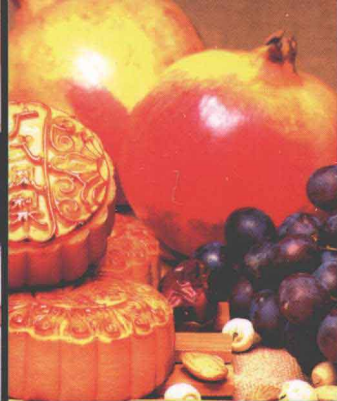




☆ 孩子最爱问的 ☆

# 十万个为什么

彩图版

## 生活百科

开拓视野，增长智慧  
少年儿童不可不知的科普知识

刘京蕾◎编著



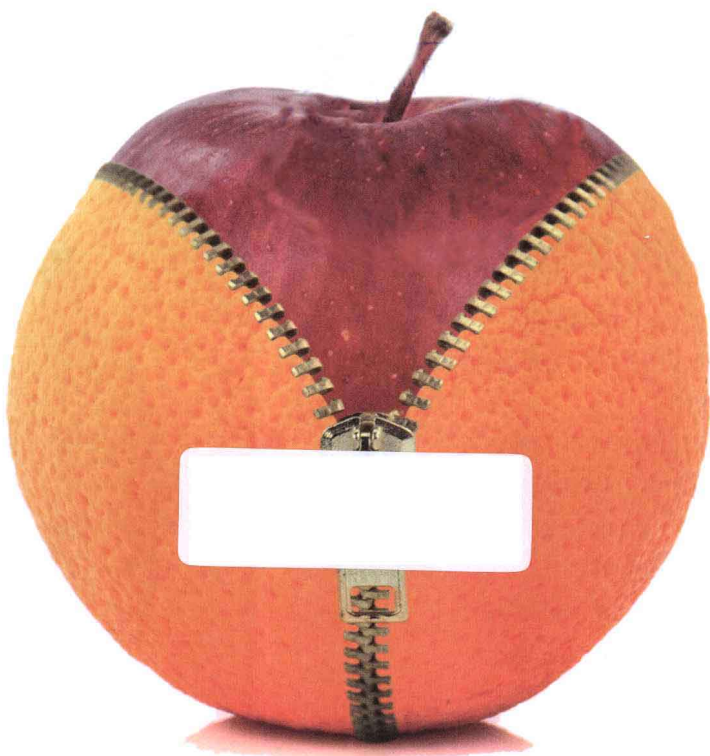
北京理工大学出版社  
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

孩子最爱问的十万个为什么  
HAIZIZUIAIWENDESHIWANGEWEIFSHENME

# 生活百科



刘京蕾◎编著



 北京理工大学出版社  
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS



## ● 图书在版编目 (CIP) 数据

生活百科 / 刘京蕾编著. — 北京: 北京理工大学出版社, 2013.7

(孩子最爱问的十万个为什么系列)

ISBN 978-7-5640-7435-7

I. ①生… II. ①刘… III. ①生活 - 知识 - 青年读物  
②生活 - 知识 - 少年读物 IV. ① TS976.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 029801 号



# 生活百科

SHENGHUO BAIKE

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (办公室)

68944990 (批销中心) 68911084 (读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京市业和印务有限公司

