

<<最新野外生存手册>>

图书基本信息

书名：<<最新野外生存手册>>

13位ISBN编号：9787502156923

10位ISBN编号：7502156925

出版时间：2007-6

出版时间：石油工业出版社

作者：李一新

页数：430

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<最新野外生存手册>>

内容概要

掌握野外生存的方法无异于把握住自己的生存命脉，无异于抓住了一根“救命草”。当一个人掌握了野外生存技能，往往能逢凶化吉、遇难成祥。

本书教你37种特殊环境下野外生存技能。

概括地讲，是在远离住所的野外吃、住和活动，同时还要会自救。

野外生存，即人在住宿无着的山野丛林中求生。

作为一种有益身心并有利于培养团队精神的活动，野外生存能让我们在亲近大自然的同时，探索未知的精彩世界。

如今越来越多的人加入到野外活动中来。

但是他们对野外潜在的危险或估计不足，或缺乏经验，因此掌握野外生存基本知识是必要而且重要的。

只有学会科学地寻找水源、防治伤病、观测气象、安营扎寨、野外救援……才能真正提升个人素质、挖掘自我潜能，从而在活动中增强自信、克服心理惰性、启发想象力。

增强社会实践的本领。

这里所说的野外生存，概括地讲，是在远离住所的野外吃、住和活动，同时还要会自救，具体包括以下“五会”和“四能”：“五会”包括：一是会觅食，二是会找水，三是会取火，四是会设营，五是会在复杂情况和复杂地形条件下行进。

“四能”包括：一是给预防和处治日常伤病，如烧伤、骨折、蚊虫叮咬、头疼脑热等。

二是能掌握野外急救护送的方法，如会做人工呼吸，会护送伤员等。

三是能预防野兽的侵袭等，四是能争取紧急救援。

<<最新野外生存手册>>

书籍目录

前言第一章 野外生存基本知识与技能一、地理环境与野外生存1.平原对野外生存的影响2.丘陵对野外生存的影响3.山地对野外生存的影响4.高原对野外生存的影响5.沙漠对野外生存的影响6.岛屿对野外生存的影响7.沼泽地对野外生存的影响8.严寒对野外生存的影响二、天候与野外生存三、着装的一般要求四、方向的辨别与迷向后的措施1.钟影法2.时钟法3.植物法4.月亮法5.恒星法6.简易指南针7.风向指示法8.其他方法9.迷向后的措施五、绳索的使用1.绳索选择2.绳索投掷3.绳子加固4.绳索连接5.绳环套6.绳索固定7.救生结六、野外防病与卫生1.野外疾病的防治2.野外创伤及其处理3.野外自救与互救4.野外卫生第二章 去野外前的准备一、研究野外环境二、拟定外出计划或生存方案三、步行去野外的物资准备1.着装、雨具和背包2.宿营物资3.烹调设备和自备食物4.技术装备四、开车去野外的物资准备与规划1.对汽车进行一次二级保养、检查2.带上常用备件3.带齐维修工具4.带够车上用的生活用品、药品和资料5.路线规划第三章 野外行进一、野外汽车行进1.特殊路况驾驶2.常见故障及排除方法二、野外徒步行进1.一般原则2.行走技巧3.复杂地形中行进4.夜间行进5.特别提示第四章 野外找水与用水一、缺水的生理反应二、寻找水源1.各种水源的特征2.寻找水源3.“制造”水和收集水三、对水的净化1.煮沸法2.沉淀法3.吸附法4.过滤法5.渗透法6.药物法四、能解渴的植物1.杯型植物2.竹类3.藤本植物4.根部取水5.棕榈类6.仙人掌类7.旅人蕉8.桦树五、科学饮水的方法六、无水时的应急措施第五章 野外觅食与用食一、植物类食物1.可食野生植物的识别2.野菜类3.可食用的根、茎、叶、花4.果实类5.可食用的种子6.其他可食植物及可食部位二、真菌类(蘑菇)食物三、海藻类食物1.绿藻类2.红藻类3.褐藻类四、动物类食物1.寻找动物2.哺乳类动物3.小型啮齿动物4.爬行动物5.鸟类6.昆虫五、捕猎与食用猎物1.捕兽常识2.捕猎方法3.猎物的处理和食用六、有毒植物识别和误食后的中草药治疗1.有毒植物2.误食有毒植物后的中草药治疗方法第六章 野外取火、生火与野炊一、缺乏火种时的取火方法1.用枪弹射击取火法2.用放大镜(凸透镜)取火法3.用手电筒取火法4.击石取火法二、特殊条件下的生火方法1.下雨生火2.风强时生火3.在水上或湿地上生火4.在冰雪上生火三、野炊1.捕获物的食前加工2.野生可食植物的食前加工3.不宜混食的食物第七章 野外设营与露营一、宿营地的选择二、帐篷或庇身所的搭建1.山地露营2.热带地区露营3.沙漠露营4.雪地露营5.海边露营三、宿营四、露营时的日常生活1.露营时常用的物品2.睡袋是野外生活的最好寝具3.帐篷内的照明4.应付下雨天5.在野外的“洗澡”法第八章 野外娱乐与考察一、享受野外之乐1.野餐之乐2.篝火晚会的乐趣3.下雨可取乐4.吹草笛、唱歌跳舞5.坏天气的娱乐二、观察人自然1.观星2.观察动植物3.收集落叶4.寻找昆虫的栖息地5.观察山野的菌类6.追踪动物的足迹7.观海8.收集野树的种子带回去栽培第九章 野外求救与搜寻一、求救信号1.烟火信号2.图案信号3.染色信号4.光信号5.音响信号6.旗语信号7.身体信号8.闪光信号9.指示信号10.高山营救代码二、搜寻1.基线搜寻2.水路搜寻3.扇形搜寻4.空中搜寻5.联合搜寻三、直升机营救1.着陆营救2.旋停营救3.夜间营救4.海上营救四、冰窟救生1.冰窟自救2.冰窟救援五、水中救生1.水中自救2.船上营救3.岸上营救4.水中营救第十章 几种特殊环境中的生存一、海上生存1.思想准备2.弃船求生3.漂浮求生4.陆地征象5.发求救信号6.注意健康7.海上喝水8.海上觅食9.防止鲨鱼的攻击10.登陆二、岛屿生存1.岛屿方位的判断2.登临岛屿3.岛上待援4.注意饮水,防止脱水5.岛上饮食三、热带生存1.热带雨林的主要特征2.热带地区的危险3.食物来源4.丛林行进5.扎营四、高原生存1.高山病的预防2.高山病的治疗措施五、沙漠生存1.环境特征2.沙漠求生法六、寒区生存1.寒区环境特征2.在寒区的衣、食、住

<<最新野外生存手册>>

编辑推荐

如今越来越多的人加入到野外活动中来。

野外生存，即人在住宿无着的山野丛林中求生。

作为一种有益身心并有利于培养团队精神的活动，野外生存能让我们在亲近大自然的同时，探索未知的精彩世界。

但是他们对野外潜在的危险或估计不足，或缺乏经验，因此掌握野外生存基本知识是必要而且重要的。

只有学会本书中介绍的科学地寻找水源、防治伤病、观测气象、安营扎寨、野外救援等野外生存技能，才能真正提升个人素质、挖掘自我潜能，从而在活动中增强自信、克服心理惰性、启发想象力，增强社会实践的本领。

野外生存，即人在住宿无着的山野丛林中求生。

作为一种有益身心并有利于培养团队精神的活动，野外生存能让我们在亲近大自然的同时，探索未知的精彩世界。

<<最新野外生存手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>