

一本书完全搞定户外生存所有问题

顶级

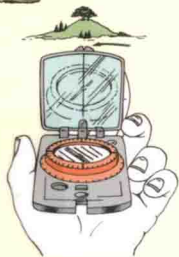
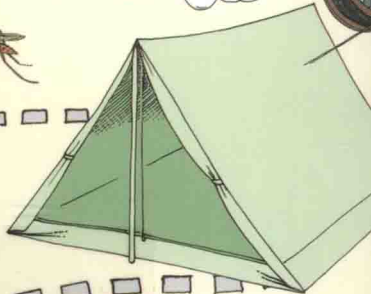
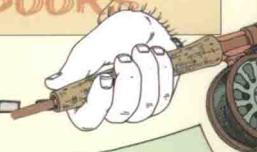
# 户外生存

全图鉴

EXPERT COMPANIONS OUTDOORS

威尔登·欧文（澳大利亚）出版有限公司©著

童洁萍©译



一本书完全搞定户外生存所有问题

顶级

# 户外生存

全图鉴

威尔登·欧文（澳大利亚）出版有限公司 著

童洁萍 译



 武汉出版社

WUHAN PUBLISHING HOUSE

(鄂)新登字 08 号

## 图书在版编目 (CIP) 数据

顶级户外生存全图鉴 / 威尔登·欧文(澳大利亚)  
出版有限公司著; 童洁萍译. — 武汉: 武汉出版社,  
2013.8

ISBN 978-7-5430-7649-5

I. ①顶… II. ①威… ②童… III. ①野外-生存-  
图解 IV. ① G895-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 155272 号

Copyright © 2012 Weldon Owen Pty Ltd

本书中文简体版专有出版权由本书 Weldon Owen Limited 经由中华版权代理中心授予  
北京含章行文图书发行有限公司。

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

湖北省版权局著作权合同登记 图字:17-2013-077 号

## 顶级户外生存全图鉴

---

作 者: 威尔登·欧文(澳大利亚)出版有限公司

译 者: 童洁萍

版权支持: 刘乐里

责任编辑: 邓冀恺

封面设计: 

出 版: 武汉出版社

社 址: 武汉市江汉区新华路 490 号 邮 编: 430015

电 话: (027) 85606403 85600625

<http://www.whcbs.com>

E-mail: [zbs@whcbs.com](mailto:zbs@whcbs.com)

印 刷: 北京旭丰源印刷技术有限公司 经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 12 字 数: 432 千字

