

<<生活禁忌600例>>

图书基本信息

书名：<<生活禁忌600例>>

13位ISBN编号：9787504827685

10位ISBN编号：7504827681

出版时间：1997-07

出版时间：农村读物出版社

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>

<<生活禁忌600例>>

书籍目录

目录

编辑寄语

一、饮食类

- 1.吃饭时忌讲话
- 2.切忌边吃边玩
- 3.晚饭切忌吃得过饱
- 4.切忌吃过烫的食物
- 5.主食切忌太单调
- 6.不要用开水泡饭吃
- 7.发面时忌用面肥
- 8.馒头忌用硫磺熏蒸
- 9.拉粘丝的馒头忌食用
- 10.晚餐不宜吃含糖分多的食物
- 11.早晨不宜只吃干食
- 12.油条不宜多吃
- 13.高蛋白食物忌食用过多
- 14.植物蛋白肉忌一次多吃
- 15.豆制品忌多吃
- 16.液化气灶上忌烤食品
- 17.霉变凉粉忌食用
- 18.熬绿豆汤时不宜加矾
- 19.直接采集的花粉忌食用
- 20.香肠忌久存
- 21.不宜多吃臭豆腐
- 22.方便面忌长期存放
- 23.膨听罐头切忌食用
- 24.处理不当的蚕蛹不宜食用
- 25.饭后忌立即劳动
- 26.忌用饮料取代开水
- 27.忌用蒸锅水熬汤煮饭
- 28.久烧的开水忌饮用
- 29.生泉水不宜饮用
- 30.冷饮忌多吃多喝
- 31.冷饮不宜在大汗时饮用
- 32.过热饮料不宜饮用
- 33.冷、热饮料不宜交替饮用
- 34.开盖的汽水不宜饮
- 35.饱餐后不宜喝汽水
- 36.汽水不宜多喝
- 37.咖啡忌过多饮用
- 38.鲜猪肉忌用热水浸泡
- 39.烧肉忌过早放盐
- 40.咸肉不宜煎炸
- 41.猪肝忌食用过多
- 42.猪甲状腺、肾上腺不宜食用

<<生活禁忌600例>>

- 43.吃鸡忌食多龄鸡头
- 44.烤羊肉串不宜常吃
- 45.午餐肉忌多吃
- 46.鸡蛋不宜多吃
- 47.鸡蛋切忌生吃
- 48.煮鸡蛋时间不宜过长
- 49.炒鸡蛋忌放味精
- 50.不宜用红药水染鸡蛋
- 51.脏鸡蛋忌用水冲洗
- 52.熟蛋忌用冷水冷却
- 53.松花蛋不宜多吃
- 54.杀胎蛋忌食用
- 55.保存鸡蛋不宜横放
- 56.牛奶忌久煮
- 57.牛奶忌用文火煮
- 58.牛奶和糖不宜同煮
- 59.牛奶忌与巧克力同时食用
- 60.牛奶与果子露不宜混合饮用
- 61.牛奶不宜早晨喝
- 62.铅作业者不宜喝牛奶
- 63.夏季忌饮冷牛奶
- 64.牛奶忌长期在保温瓶中存放
- 65.牛奶忌冰冻保存
- 66.豆浆忌喝太多
- 67.未煮沸的豆浆不宜饮用
- 68.豆浆忌冲鸡蛋
- 69.吃甲鱼禁忌种种
- 70.吃蟹忌吃胃、肠、腮
- 71.生蟹不宜食用
- 72.死黄鳝不宜食用
- 73.鲜海蜇忌直接食用
- 74.食用甲壳类食物不宜服维生素C
- 75.食油变质不宜食用
- 76.炒菜油不宜烧得过热
- 77.炸食物的余油不宜多次使用
- 78.生棉籽油不宜食用
- 79.熬猪油不宜大火
- 80.猪油渣和锅巴不宜食用
- 81.炒菜忌用油过多
- 82.忌过量食用植物油
- 83.塑料桶中忌存食油
- 84.酱油不宜生食
- 85.忌食长了白膜的酱油
- 86.每天吃盐不宜超过5克
- 87.吃醋忌过多
- 88.糖精和醋精忌同用
- 89.切忌过量食用味精

