·····	054
选购鲜蟹·····	054
怎样分辨鲜鸡蛋·····	054
怎样选购甲鱼·····	055
怎样辨别火腿·····	055
购买奶粉的五部曲·····	055
选购青蟹·····	056
选择榴连有妙招·····	056
怎样鉴别蜂蜜的质量·····	056
怎样鉴别银耳的质量·····	056
购买奶粉要注意什么·····	057

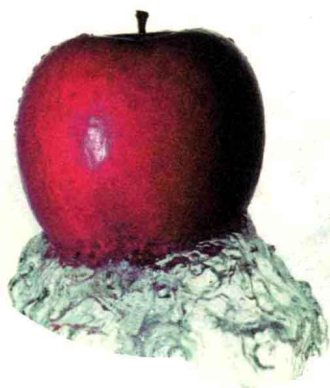


怎样购瓜子·····	057
怎样辨别莲藕·····	057
怎样辨别海蜇质量优劣·····	057
巧辨新鲜肠·····	058
可以买带虫眼的蔬菜·····	058
怎样购买食用菌·····	058
巧辨虾皮的质量·····	058
怎样辨别鲜奶·····	059
怎样选择芹菜·····	059
怎样购买柑橘·····	059
巧购好猪肉·····	059

4 食品保鲜和贮存妙招



大白菜帮你存韭菜·····	060
冬季该怎样保鲜萝卜·····	060
用缸可以干贮青椒·····	060
巧存萝卜二法·····	061
巧存蒜黄和韭菜·····	061
混合液可以保鲜水果·····	061



巧存花生米·····	061
巧存香菜·····	062
怎样储存麝香·····	062
保存茶叶之妙招·····	062
怎样保存绿豆·····	063
怎样保存生姜·····	063
巧存活蟹的三个办法·····	063
怎样贮存鲜蘑菇·····	063
巧存大蒜·····	064
巧存花生油·····	064
怎样保鲜活鱼·····	064
怎样使食盐不受潮·····	065
怎样才能总吃鲜豆腐·····	065
怎样冷藏刚宰杀的禽鱼·····	065
如何贮存牛奶·····	066
鲜鸡、鸭、鹅蛋应该怎样保鲜·····	066
怎样预防海味腐烂·····	066
夏天贮存黄瓜妙招·····	067
如何保存栗子·····	067
巧存活鱼·····	068
巧存糖果·····	068
巧存药酒·····	068

巧存鲜蟹肉·····	069
怎样保鲜荔枝·····	069
怎样保存河蟹·····	069
巧存花生·····	069
存梨妙招·····	070
巧存鲜虾·····	070
怎样使黄瓜保鲜·····	070
巧存白菜·····	070
巧存冬瓜·····	071
怎样贮藏大白菜·····	071
怎样保存腊肉·····	071
怎样贮存咸鸭蛋·····	071
萝卜干要先晒后存·····	072
巧存啤酒·····	072
如何储存绿豆·····	072
小磨香油如何保存·····	072
茭白该怎样贮藏和保鲜·····	073
巧存食用油·····	073
蒲包加冰块可以保存鲜蚶·····	073
辣椒该怎样保鲜·····	073
美味鲜虾贮存妙法·····	073
人参和洋参该如何贮存·····	074
巧存猪肝·····	074
巧晒干茄片·····	074



放芥末可以保鲜鱼肉·····	074
怎样避免菜干、果皮发霉·····	074
巧存大葱·····	075
怎样保存咸鱼·····	075
巧存山核桃·····	075
放草灰可以保鲜腊肉·····	075
如何保存面酵·····	076
生肉怎样保鲜·····	076
怎样保存干豆角·····	076
巧存红枣·····	076
沸水可以防止豆类生虫·····	077
冬菇当归该如何贮存·····	077
怎样保存活泥鳅·····	077