版 次: 2013 年 9 月第 1 版 印 次: 2013 年 9 月第 1 次印刷

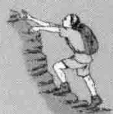
定 价: 39.80 元

---

版权所有 · 侵权必究

如有质量问题, 由承印厂负责调换。

# 目录



徒步旅行/1



划独木舟和皮划艇/239



露营/35



天气/281



做饭/61



地图和导航/307



钓鱼/87



危险和紧急情况/325



攀岩/141

索引/370



山地自行车/203



# 徒步旅行

乡间徒步旅行是最原始的户外活动。人类本来就应该徒步旅行，它不但有利于身心健康，而且能将你带到其他方式无法抵达的一些格外美丽的地方。

# 背包

**适合所有地形的背包** 除了林中短途随便走走外，其他长距离行走时你都需要一个舒适的背包。

**内支架背包** 现在出售的绝大多数背包都是能自由移动的内支架背包。通常这类型背包固定在内置的两根垂直铝杖和硬质塑料板材上。

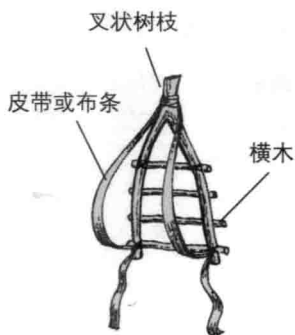




**小背包** 进行为期一天的徒步旅行时，使用小背包而不是大背包。

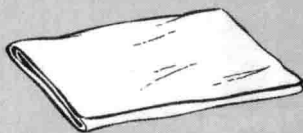


**外架型背包** 在野外几乎看不见这种硬质、重型背包。



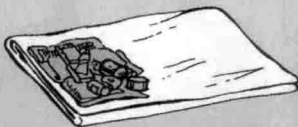
**应急袋** 必要时将这种临时用包系在行李箱上。

## 制作U形背包



1. 在地面上打开雨披、防水布或毯子。