开 本 / 710mm × 1000mm 1/16

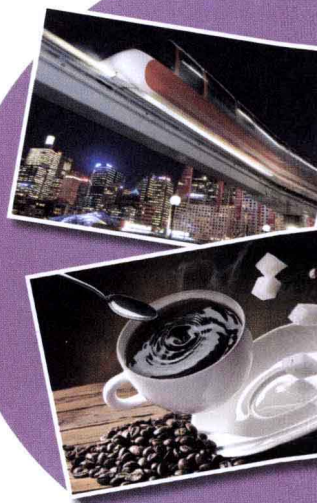
印 张 / 9

字 数 / 90 千字

版 次 / 2013 年 7 月第 1 版 2013 年 7 月第 1 次印刷

印 数 / 1 ~ 5000 册

定 价: 19.90 元



图书出现印装质量问题, 本社负责调换



# 目录 CONTENTS

孩子最爱问的十万个为什么

生 活 百 科



- 001** 生活都有哪些分类
- 002** 你知道这些生活常识吗
- 006** 关于生活都有哪些名人名言
- 008** 我们生活在这个世界上应该追求什么
- 009** 为什么要喝牛奶
- 013** 咖啡起源于何时
- 016** 爆米花是怎么做的
- 017** 为什么晚吃姜赛砒霜
- 019** 饺子是怎么传承到今天的
- 021** 为什么空腹不宜多吃山楂
- 022** 为什么咳嗽时饮食有八忌
- 024** 为什么要慎食即冲型食品
- 025** 为什么运动饮料损害牙齿
- 026** 为什么喝白开水比喝可乐强
- 028** 咖啡有哪些品种和饮用禁忌
- 032** 为什么吃甜食会加大患癌概率
- 033** 为什么要小心可乐喝多了会瘫痪
- 035** 为什么在生活中应当少吃茶叶蛋
- 036** 为什么黄瓜会破坏其他食物的营养
- 037** 为什么做好的面包会有很多小孔
- 038** 为什么真空包装的食品可以保鲜





- 040** 你知道使用洗衣粉的这些误区吗
- 042** 自来水笔为什么一写字就会自动出水
- 044** 铅笔为什么不是用铅做的
- 045** 不锈钢为什么耐腐蚀
- 047** 空调是怎么制冷的
- 048** 怎么用空调才省电
- 049** 保险丝是怎么保证我们的用电安全的
- 052** 灯泡为什么会发光
- 053** 霓虹灯是怎样发明的
- 056** 为什么一发出声音声控灯就亮了
- 057** 为什么烟花能绽放出美丽的图案
- 059** 门上猫眼的用途是什么呢
- 060** 锁与钥匙是怎么发明的
- 061** 自动扶梯是如何输送乘客的
- 062** 使用微波炉有哪些禁忌
- 064** 我们是怎么利用回声的
- 066** 我们在光下为什么会产生影子
- 067** 羊毛衫为什么会起球
- 069** 我们的身体为什么需要“铁”
- 071** 人为什么会中暑呢
- 073** 为什么会煤气中毒
- 075** 交通是什么
- 078** 你知道这些交通安全知识吗
- 083** 道路交通标志有什么作用
- 084** 交通信号灯是怎么发展到现在的红绿灯的
- 085** 为什么人行横道又叫斑马线
- 086** 你见过这些特色的斑马线吗
- 088** 为什么要设置减速带







- 089** 为什么中国的车要靠右行驶
- 089** 公路和道路有什么区别
- 092** 为什么要设置立交桥
- 094** 高速公路有什么特点
- 095** 高速公路为什么要限速
- 096** 停车场都有哪些种类
- 097** 加油站都有哪些禁忌
- 098** 火车的发展经历了哪些过程
- 101** 现代高速火车的发展如何
- 103** 磁悬浮列车是怎么产生的
- 106** 火车与地铁有什么区别
- 107** 火车站是怎么分类的
- 111** 地铁有哪些用途
- 113** 地铁有什么优缺点
- 114** 地铁与轻轨有什么区别
- 116** 桥的基本结构是怎样的
- 118** 为什么赵州桥那么被人“追捧”
- 120** 你知道机场的用途和类别吗
- 122** 你知道空中的交通规则吗
- 124** 世界最大的机场在哪里
- 125** 什么决定了飞机飞行的高度
- 126** 轮船是怎么被发明的
- 129** 轮船有哪些分类和用途
- 131** 谁发明了自行车
- 132** 自行车有哪些分类
- 135** 最早发明的汽车是怎样的
- 136** 世界最快汽车排名榜都有谁





## □生活都有哪些分类

“生活，是指人为了维持生存和繁衍所必须从事的不可或缺的生计活动，它的基本内容为衣、食、住、行。”生活大体上可划分为三类，即“社会生活”、“职业生活”、“家庭生活”（除此之外，还可分为“精神生活”与“物质生活”两大类）。

