

<<完全图解野外求生宝典>>

图书基本信息

书名：<<完全图解野外求生宝典>>

13位ISBN编号：9787544240314

10位ISBN编号：7544240312

出版时间：2008-5

出版时间：南海出版社

作者：（日）|原玲，（日）成田式部 著，萧晓萍 译

页数：224

译者：萧晓萍

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>

## <<完全图解野外求生宝典>>

### 内容概要

本书不仅是本野外求生指南，还是本野外生活趣味大全；不仅教你解决野外的衣食住行问题，让你的野外之行畅通无阻，还带你领略野趣野味，体会大自然的神秘。

本书打破野外生存手册复杂的传统讲解方式，以明了易懂的图解形式使枯燥的求生技能简单化、趣味化。

详细介绍了分辨方向、找水、生火、觅食、安营、求救的方法，以及常见病的预防和治疗等基本知识，还介绍了诸多妙趣横生的小窍门，用手表辨别方向，用头发预测天气，用镜子通讯，用竹竿制作野外生活用品，用杂草做鞋，用绳结和毛巾急救疗伤。

更教你如何观察动物、如何捕捉昆虫等使野外生活增添色彩的技能。

<<完全图解野外求生宝典>>

作者简介

作者：(日本)梶原玲 (日本)成田式部 译者：萧晓苹

## <<完全图解野外求生宝典>>

### 书籍目录

#### 第1篇 快乐健行

##### 健行的种类

以学习为目的的健行

以健康和兴趣为目的的健行

以训练为目的的健行

以亲子同乐为目的的健行

##### 以短途登山的装备

##### 健行的装备

应急装备的小妙方

##### 野外迷失时辨别方位的方法

观察周围的事物分辨南北

观察远方事物分辨南北

以日出日落分辨东西

以手表和太阳的位置分辨北方

以日月的移动分辨东南西北

以月亮的形状分辨东西南北

找到北极星就可以找到北方

无名星辨别方位法

##### 安全步行的基本法则

列队的方法

安全的步行法

穿越草丛的方法

如何攀登山岩

如何渡过山溪

节省体力的步行法

##### 不同地形有不同的步行方法

##### 利用各类地标确认所在位置

##### 活用地图

寻找所在位置与目的地的方法

找寻道路

测量距离

注意道路四周的环境

注意方位

注意高度

观察河谷和山脊

##### 补正磁针偏角的方法

简单补正偏角的方法

以量角器补正偏角的方法

使用附有补正偏角功能的指南针

##### 野外健行的礼仪

#### 第2篇 快乐露营

##### 露营的种类

依天数不同而举办的露营

依人数不同而举办的露营

依目的不同而举办的露营

## <<完全图解野外求生宝典>>

- 依住宿设定不同而举办的露营
- 依行动方式而举办的露营
- 依目的不同而举办的露营
- 有关帐篷的基本认识
  - 帐篷的种类
  - 帐篷的各部位名称
- 帐篷的搭盖与收取方法
  - 帐篷的搭盖法（一人搭盖时）
  - 帐篷的收取法
- 适合搭帐篷的安全场所
- 不适合搭帐篷的场所
- 适合搭帐篷的场所
- 无帐篷的野营法
- 如何使用毛毯保暖
  - 毛毯的包裹顺序
  - 2条毛毯的使用方法
- 睡袋的使用方法
- 没有毛毯和睡袋时的保暖方法
- 照明器具的使用
  - 手电筒
  - 火把
  - 煤油灯
  - 蜡烛
- 野外洗澡与洗衣的方法
  - 利用“连通管原理”淋浴的方法
  - 充满野趣的露天温泉
  - 洗衣的方法
- 垃圾的处理方法
  - 如何丢垃圾
  - 如何处理污水
- 野外如厕法
  - 各种便器和便槽的制作法
  - “屏风”的做法
- 营火的木柴和火堆
  - 火堆的制作法
  - 木柴的制造法
  - 如何搭设营火的柴堆
- 第3篇 野外饮食法
  - 如何搭设炉灶
    - 如何选择适合搭设炉灶的场所
    - 大石头堆成的炉灶
    - 土洞挖成的炉灶
  - 能快速生火的炉灶
  - 木柴的收集
    - 收集点火用的落叶和枯枝
    - 收集煮饭用的木柴
  - 木柴的整理与保管