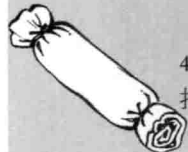
2. 在一端收集所需物品。



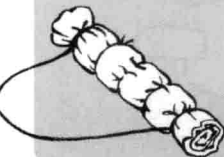
3. 将靠近物品的一端卷起到另一端。



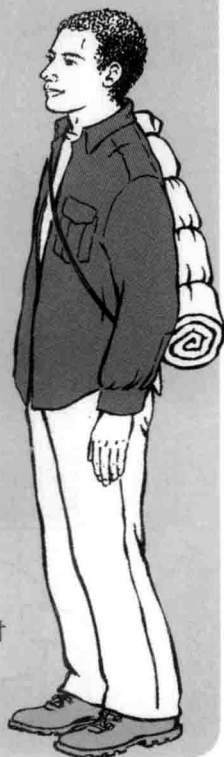
4. 用绳或类似物品扎紧两端。



5. 用绳多扎几下保持包扎严实，系一根可挂在肩膀或是胸前的绳。



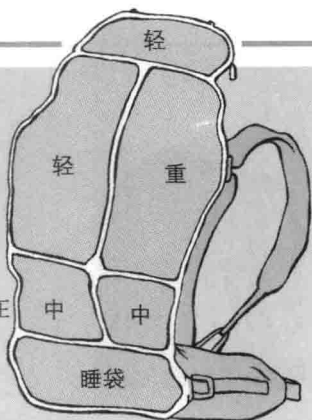
6. 准备好面对下个挑战。



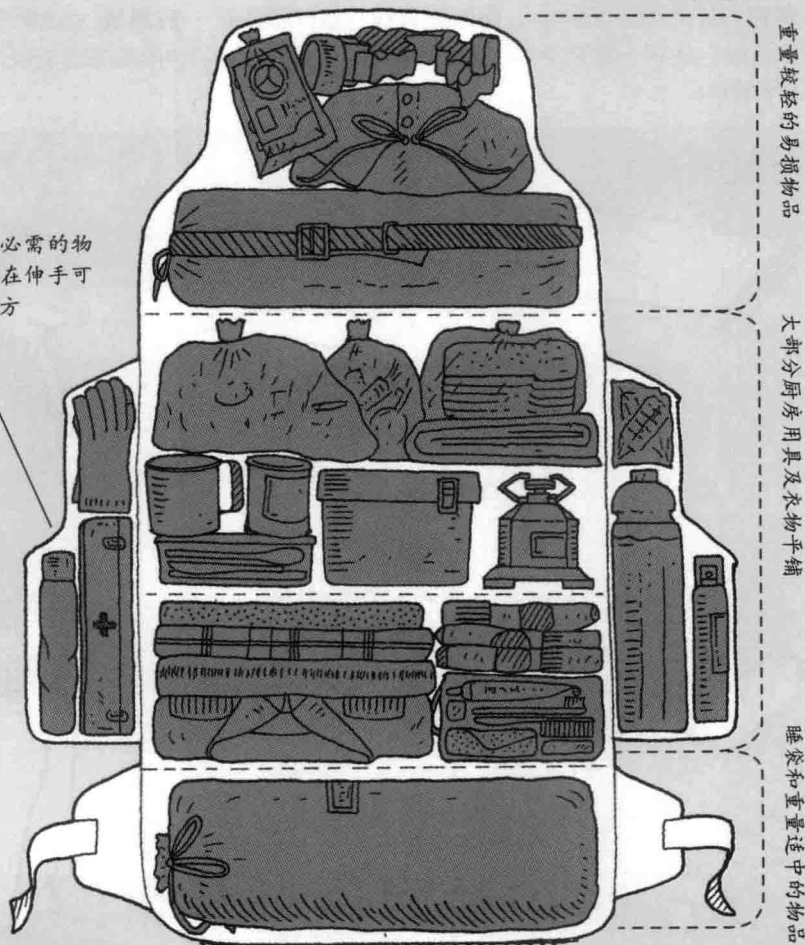
## 背包负重

**重量分布** 即使填装完好，高质量背包如果未填装恰当也会引起不适。遵循一些简单的原则能让你在路途中受益。

**侧视图** 将最重的物品放在背部靠肩膀处。

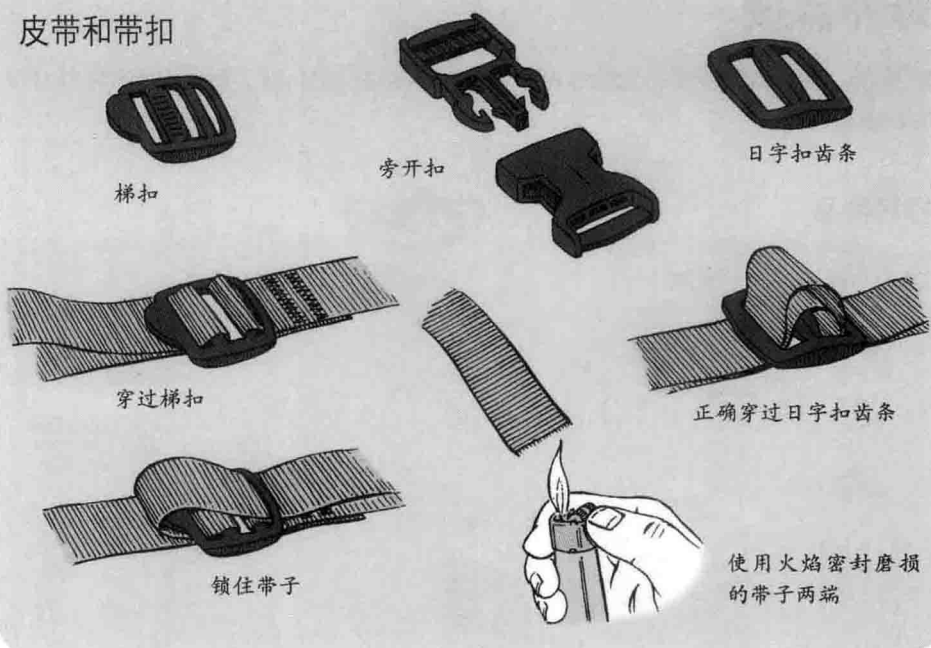


重要及必需的物品应放在伸手可及的地方





## 皮带和带扣



## 背上背包

1. 保持背部直立、弯曲膝盖，将背包举到膝盖上。
2. 弯腰。转身将手臂伸出肩带。
3. 将另一只手臂穿过另一边的肩带。
4. 固定腰带，如有需要调整肩带。



# 野外器械

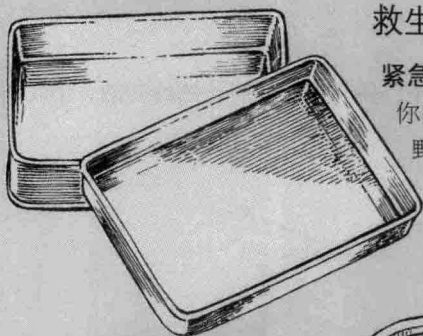
**必需品** 野外旅行所需打包物品由个人喜好和环境决定。以下物品是所有野外冒险的必需品。