<<生活禁忌600例>>

- 90.天然调味品忌滥用
- 91.饭后忌立即吸烟
- 92.服药者不宜吸烟
- 93.不宜在厕所吸烟
- 94.切忌嗜酒成性
- 95.常饮酒易使记忆力减退
- 96.御寒忌用酒
- 97.酒后不宜饮咖啡
- 98.白酒忌凉饮
- 99.解酒不宜饮浓茶
- 100.解酒忌用镇静药
- 101.酒与汽水不宜混饮
- 102.雄黄酒忌饮用
- 103.医用酒精不宜对水当酒喝
- 104.解暑切忌用啤酒
- 105.冬季不宜饮冷啤酒
- 106.保温瓶不宜盛啤酒
- 107.低度酒忌久存
- 108.瓶装酒忌长期存放
- 109.吃糖不宜过多
- 110.白糖忌生吃
- 111.红糖忌存放过久
- 112.生蜂蜜不宜食用
- 113.蜂蜜不宜用开水冲饮
- 114.冒泡蜂蜜忌久存
- 115.蜂蜜忌用镀锌金属容器存放
- 116.饮茶忌过量
- 117.茶叶忌煮着喝
- 118.茶叶忌嚼食
- 119.头遍茶不宜饮
- 120.发烧时不宜饮茶
- 121.切忌用保温杯沏茶
- 122.蔬菜不宜用热水烫
- 123.炒菜不宜先放盐
- 124.烹调青菜不宜加醋
- 125.炒菜油温忌过高
- 126.忌吃隔夜菜汤
- 127.未腌透的酸菜不宜食用
- 128.腌菜不宜长期食用
- 129.贮藏青菜忌用水洗
- 130.忌吃不熟透的豆角
- 131.土豆不宜带皮食用
- 132.土豆发芽忌食用
- 133.绿豆芽不宜生得太长
- 134.用化肥生发的豆芽不宜食用
- 135.菠菜忌食用过多
- 136.大葱冬贮忌搬动

<<生活禁忌600例>>

- 137.青色番茄不宜吃
- 138.红萝卜忌与白萝卜合煮
- 139.炒韭菜隔夜不宜食
- 140.辣椒忌过多食用
- 141.忌食烂生姜
- 142.海带忌长时间浸泡
- 143.熟银耳忌长久放置
- 144.新鲜木耳忌食用
- 145.西瓜忌冰冻过久
- 146.南瓜不宜久存
- 147.苦瓜不宜食用过多
- 148.桔子忌食用过多
- 149.不宜多吃杏
- 150.柿子不宜空腹吃
- 151.桑椹忌多吃
- 152.槟榔忌嚼吃
- 153.山楂忌食用过多
- 154.含鞣酸的水果不宜与海味同食
- 155.含氰甙的水果核仁不宜食用
- 156.葵花籽忌食用过多
- 157.多味瓜籽忌多吃
- 158.水果罐头忌启封存放

二、衣着起居类

- 1.新内衣不宜买来就穿
- 2.绒衣绒裤不宜贴身穿着
- 3.过敏体质忌穿羽绒服
- 4.冬天不宜穿的确良衬衣
- 5.严冬穿衣忌过多
- 6.灯光下不宜挑选衣料
- 7.橡胶雨衣忌反穿
- 8.游泳衣忌租用
- 9.领带忌勒得过紧
- 10.不宜靠戴口罩防寒
- 11.围巾不宜当口罩
- 12.防寒忌忘戴帽子
- 13.平日不宜穿运动鞋
- 14.切忌穿过瘦皮鞋
- 15.保存皮鞋不可用鞋油
- 16.夏天忌久穿长丝袜
- 17.腈纶绒线不宜用开水浸泡
- 18.沾汽油衣服忌用洗衣机脱水
- 19.领带忌用水洗
- 20.印油渍忌冷水洗
- 21.夜晚睡觉不宜关闭窗户
- 22.睡觉不宜取坐位
- 23.睡眠时棉被不宜太厚
- 24.睡觉不宜高枕