保存冬笋妙招·····	077
巧存酱油·····	078
蛋应该竖着放·····	078
怎样保存豆类·····	078
巧存海蜇·····	078
怎样使水果永保新鲜·····	079
蔬菜怎样保持新鲜·····	079
怎样保存土豆·····	079
怎样保鲜嫩玉米·····	079
放白酒可以保存香肠·····	080
怎样贮存挂面·····	080
保鲜大蒜头三绝招·····	080
怎样使面包永保新鲜·····	080

5 食物的清洗、泡发及烹调



怎样清洗蘑菇·····	081
巧洗木耳·····	081
巧做黄瓜菜·····	081
淘米水去除蔬菜上的农药·····	081
洗生姜不能去皮·····	082
怎样清洗受污猪肉·····	082
猪肚该怎样清洗·····	082
怎样迅速地褪鸡、鸭毛·····	082
猪腰去臊小妙招·····	082
怎样清洗活鸡与活鸭·····	083
食盐怎样帮你杀鲮鱼·····	083
巧洗猪油·····	083
泡发鱼翅小窍门·····	083
冷水可以化冻肉·····	084
面粉去除猪肝猪心的秽气·····	084

鸡肉腥味该怎样去除·····	084
怎样洗净虾仁·····	084
快速剥生板栗的方法·····	084
用洗涤剂可以洗净蔬果·····	085
洗涤猪肝和猪心的窍门·····	085
做菜心不宜放碱·····	085
松香可以迅速拔掉猪毛·····	086
怎样泡发木耳·····	086
洗海蜇皮的方法·····	086





咸肉该怎样退盐·····	086	怎样减轻辣味·····	093
去除黄花鱼腥味之法·····	086	怎样炒脆青椒·····	093
涨发猪蹄筋妙招·····	086	巧吃剩菜·····	093
盐水可以洗净草莓·····	086	菜馅怎样才能不出汤·····	094
泡蘑菇妙招·····	087	巧吃海蟹·····	094
剥蚕豆皮的简易法·····	087	鲜鱼要先腌后烹·····	094
牛奶可以去除腥味·····	087	巧做鱼骨彩色水晶冻·····	094
怎样吃加糖冰冻草莓·····	087	干鱼巧做鱼冻·····	095
怎样使用蛋清·····	087	烹调海参不应放醋·····	095
巧煮绿豆·····	088	烹炒鸡蛋不宜加味精·····	095
巧做土豆·····	088	烹制鳝鱼妙招·····	095
煮鸡蛋妙招·····	088	做鱼怎样防止粘锅·····	096
甲鱼去除腥味妙招·····	088	怎样煮裂缝蛋·····	096
巧煮鱼菜·····	089	巧炒鸡蛋·····	096
巧吃香菇梗·····	089	巧煎荷包蛋·····	096
发芽土豆应去芽·····	089	怎样煮蛋才能不裂·····	096
巧吃芹菜根·····	090	怎样把蛋清和蛋黄分开·····	096
烹调黄花菜前该怎样处理·····	090	炖肉妙招·····	097
怎样炒苋菜·····	090	狗肉可以治病·····	097
嫩玉米怎样做菜·····	090	烹鲢鱼时不宜放姜·····	097
巧除豆制品中的异味·····	091	猪肉如何才能炖烂·····	097
巧吃大白菜·····	091	烹制卤味猪肝小绝招·····	098
怎样使酸味减轻·····	091	放酒炒鸡蛋更有滋味·····	098
怎样炒菠菜·····	092	怎样去除萝卜的涩味·····	098
怎样做美味的土豆丸子·····	092	烧茄子妙招·····	098
巧吃魔芋豆腐·····	092	巧煎荷包蛋·····	099
怎样炒茄子·····	093	高压锅能炖鸡肉和牛肉·····	099

巧蒸味美鲜鱼·····	099
巧制油焖扁豆·····	099
巧炒鱼片·····	099
烧鱼窍门·····	100
怎样切葱眼睛不流泪·····	100
炒辣椒妙招·····	100
放料酒要适时·····	100
怎样煮蛋壳才好剥·····	101
香肠使油菜味美色佳·····	101
怎样炒藕片才能不变黑·····	101
巧吃鲜虾皮·····	101

