第一图书网, tushu007.com

<<生活窍门日日通>>

图书基本信息

书名：<<生活窍门日日通>>

13位ISBN编号：9787538447279

10位ISBN编号：753844727X

出版时间：2010-5

出版时间：健康生活图书编委会 吉林科学技术出版社 (2010-05出版)

作者：健康生活图书编委会

页数：431

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

<<生活窍门日日通>>

前言

随着生活水平的提高和生活节奏的日益加快，人们已经开始更多地关注生活的质量，高效率和高质量的生活方式已成为人们的追求目标。
但是，在琐碎的生活中，常常有这样那样的麻烦困扰着我们，比如为什么白袜子怎么洗都洗不干净，怎样才能去掉衣服上熨斗熨烫过的痕迹，衣柜怎么摆放才能显得整洁美观，辛辛苦苦买的房子怎么样才能装修的完美，请人吃饭如何安排座位，旅途中出现腹泻该怎么办……其实，这些问题都有解决的小窍门，这些窍门虽小，却可以给我们帮上大忙。
掌握了这些窍门，可以将生活中的难题一一解决。
为了让更多的人能够游刃有余的应付生活中的诸多麻烦，成为家事高手，我们特意编写了这本《生活窍门日日通》。
本书涵盖了衣、食、住、行、玩等各个方面，多达5000个生活窍门，这些窍门都是从日常生活中长期积累的，是人们智慧的结晶，有着极高的利用价值，合理利用，我们便能轻松地应对生活中出现的各种难题，例如将麦片、乳酪和西红柿汁搅拌后均匀涂抹在脸上可以帮助恢复晒黑的皮肤，使皮肤有光泽；在衣领和袖口处均匀地涂一层牙膏，再用肥皂清洗，可使领子和袖口格外干净；将冲过的废茶叶包紧放入鞋里可以除臭；电动剃须刀可以去除衣服上的毛球和灰尘……这些窍门都充满了智慧,无不令人叹服。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《生活窍门日日通》是为了让更多的人能够游刃有余的应付生活中的诸多麻烦，成为家事高手所特意编写的。
全书涵盖了衣、食、住、行、玩等各个方面，多达5000个生活窍门，这些窍门都是从日常生活中长期积累的，是人们智慧的结晶，有着极高的利用价值，合理利用，我们便能轻松地应对生活中出现的各种难题，例如将麦片、乳酪和西红柿汁搅拌后均匀涂抹在脸上可以帮助恢复晒黑的皮肤，使皮肤有光泽；在衣领和袖口处均匀地涂一层牙膏，再用肥皂清洗，可使领子和袖口格外干净；将冲过的废茶叶包紧放入鞋里可以除臭；电动剃须刀可以去除衣服上的毛球和灰尘……这些窍门都充满了智慧，无不令人叹服。

<<生活窍门日日通>>

书籍目录

健康篇医护技巧第1章 急救自救疾病自疗与家庭保健第2章 消化系统的疾病第3章 呼吸系统的疾病第4章 内分泌系统的疾病第5章 泌尿系统的疾病第6章 循环、血管及神经系统的疾病第7章 五官科疾病第8章 外科疾病第9章 妇科疾病第10章 男科疾病第11章 儿科疾病第12章 皮肤科疾病第13章 润肤护肤第14章 瘦身塑形美食篇第1章 食材选择第2章 处理加工第3章 保鲜贮藏第4章 美食制作居家篇清洁第l章 衣物第2章 客厅第3章 厨房第4章 卫生间第5章 卧室第6章 窗户收纳整理第7章 衣物第8章 橱柜第9章 杂物服饰第10章 衣物的选购与搭配第11章 不同人群穿衣技巧第12章 穿衣遮丑技巧装修第13章 装修前要做的准备第14章 装修安全第15章 不同户型与区域的装第16章 装饰装修材料的选购第17章 选择装潢公司的妙招养车第18章 汽车省钱小窍门第19章 爱车保养第20章 乘驾第21章 爱车美容第22章 爱车维修理财第23章 精打细算第24章 智慧节能第25章 巧手妙用第26章 变废为宝第27章 妙招管理好你的“ 财出行篇礼仪第l章 社交礼仪第2章 餐桌礼仪旅游第3章 自驾出游常识第4章 外出旅游常识第5章 旅游防病妙招第6章 出境旅游常识宠物园艺篇第1章 家庭园艺第2章 宠物

