

<<家居生活锦囊>>

图书基本信息

书名：<<家居生活锦囊>>

13位ISBN编号：9787531728078

10位ISBN编号：7531728079

出版时间：2012-4

出版时间：北方文艺

作者：王永军

页数：1120

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>

## <<家居生活锦囊>>

### 前言

前言 冰箱里有很重的异味，应该如何去除？

衣服上有口红痕迹，应该如何清洗？

家具划伤了，看起来很不美观，应该怎么办？

如何识别各种诈骗信息？

最近胃总是不舒服，吃点什么可以治胃病呢？

&hellip;&hellip; 生活是温馨、幸福的，也是琐碎、繁杂的，有时又是盲目混乱的。

将生活安排得井井有条、科学合理而又健康舒适，并不是每个人都能应付自如的。

生活中，每天会遇到各种事情，涉及衣食住行的方方面面。

有些人能够把生活打理得井井有条，而有些人则弄得一团糟。

生活的基础是“衣食住行”。

生活中充满了各式各样的小窍门，这些小窍门无论是关于饮食还是生活细节的，都能为人们节省不少时间和精力。

小窍门来源于热爱生活的人们，智慧的分享又让人们的生活更快乐。

本书根据现代家庭生活的需要，分门别类地为您提供了日常生活中必备的各种技巧和窍门。

本书所包含的小窍门，涉及家庭医护、养生健身、购物消费、厨艺美食、用品维护等生活的方方面面，丰富详尽、新颖实用，查阅方便。

这些小窍门都是在实践中验证过的技巧和智慧，所用的材料司空见惯、随手可得，能让您摆脱烦恼和纷扰，使家庭生活变得轻松简单。

打造健康优质的生活，需要简单实用的窍门。

您不妨自己动手，尝试一下书中的这些奇谋妙招，相信会使您受益颇多！

《家居生活锦囊》是一本荟萃了与现代人生活息息相关的新知识，新科学、新观念的健康百科全书，可以教会您生活中的方方面面，也是一本关爱自己和亲朋好友身体健康的理想科普读物。