巧做糟蛋·····	101
巧吃凉菜·····	102
鲜鱼和豆腐同吃强身健体·····	102
蒸鱼和肉时要加开水·····	102
怎样煎鱼时去腥·····	102
巧蒸蟹·····	102
怎样烹调鲜鱼冻·····	103
巧做脆皮蛋·····	103
炖鱼妙招·····	103
巧吃鳖·····	103
巧蒸嫩滑蛋羹·····	103

6 厨具用品类



怎样使新砂锅不漏水·····	104
补铁锅两绝招·····	104
牙膏皮可以修补铝制品·····	104
煤气炉打火困难该怎么办·····	105
如何洗净油瓶·····	105
液化气中毒后该怎样处理·····	105
怎样使瘪水壶还原原状·····	105
熬米汤可使砂锅不漏水·····	106
粘塑料可以用风油精·····	106
怎样修补铁锅·····	106
不锈钢锅起焦浓, 该怎样处理·····	106
如何使用蜂窝煤·····	107
煤气炉火黄该怎样维修·····	107
铝煲穿窿该怎样处理·····	107
怎样处理胶锅铲略熔·····	107
生猪肝可补漏水的铁锅·····	108
怎样用面包去污垢·····	108

怎样使高压锅胶圈寿命延长·····	108
怎样修饭煲蒸孔裂痕·····	108
怎样避免新瓦汤煲漏水·····	109
排除烟囱漏烟的方法·····	109
新买的生铁锅如何处理·····	109
液化气灶漏气该怎样维修·····	109
湿火柴怎样快速晒干·····	109
怎样保养铝制锅·····	110



煮水可去除电饭锅底糊焦·····	110	锡纸可保护液化气瓶皮管·····	113
怎样延长炊具的寿命·····	110	怎样使用并保养热水瓶·····	113
铝制锅表层物质是何物·····	110	怎样修电饭煲失灵的插座·····	113
变头炉与两个单头炉, 哪个最节省·····	110	烘烤可使熟铁锅寿命延长·····	114
巧除火炉边的焦黄迹·····	111	为什么钢煲煲汤后煲底会出现彩虹·····	114
桔皮可以洗碗·····	111	巧除刀上的薯仔迹·····	114
热水瓶可以泡粥·····	111	如何才能打开紧瓶盖·····	114
怎样避免砂锅漏水·····	111	清除水煲煲水油面·····	115
巧用高压锅贮存食物·····	112	怎样选择炉具·····	115
怎样选购砂锅·····	112	不锈钢煲锈点与焦斑该如何清洗·····	115
不锈钢饭盒如何保温·····	112	不锈钢煲粥有没有化学作用·····	115
怎样节约煤气·····	112	蛋壳可以引火·····	115
怎样使菜板不裂·····	113	巧除陶瓷器皿污垢·····	115

7 巧穿衣



男士该如何穿西装·····	116
衣领过高无好处·····	116
如何熨烫变形裤子·····	117
蓝色和别的色彩的搭配·····	117
穿西服时衬衣袖口应注意什么·····	117
肤色与裙子色彩的搭配·····	117
怎样防止白毛衣变黄·····	118
如何清洗白背心·····	118
皮装的选购·····	118
裙子的选择·····	118
久穿牛仔裤害处多·····	119
穿西装鞋袜要搭配·····	119



保养汗衫须注意什么·····	119
女士该如何穿裙装·····	120
领带不要系得太紧·····	120
选购牛仔服饰要注意的事项·····	120
合理搭配毛线的颜色·····	121
选购睡衣应注意什么·····	121
职业女装的色彩怎样搭配·····	122
如何保养羊毛衫·····	122