### 一、社会生活

都市生活、乡村生活、政治生活、文化生活、艺术生活、宗教生活、民俗生活等。

### 二、职业生活

工人生活、农民生活、士兵生活、教师生活、护士生活、边防生活等。

### 三、家庭生活

休闲生活、个人生活、独身生活、老年生活、双亲生活、夫妻生活等。





## □你知道这些生活常识吗

(1) 在衣领和袖口处均匀地涂上一些牙膏，用毛刷轻轻刷洗，再用清水漂净，即可除去污渍。

(2) 只要在新房间内放一碗醋，两三天后，新房的油漆味就会很快消失。

(3) 毛衣袖口或领口失去了弹性，可将袖口或衣领在热水中浸泡 20 分钟，晾干后即可恢复弹性。

(4) 把生黑斑的铝制品泡在醋水混合液中，10 分钟后取出清洗，便会光洁如新。

(5) 将新买的牛仔裤放入浓盐水中浸泡 12 小时，再用清水洗净，以后再洗涤时就不易褪色。

(6) 选购羽绒服时，可将羽绒服放在桌子上，用手拍打，蓬松度越高说明绒质越好，含绒量也越多。

(7) 金首饰表面发旧，用鹿皮（或其他柔软的皮）蘸少许牙膏轻轻擦拭，即可光亮如新。

(8) 要去除烤炉内的污物，请在炉子还温热的时候把盐撒在上面，冷却后，再用湿海绵擦拭即可。

(9) 室内植物，例如菊花、常春藤、吊兰，是天然的空气清新剂。

(10) 用 45 毫升白醋和 4 升冷水的溶液擦拭，就可使窗户玻璃洁净透明。

(11) 切洋葱等蔬菜时，可将其去皮放入冰箱冷冻室存放数小时后再切，就不会刺眼流泪了。

(12) 车船行驶途中，将鲜姜片随时放在鼻孔下面闻，使辛辣味吸入鼻中，可以防







晕车。

(13)家用电器的缝隙里常常会积藏很多灰尘，可用废旧的毛笔来清除，非常方便。

(14)将晒干的残茶叶，在卫生间燃烧熏烟，能除去污秽处的恶臭。

(15)在墨汁中加少量肥皂水（或茶水），搅拌均匀，用这样的墨汁写出的字迹可保持色迹不变。

(16)CD片有刮痕，只要用油性笔涂在刮痕上即可，不论什么颜色的油性笔都可以。

(17)价钱卷标很难撕掉，可用吹风机吹热一下再撕，会很轻松地撕下来，不留一点痕迹。

(18)新鲜蛋用灯光照，空头很小，蛋内完全透亮，呈橘红色，蛋内无黑点，无红影。

(19)洗完脸后，用手指蘸些细盐在鼻头两侧轻轻摩擦，用清水冲净，黑头粉刺就会清除干净。

(20)新做好的头发只要睡前在枕头上铺一条质地光滑的丝巾，就可以防止头发变形。

(21)在1斤面粉里掺入6个蛋清，包的饺子起锅后收水快，不易粘连。

(22)将残茶叶浸入水中数天后，浇在植物根部，可促进植物生长。