## 打包物品



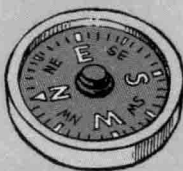
## 救生工具箱

**紧急物品** 在危机关头，一些简单的物品会决定你的生死。按需求将它们装入马口铁罐中，在野外的任何时刻都将其带在身边。

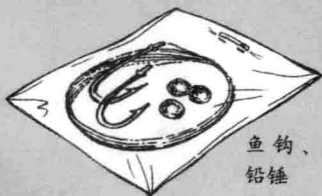


打火机

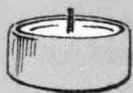
指南针



高锰酸钾（消毒剂，水净化剂）



鱼钩、线、铅锤



蜡烛

铅笔



放大镜



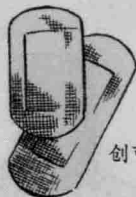
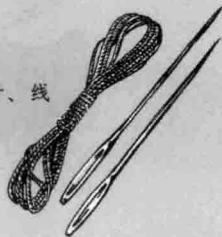
钢丝锯

抗组织胺药物、  
抗生素

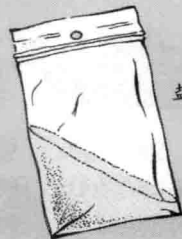


蝴蝶型隔板

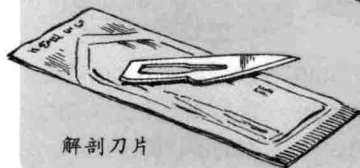
针、线



创可贴



盐



解剖刀片

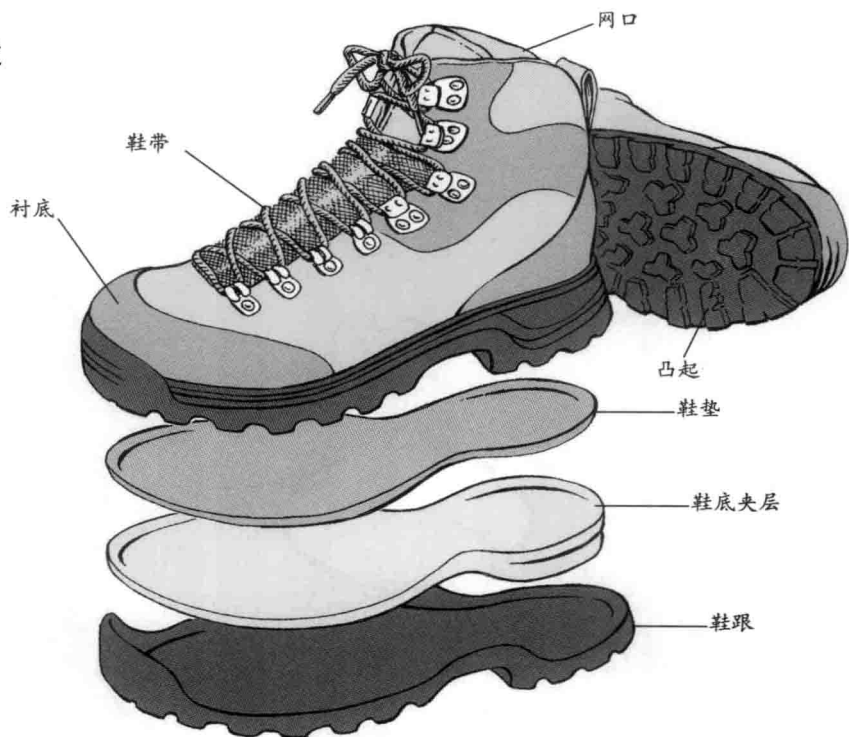


脱脂棉

# 靴子

**先迈右脚** 仔细挑选舒适、大小合适的靴子，使其适于你所计划的活动。出发前，要适应新靴子。

## 构造



**跑鞋** 跑鞋轻便，适宜平坦的地形，不会损坏地面。



**登山靴** 登山靴质地硬、隔热，不适合长时间徒步旅行。

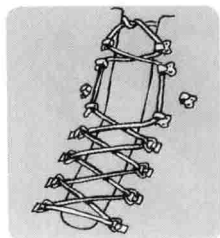


**丛林靴** 帆布和橡胶组成的丛林靴能快速排出湿气。

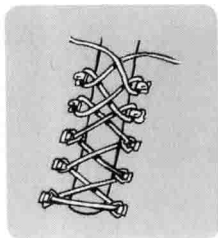


**沙漠靴** 山羊皮沙漠靴在隔离滚烫沙子的同时能让脚呼吸。

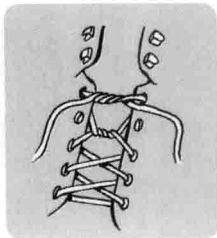
## 鞋带系法



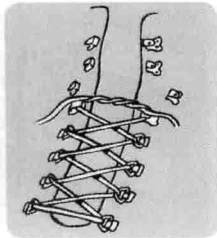
**十字交叉法** 将鞋带十字交叉，减少截面压力。



**登山鞋系法** 将鞋带逐个穿过吊钩周围，并保持张力平衡。



**双花结** 用双花结增加张力，可根据需要跳过几个鞋洞。



**双绕** 可以适当控制上、下两部分的松紧度。

## 靴子发展史

900年  
海盗皮靴



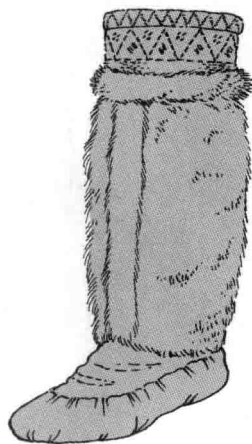
1820年  
流苏高统靴



1400年  
中世纪护胫长靴

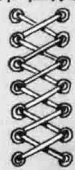