章节摘录

插图：急性肺炎急性肺炎是指肺实质发生的急性感染性病变，可由多种原因引起。
突起寒战，继之高热，体温最高可达39℃－40℃，常伴有头痛、咳嗽、咯痰，胸痛、呼吸困难等症。
急救方法卧床休息，注意保暖，多喝水，补充足够的蛋白质和维生素。
控制感染源，保持呼吸通畅，增强机体免疫力。
哮喘哮喘全称为支气管哮喘，是指由于过敏原或非过敏原因素引起的气管痉挛的慢性炎症。
典型表现是反复发作性的呼气性呼吸困难。
常表现为咳嗽、咯痰、呼吸困难，并对尘埃、花粉、动物毛发等物会产生过敏反应。
另外，剧烈运动和情绪激动也可引发哮喘。
急救方法应就近休息，稳定病人情绪，立即吸入B。
受体激动剂，也可用手指按压合谷穴、风池穴、天突穴，并用力做几次吞咽动作数次，都可以缓解病情。
呼吸困难呼吸困难是指患者自觉呼吸费力，并出现呼吸的频率、深度和节律的改变。
由多种原因引起的呼吸困难，或伴有干咳。
急救方法嘱患者坐位或半卧位，保持下肢下垂，减少血液回流以减轻心脏负担，稳定患者情绪，保持室内通风良好，清理患者口鼻中的异物，可适当给予解痉平喘药物，病情严重者要及时送入医院。
癫痫癫痫是一种以短暂性中枢神经系统功能失常为特征的慢性脑部综合征。
癫痫发作的临床表现可分为部分性发作和全面性发作。
部分性发作又有单纯部分性发作和复杂部分性发作之分。
单纯部分性发作一般不超过1分钟，是简单的运动、感觉或神经症状，发作时意识存在，能复述细节。
复杂性发作表现为发作起始出现错觉、幻觉或恐惧等精神症状，发作时间不定，对外界刺激无反应，不能复述细节。
全面性发作以丧失意识和全身对称性抽搐为特征。
表现为忽然倒地、意识全无、颈项强直、角弓反张等。
急救方法如遇到此类患者，首先要防止患者跌伤，解开衣领，保持呼吸通畅，将毛巾或手帕放于牙齿之间，以防患者咬伤舌头，将患者头歪向一侧，使口腔分泌物自行流出，刺激患者的人中、涌泉、足三里等穴位对患者症状有所帮助。

编辑推荐

《生活窍门日日通》编辑推荐：先将油烟机表面喷上清洁剂，再把纸巾敷在表面，然后用清洁剂彻底喷湿，待污垢溶解并附着在纸巾上清除即可。
绿茶不仅能抗癌，还能加快新陈代谢。
每天喝3次绿茶或绿茶萃取物，可以多燃烧200焦热量，一年可以减掉2.5千克脂肪。
新买的土豆放在阴凉处把外皮晾干，再用袋子装起来放在干燥处，温度在5°C左右为宜。
泡过的废茶叶可以用做冰箱内的除臭剂。
不经常使用的皮带，可以卷起后用绳子系好放在盒子里，用以延长使用寿命。
客厅墙壁上某些油脂类的污渍可以选择用酒精来擦拭。
〈br〉覆盖医、食、住、行、玩生活中所涉及到的各个方面，增添汽车、装修、股票等现代社会新兴元素，应用保鲜膜、收纳箱等常见物件的新妙招诠释老问题。

第一图书网, tushu007.com

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