(23)炖肉时用陈皮，香味浓郁；吃牛羊肉加白芷，可除膻增鲜；自制香肠用肉桂，味道鲜美。

(24)豆浆不可与药物同饮，会破坏豆浆的营养成分，如四环素等抗生素类药物等。

(25)煎荷包蛋时，在蛋的周围滴几滴热水，煎好的蛋特别鲜美。

(26)取新鲜橘子皮若干，分散放入冰箱内，三天后打开冰箱，清香扑鼻，异味全无。

(27)萝卜与羊肉同煮，在锅中放几粒绿豆，可除去腥膻味。





(28) 上午喝绿茶开胃、醒神，下午泡饮枸杞可以改善体质，有利安眠。

(29) 将鱼洗净放入淘米水中浸泡两小时，经这样处理的鱼烧出来味道鲜嫩可口。

(30) 吃荤之后不要立即喝茶，茶叶中含有大量鞣酸蛋白质，这种蛋白质能引起脂肪肝。

(31) 凡红色或紫色的棉织物，若用醋配以清水洗涤，可使其光泽如新。

(32) 早晚空腹吃个苹果，有利于治疗中老年人便秘。

(33) 厨房的地板上积了油垢后，拖地前，在拖把上倒入一些醋就能轻松去除油污。

(34) 烤肉食用前，记得滴上新鲜柠檬汁，除了增添美味外，柠檬中的维生素C有解毒作用。

(35) 清洗瓶中插的鲜花时，不妨在清水中加几滴白醋或漂白水，即可保持花朵鲜艳如初。

(36) 当衣裤的拉链卡住或不易拉动时，先涂上蜡，再以干布擦拭，就能轻松拉动。

(37) 新购的有色花布，第一次下水时，加盐浸泡十五分钟后再取出冲洗，可防止布料褪色。

(38) 牛奶过期不能喝时，可将抹布浸湿，用来擦桌子、地板，很快就可以将污垢除去。

(39) 若铝制锅烧焦，可在锅中放个洋葱和少许水加以煮沸，不久所有的烧焦物都会浮起来。

(40) 小镜或橱窗镜等有了污垢，可用软布浸湿煤油或蘸醋擦拭。

(41) 照片旧了或脏了，用棉花蘸点酒精擦拭，擦后如新的一样。

(42) 用纸巾蘸少许花露水，擦拭电话机身、听筒及按键或手机，能使电话、



手机保持洁净。

(43)煮老牛肉前,可在牛肉上涂抹一层芥末粉,次日煮前洗净,肉烂且嫩。

(44)可用半干的肥皂擦镜片两面,然后抹匀拭亮。用此法,眼镜片遇热不容易发雾气。

(45)用蒸汽熨斗在凹处喷一些蒸汽,然后用熨斗烫;用硬毛的牙刷挑起凹处的毛,再轻轻刷顺,即可去除地毯上的家具置痕。

(46)利用铝箔纸,将两三张叠在一起,用剪刀剪一剪,就可以使剪刀恢复锐利。

(47)以棉花棒蘸酒精,可以清除收音机、录音机磁头上的灰尘还能使音质复原。

(48)可以在烟灰缸内撒一点盐,再以软木塞或抹布擦拭,即可去除污垢。

(49)裙襟、裤脚折痕先以旧牙刷蘸一点醋在折痕上,然后以低温烫,就几乎看不出来了。