<<生活禁忌600例>>

- 25.睡觉不宜开灯
- 26.睡眠时间不宜过长
- 27.起床后不宜立即叠被
- 28.夏季不宜地面露宿
- 29.寝室内不宜多养花草
- 30.金鱼缸不宜靠近电视机
- 31.凉开水不宜浇花
- 32.新买金鱼忌急于入缸
- 33.金鱼喂料忌过多
- 34.养金鱼忌用新鲜自来水

三、医疗保健类

- 1.婴儿忌吃嚼过的食物
- 2.婴儿忌单用牛奶喂养
- 3.婴幼儿忌喝掺水的牛奶
- 4.婴儿禁忌吃蜂蜜
- 5.半岁前的婴儿忌吃蛋清
- 6.婴幼儿忌喝果子露
- 7.幼儿忌多吃菠菜
- 8.婴幼儿忌多吃动物油
- 9.婴幼儿忌多吃奶糖
- 10.新生儿不宜吃盐
- 11.忌用嘴喂婴儿
- 12.幼儿进餐忌坐姿不正
- 13.婴儿断奶忌太晚
- 14.新生儿忌“粽子包”
- 15.小女孩忌穿开裆裤
- 16.幼儿忌穿喇叭裤
- 17.夏天婴儿忌光身子
- 18.婴儿切忌用枕头
- 19.婴儿睡觉不宜口含乳头
- 20.婴儿忌保留头垢
- 21.新生儿乳头忌挤压
- 22.小儿后脑、后背忌拍打
- 23.婴儿忌久抱
- 24.婴幼儿脸蛋忌拧捏
- 25.切忌高抛婴儿逗乐
- 26.忌摇晃婴儿
- 27.婴儿忌洗澡过频
- 28.婴儿忌用药皂洗澡
- 29.幼儿过早读写不利健康
- 30.给婴儿照相忌用闪光灯
- 31.婴儿忌在厨房久留
- 32.幼儿排便忌久坐便盆
- 33.幼儿忌入托太晚
- 34.婴儿忌过分大笑
- 35.婴儿忌用滋补药
- 36.婴儿不宜使用滴鼻净

<<生活禁忌600例>>

- 37.儿童忌多食肥肉
- 38.儿童不宜多吃罐头
- 39.儿童不宜吃鸡蛋过多
- 40.儿童忌吃松花蛋
- 41.儿童不宜多吃菠菜
- 42.儿童不宜多吃乳制品
- 43.儿童不宜多吃泡泡糖
- 44.儿童不宜长期服用葡萄糖
- 45.儿童不宜多吃巧克力
- 46.儿童忌多吃爆米花
- 47.儿童不宜多吃冷饮
- 48.儿童不宜乱用补品
- 49.儿童忌喝茶
- 50.儿童忌穿健美裤
- 51.儿童忌用橡皮筋裤带
- 52.儿童忌穿皮鞋
- 53.孩子不宜睡在大人中间
- 54.小儿忌含着食物睡觉
- 55.儿童不宜睡软床
- 56.儿童不宜“睡懒觉”
- 57.儿童睡前忌被打骂
- 58.孩子不宜常在喊叫声中醒来
- 59.早晨忌斥责孩子
- 60.小孩不宜侧坐自行车架
- 61.儿童书包忌过重
- 62.教育儿童忌唠叨
- 63.儿童忌太胖
- 64.对小孩忌吓唬
- 65.儿童口吃忌训斥
- 66.孩子病愈初期忌多食
- 75.不要用不洁的手触摸化妆品
- 76.男用、女用化妆品不要混用
- 77.日妆与晚妆不要雷同
- 78.搽粉底不要过厚
- 79.搽粉底不要用力揉擦
- 80.搽化妆水不要动作粗重
- 81.不要用小儿润肤油卸妆
- 82.不要忽视影响美容的不良习惯
- 83.美容忌经常犯愁
- 84.选用香粉不要与肤色不相协调
- 85.肤色与服色忌搭配不当

<<生活禁忌600例>>

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>