公元前3255年  
奥兹冰人用靴

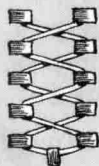


公元前1万年——迄今  
因纽特人的海豹靴

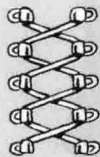
## 鞋带固定物



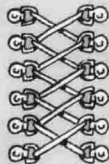
金属圈



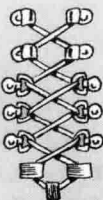
织带



钩子

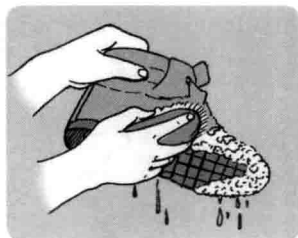


D型环



组合

## 靴子护理



**清洗** 徒步旅行后用水冲去污泥、尘土，接着用软布擦净。



**干燥** 将靴子放在非阳光直射、非火直烤的地方，待其晾干。

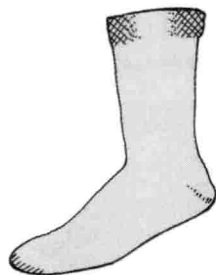


**处理** 待靴子干燥时，涂上防水或是皮革润滑剂。

## 处理水泡



## 短袜



寒冷天气时穿在里面的丝或棉短袜。

厚羊毛袜或是专用于徒步旅行的合成纤维袜。



## 登山杖



崎岖的地形中，带登山杖能极大减少体力的消耗和膝盖的磨损。

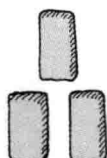
# 开拓

**野外标识** 注意留心新开辟的小路以免弄错方向。如果你喜欢探险，那么也可另辟蹊径。

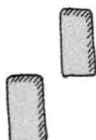
## 标准标识



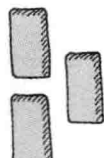
继续直走



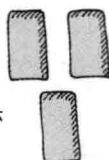
小路起始点



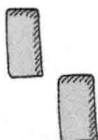
右转



分支指向不同的小路



小路尽头



左转

## 美洲人常用的标识

**仔细看** 几世纪来，北美当地人给他们的伙伴留下了标识。



继续直走



右转



左转



重要的警告



继续直走



右转



左转



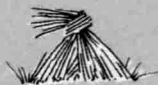
重要的警告



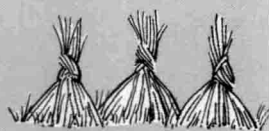
继续直走



右转



左转



重要的警告

# 丛林旅行

**危险的情况** 丛林旅行有可能会很艰苦：炎热、潮湿、叮咬人的虫子和茂盛的植被会挫败没有准备的人的决心。

## 丛林层