(50)可将新丝袜放进冷冻库中,冻硬直接取出自然解冻,穿上时就不会脱线了。







## □ 关于生活都有哪些名人名言

人生应该如蜡烛一样，从顶燃到底，一直都是光明的。

——萧楚女（中国）

人需要真理，就像瞎子需要明快的引路人一样。

——高尔基（苏联）

善于利用零星时间的人，才会做出更大的成绩来。

——华罗庚（中国）

生活便是寻求新的知识。

——门捷列夫（俄国）

生活得最有意义的人，并不就是年岁活得最大的人，而是对生活最有感受的人。

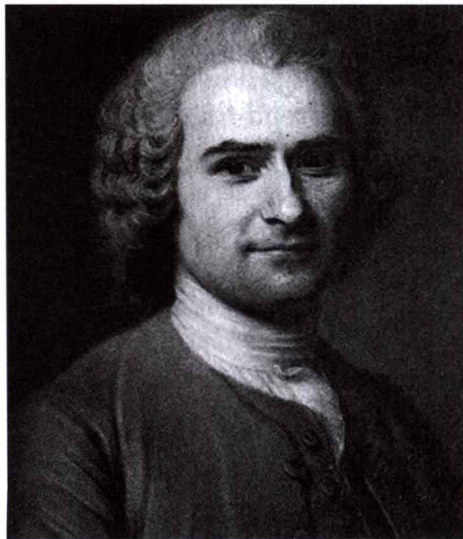
——卢梭（法国）

生活的理想，就是为了理想地生活。

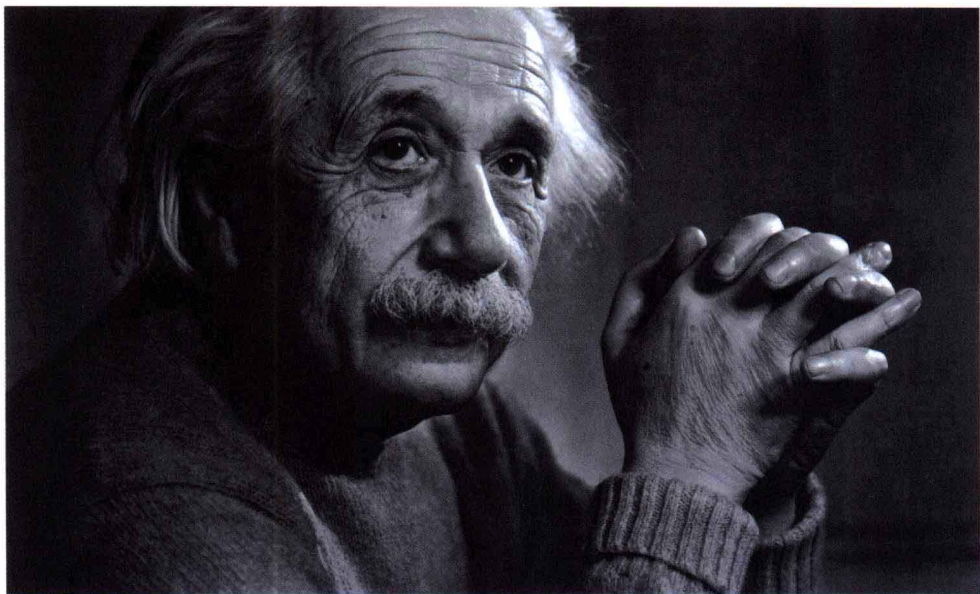
——张闻天（中国）



◎ 门捷列夫



◎ 卢梭



### ◎爱因斯坦

生活的情况越艰难，我越感到自己更坚强，甚而也更聪明。

——高尔基（苏联）

生活的全部意义在于无穷地探索尚未知道的东西，在于不断地增加更多的知识。

——佐拉（法国）

生活最沉重的负担不是工作，而是无聊。

——罗曼·罗兰（法国）

生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。

——马克思（德国）

生命的意义在于付出，在于给予，而不是在于接受，也不是在于争取。

——巴金（中国）

人只有献身社会，才能找出那实际上是短暂而有风险的生命的意义。

——爱因斯坦（美国、瑞士）

今天应做的事没有做，明天再早也是耽误了。

——裴斯泰洛齐（瑞士）



## □ 我们生活在这个世界上应该追求什么

生活包括物质生活和精神生活。物质生活是基础，而精神生活则是人们在物质生活得到基本保障后，追求的一种精神寄托。比如听音乐可以陶冶人的情操，让人心情愉快，这就是精神上的追求。

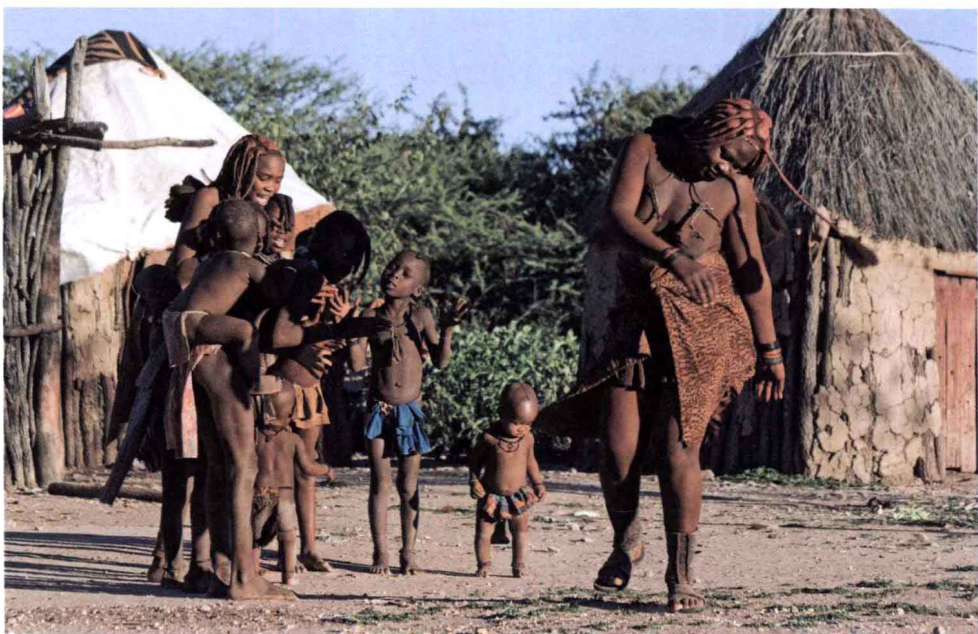
精神生活源于物质生活，物质生活依赖着精神生活。人的生活就是有目的有计划地活着。

生活是什么？一些创造者说：生活就是不断地创新。他们每天都在尝试着新的试验，设计着新的样式，写着一篇篇文章，计算着……他们都在知识的大海翱翔，使知识不断升级，不断更新。对他们来说，这就是生活。

生活是什么？一些体力劳动者说：生活就是做平凡的事。在马路旁、大桥上、大厦中，有多少清洁工在为人们打扫。在某个建筑区内，有多少工人正在为人们砌房子。他们辛勤劳动，为人们创造舒适的生活环境。对他们来说，这就是生活。