书中总结了很多过来人的经验，汇集了5000余个生活小窍门，不仅能提高你的生活质量，还能使你省时、省钱、省力。

当你被生活中的一些琐事搞得焦头烂额之时，请别忘了随时翻阅《家居生活锦囊》。

它会使你的生活充满乐趣，一个个实用的小窍门，将会串联起你每一天的精彩生活。

贴近生活、方便生活、快乐生活，是我们编著此书的宗旨，只要热爱生活，就会不断有惊喜发现。

这里我们奉上《家居生活锦囊》，希望能够给您的生活带来帮助，带来快乐。

## 内容概要

《家居生活锦囊（2012年版）》是一本荟萃了与现代人生活息息相关的最新、最全、最实用的生活百科全书。

本书根据现代家庭生活的需要，分门别类地为你提供了日常生活中必备的各种技巧和窍门。

本书所收集的5000多个小窍门，涉及家庭医护、养生健身、室内清洁、厨艺美食、用品维护等生活的方方面面，丰富详尽，新颖实用，查阅方便。

这些小窍门都来自老百姓的生活经验，是在日常生活中验证过的技巧和智慧。

使用这些小窍门不仅能提高你的生活质量，还能为你省时、省钱、省力。

当你被生活中的一些琐事搞得焦头烂额之时，请别忘了随时翻阅《家居生活锦囊》，尝试一下书中的这些锦囊妙招，相信会使您受益颇多！

书籍目录

第一部

医部

医护常识

选药

用药

解毒

急救

自查预防

内科病症

感冒发烧

头晕目眩

咽痛咳嗽

呃逆打嗝

盗汗疲乏

头痛失眠

鼻塞打鼾

腹泻

便秘

肠胃病

肝胆病

肾病

泌尿系统疾病

高血压血糖血脂

糖尿病

心脑血管病

哮喘

气管炎

神经痛

外科病症

痔疮脱肛

出血肿痛

烧伤烫伤

虫叮蚊咬

跌打损伤

关节炎、风湿

腰酸腿痛

脖子颈椎病

骨刺

皮肤科病症

癣

斑

湿疹

痤疮粉刺

痱子

脚气脚臭

<<家居生活锦囊>>

狐臭

皮肤瘙痒

皮炎

鸡眼

冻疮

手脚皲裂

疣痣瘰子

五官科病症

眼科疾病

鼻科疾病

耳科疾病

喉科疾病

口腔科疾病

妇科病症

月经不调

痛经

闭经

白带增多

产后缺乳

盆腔炎

宫颈炎

子宫脱垂

子宫肌瘤

外阴瘙痒

乳腺炎

更年期综合征

不孕症

儿科病症

小儿厌食症

小儿遗尿

小儿流涎

小儿发热

小儿便秘

小儿腹泻

小儿腮腺炎

小儿疝气

小儿百日咳

男科病症

遗精

阳痿

早泄

睾丸炎

前列腺炎

第二部

食部

食材选购

蔬菜的挑选

<<家居生活锦囊>>

水果的挑选  
饮品的选购  
肉类的挑选  
水产品的挑选  
蛋类的挑选  
菌类的挑选  
干货的挑选  
佐料调料的挑选  
米面油的挑选  
食材储存  
冰箱储存技巧  
蔬菜的储存  
水果的储存  
肉类的储存  
水产品的储存  
蛋类的储存  
干货的储存  
豆类的储存  
饮品的存储  
米面油的储存  
食材加工  
食材清洗  
去皮窍门  
除腥去味  
刀工切法  
干货泡发  
食物烹饪  
蔬菜的烹调  
蛋类的制作  
豆制品的做法  
油炸食品的窍门  
烹调肉类的技巧  
煲出靓汤  
美味海鲜  
巧做主食  
自制小菜  
自制甜品  
自制饮品  
厨房收纳  
一般厨具及厨房的清洁  
电器类厨具的清洁与保养  
厨房物品的巧收纳  
饮食宜忌  
畜禽类  
水产类  
蔬菜类  
饮品类

<<家居生活锦囊>>

瓜果类

五谷杂粮类

生活细节方面

第三部

用部

物品的选购

技巧与维护

日常家居

家用电器

交通工具

通讯设备

贵重礼品

艺术品

化妆品

其他日常用品

衣物的选购

衣物的整理技巧

与收纳

衣物的清洗

衣物的晾晒

衣物的保养

衣物的熨烫

衣物的收纳

衣物的修补

家居的清洁与消毒

除污去垢

消除异味

灭蟑驱虫

消毒

第四部

理财

理财防范技巧

理财投资技巧

理财融资技巧

理财省钱技巧

第五部

节省

生活中的节省窍门

生活中的省水窍门

生活中节省燃气的窍门

生活中的省电窍门

物品妙用

巧用物品可节约

变废为宝省钱多

一物多用

冰块的妙用

肥皂的妙用

<<家居生活锦囊>>

醋的妙用  
牙膏的妙用  
茶叶的妙用  
砂糖的妙用  
盐的妙用  
碱的妙用  
花椒的妙用  
啤酒的妙用  
玉米须的妙用  
小麦的妙用  
花生的妙用  
芝麻的妙用  
红薯的妙用  
绿豆的妙用  
橘皮的妙用  
苹果的妙用  
梨的妙用  
萝卜的妙用  
芹菜的妙用  
茄子的妙用  
丝瓜的妙用  
冬瓜的妙用  
南瓜的妙用  
西瓜的妙用  
西红柿的妙用  
藕的妙用  
核桃的妙用  
淘米水的妙用  
樟脑丸的妙用  
香油的妙用  
小苏打的妙用

第六部

休闲  
健身  
家庭健身  
办公室健身  
旅游  
旅游的注意事项  
自驾游常识  
跟团游常识  
花卉养护  
种植技巧  
施肥  
浇水  
除虫  
宠物饲养  
养鱼



<<家居生活锦囊>>

养鸟  
养猫  
养狗  
其他宠物

章节摘录

版权页:插图:

<<家居生活锦囊>>

编辑推荐

《家居生活锦囊（2012年版）》特点：最新、最全、最实用 实用生活百科经典收藏本  
精选5000多条居家生活的锦囊妙计 从百姓中来的最实用窍门 家庭医护 养生健身 厨艺美食  
室内清洁 收纳洗涤 居家美化 用品维护 一物多用 购物消费 一看就懂，一用就会，一物多用  
贴近生活、方便生活、快乐生活 省时、省钱、省力、环保海报：

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>