8 居家装饰



颜色与健康·····	123
保养牛皮沙发·····	123
选购墙纸有去处·····	124
如何防地毯卷角·····	124
如何选择窗帘布料·····	124
牢固吸墙胶挂钩有方法·····	124
去除床上浮灰·····	125
巧拔生锈螺丝钉·····	125
大芯板的选购·····	125
拖把类清洁用品·····	125
镜子怎样装饰居室·····	126
地板的消毒·····	126
胶合板的选购方法·····	126
裱新墙纸前需注意的问题·····	126
巧用鲜桃叶驱蟑螂·····	127
伪劣强化木地板的辨识·····	127
怎样取出匙孔断匙·····	127
为何铝窗上有小白点·····	128



去除地砖牙膏迹·····	128
陶瓷砖的辨识·····	128
如何清理卫生间·····	129
鲜黄瓜驱蟑螂新法·····	129
如何选购新家具·····	129
布置餐厅色彩·····	130
保养木质家具法·····	130
修补柚木地板隙·····	130
如何安装玻璃拉手·····	130



电镀家具的保养·····	131
怎样去除胶纸迹·····	131
选购床罩·····	131
如何防止花枝凋落·····	131
去除木柜隆仔·····	132
另类家具的挑选·····	132
妙用盆景·····	132
“花园”阳台·····	133
灭蝇法·····	133
夏季宜养什么花·····	133
花期延长法·····	133
因地制宜选花卉·····	134
自贴花纸防床屏颜色脱落·····	134
修复失效的驱蚊器·····	134
书房的绿化·····	134
卧室的绿化·····	135
空间绿化有方法·····	135



巧妙设计窗帘形状·····	135
忌用塑料布当床罩·····	136
如何除瓷器黄渍·····	136
不同房间，配光有别·····	136
吊兰净化空气·····	136
墙纸与乳胶漆·····	137
如何清理窗帘·····	137
木地板涂胶·····	137
夏天养护皮沙发·····	137
绿化客厅小窍门·····	138
用灯的技巧·····	138
如何不惹蚊·····	138
如何治钢琴上的虫蛀·····	139
如何延长花期·····	139
怎样使变黄的白色家具恢复原色·····	139
选购灯具·····	139
耗氧性花卉对人有影响·····	140
木屑修补木地板·····	140
如何保养时钟·····	140
茶花怎样能在室内多开花·····	140
如何清理烟熏墙纸·····	141
如何使用消毒药水·····	141
花卉如何防病·····	141
卧室尺度要合理·····	141

大蒜驱蚊虫·····	142	购买安全家具的窍门·····	144
室内养仙人掌有好处·····	142	为何墙纸易脱落·····	144
墙面面积巧自测·····	142	让木地板寂然无声·····	145
过敏花草·····	142	巧除凹凸胶地板污垢·····	145
茴香避蚊·····	143	竹制品的防蛀·····	145
怎样补救木门油漆裂痕·····	143	强化木地板的铺装·····	146
美化居室的建议·····	143	薄荷驱蚊虫·····	146
配置家具的方法·····	144	灭花盆虫的两种方法·····	146

9 家用电器



安全使用电热毯·····	147
正确保养消毒柜·····	147
巧剥电烤炉热管的黏锡纸·····	148
电冰箱不可用水冲·····	148
安置家用电器·····	148
如何使用电饭锅节电·····	148
清洗油烟机纤维的厚油渍·····	149
电器开关应放在什么地方·····	149
选购优质手机电池·····	149
如何使用电热毯·····	150
洗衣机如何节电·····	150
如何擦净胶边污垢·····	150
选购普通洗衣机·····	151
冰箱如何节电·····	151
清洗电脑显示器·····	151
怎样清洗微波炉·····	152
煤气对家电的危害·····	152
看电视时需通风·····	152
电线变硬的原因·····	152



彩电常换位害处多·····	153
巧安天线避雷针·····	153
用电安全十忌·····	153
买电脑要检查电脑性能·····	154
选购手机的注意事项·····	154
选购液晶显示器·····	154
洗衣机用水的方法·····	155