生活是什么？一些老年人说：生活就是安享晚年。现在的公园中，清晨或傍晚时，总会有很多老年人在锻炼身体，处处可以看见他们在散步，每天过着平静的日子。对他们来说，这就是生活。

生活是什么？答案简直太多了，又有人说，它是战胜挫折的过程；还有人说，它是一种对人的淘汰赛，还有人说，……无论生活是什么，只要我们乐观地看待它，使其有意义，它就是完美的。

## □为什么要喝牛奶

牛奶是人们日常生活中喜爱的饮品之一，每年5月的第三个星期二，是“国际牛奶日”。喝牛奶的好处如今已越来越被大众所认识，牛奶中含有丰富的钙、维生素D等，包括人体生长发育所需的全部氨基酸，消化率可高达98%，是其他食物无法比拟的。



## 一、牛奶营养丰富

牛奶营养丰富、容易消化吸收、食用方便,是“最接近完美的食品”,人称“白色血液”,是最理想的天然食品。

奶中的蛋白质主要是酪蛋白、白蛋白、球蛋白、乳蛋白等,所含的二十多种氨基酸中有人体必需的8种氨基酸,奶蛋白质是全价的蛋白质,它的消化率高达98%。乳脂肪是高质量的脂肪,品质最好,它的消化率在95%以上,而且含有大量的脂溶性维生素。奶中的乳糖是半乳糖和乳糖,是最容易消化吸收的糖类。奶中的矿物质和微量元素都是溶解状态,而且各种矿物质的含量比例,特别是钙、磷的比例比较合适,很容易消化吸收。

### 附:牛奶营养成分详解

每100克牛奶含水分87克,蛋白质3.3克,脂肪4克,碳水化合物5克,钙120毫克,磷93毫克,铁0.2毫克,维生素A140国际单位,维生素B<sub>1</sub>0.04毫克,维生素B<sub>2</sub>0.13毫克,尼克酸0.2毫克,维生素C1毫克。可供热量69千卡。

## 二、牛奶能抑制肿瘤

牛奶和奶制品干酪中含有一种叫CLA的物质,能有效破坏人体内有致癌危险的自由基,并能迅速和细胞膜结合,使细胞处于防御致癌物质侵入的状态,从而起到防癌作用。而且牛奶中所含的钙能在人体肠道内有效破坏致癌物质,使其分解改变成非致癌物质,并排出体内。牛奶中所含的维生素A、维生素B<sub>2</sub>、维生素D等对胃癌和结肠癌都有一定的预防作用。

而且牛奶中还含有多种能增强人体抗病能力的免疫球蛋白抗体,也有防癌作用。另外,酸牛奶中含有一种酶,能有效防止癌症患者因化学疗法和放射疗法所引起的副作用。

## 三、牛奶能镇静安神

意大利科研人员研究发现,牛奶之所以具有镇静安神的作用,是因为含有一种可抑制神经兴奋的成分。

意大利热那亚市女研究员罗塞拉·阿瓦洛内在其撰写的一份研究报告中提到,人们日常食用的牛奶等一些食物,其中含有一定数量的起镇静安神作用的物质,如苯甲二氮卓。阿瓦洛内认为,除牛奶外,大豆、谷类等食物也具有显



著的安神功效。

阿瓦洛内建议，当你心烦意乱的时候，不妨喝一大杯牛奶安安神。睡前喝一杯牛奶可促进睡眠。

#### 四、牛奶能美容养颜

牛奶营养丰富，含有高级的脂肪、各种蛋白质、维生素、矿物质，特别是含有较多维生素B族，它们能滋润肌肤，保护表皮、防裂、防皱，使皮肤光滑、柔软、白嫩，使头发乌黑减少脱落，从而起到护肤美容的作用。

牛奶中所含的铁、铜和维生素A，可使皮肤光滑滋润。

牛奶中的乳清有消除面部皱纹的作用。

牛奶还能为皮肤提供封闭性油脂，形成薄膜以防止皮肤水分蒸发。另外，还能暂时提供水分，所以牛奶是天然的护肤品，也是“绿色护肤品”。

所以自古以来，不论国外国内都有用牛奶及奶制品美容的记载，如罗马人每日用在牛奶里浸泡过的面包擦脸，认为这样会使皮肤光滑白嫩，显得年轻美貌，并可抑制胡须的生长。所以现在有的化妆品中还含有牛奶或奶制品的成分。