## <<完全图解野外求生宝典>>

- 收集来的木柴依用途加以分类整理
- 潮湿的木柴如何处理及保管
- 如何生火
  - 生火前先造火床
  - 点火的顺序
- 如何维持火力
  - 火势变小时
  - 如何维持强火
- 如何在雨天、雪地、冰上、强风处生火
  - 不同地点不同的火床造法
  - 强风时如何生火
- 没有火柴时怎么点火
  - 准备易着火的火种
  - 利用身边现有的物品点火
  - 其他点火器材
  - 利用枯树枝摩擦点火
- 使用火后的善后工作与应急处理
  - 生火后的善后工作要确实执行
  - 如果不慎草地着火时
  - 被火或热汤烫伤时的处理方法
- 饭盒的使用方法
- 吊饭盒或锅子的方法
  - 先做支柱
  - 饭盒或锅子的吊挂法
- 高山煮饭的方法
  - 盖紧锅盖煮饭
  - 煮稀饭的方法
- 饶富野趣的野炊
- 如何烹调捕来的鱼
- 不用锅子煮食的方法—充满野趣的烹调法
  - 煮汤
  - 炒（或煎）
  - 烤（用火、木炭、热石头、热砂等）
  - 蒸
  - 煮
  - 熏制
  - 风干
  - 储藏
- 利用竹子做成的日常用品
  - 制作竹筷的方法
  - 制作竹签或火筷子
  - 制作各种食器
  - 制作煮饭吊杆
  - 编竹帘、做竹桌或竹床
- 水源的寻找与收集
  - 寻找水源
  - 收集大自然的水源

## <<完全图解野外求生宝典>>

缺水时如何造水

用雪造水

用冰造水

海水如何变成饮用水

如何将地底的水抽出

浊水如何变清水

挖洞法

沉淀法

过滤法

如何分辨并消毒有毒水

如何判断有毒水

水的消毒方法

第4篇 如何取得食物

食物不足时, 如何设圈套捕捉猎物

原始的圆形圈套

将猎物吊起的圈套

以重物击中猎物的圈套

引猎物掉入洞穴内的圈套

简单型圈套

食物不足时如何捕鱼果腹

抓鱼法

刺鱼法

钓鱼法

捞鱼法

编鱼网抓鱼法

以竹帘抓鱼的方法

山中可吃的水果

第5篇 接近大自然 ( 如何欣赏鸟及野外通讯法 )

赏鸟的基本知识

赏鸟所需的装备

如何靠近并观察鸟类

如何记录鸟类的叫声

鸟类的记录与分辨方法

找寻野鸟出没的场所

农村与乡间常见的鸟类

稻田和水边常见的鸟类

湖泊和沼泽常见的鸟类

海边和湖边常见的鸟类

远洋和外海常见的鸟类

森林、山谷、溪流常见的鸟类

高原、冰山、高山常见的鸟类

昆虫的采集方法

使用网子的采集法

利用亮光的采集法

利用诱饵的采集法

利用水和网子的采集法

其他采集法

## <<完全图解野外求生宝典>>

各种幼虫的采集法

植物的采集法

主要的采集用具

挖掘植物根部的方法

摘取植物的方法

需要特殊采集法的植物

依足迹和影子分辨动物的方法

动物踏过雪地和泥土的足迹

黄昏空中飞鸟的踪影

野外山中常见的动物踪影

自古以来沿用的通讯方法

狼烟是最普遍的方法

山区人民常使用的指示信号

追踪讯号

经常与同队伙伴保持联络

无线电对讲机使用法

摩尔斯讯号

世界通用的紧急讯号

“3”是表示紧急的数字

SOS讯号

国际航空公司通用讯号

无道具时测量距离的方法

步测法

目测法

### 第6篇 结绳法

结绳的基本知识

两条绳的结法

捆绑相同大小物品的结绳法

捆绑柔软物品的结绳法

易滑动绳索的结绳法

绳索粗细不同，且易滑动时的结绳法

依绳索不同部位而变化的结绳法

用绳索两端打结固定的结绳法

在绳索中央打结固定的结绳法

用绳索攀爬山崖的结绳法

搭帐篷的结绳法

使绳结更为牢固的结绳法（附注·竹筏的编结法）

绳圈的结法

大小固定的绳圈

可改变大小的绳圈

可套住物品的绳圈

救人的结绳法

将受伤患者吊起或吊下的结绳法

帮助伤患的结绳法

露营时常用的结绳法

编吊床的结绳法

利用结绳法制成的工具



<<完全图解野外求生宝典>>

防止绳端散开的方法

以细绳固定防止绳索散开的方法

将散开的绳索重新编织

将绳子打结的方法

整理绳索的方法

草绳的编法

草鞋的编法

第7入世 气象观测（天气预测）

气象观测的基本知识

冷锋来袭前的天气变化

基本名词

锋面云层的分布

暖流来袭前的天气变化

基本名词

暖流的云层分布

台风来袭时的天气变化

台风眼的方位和风向

依照云层的变化观测天气

十种云层的基本变化

云的形状和天气预测

山中气候的特征

山风的特征

山中气温的特征

山中云雾的特征

山雨的特征

用古人流传的方法预测天气

依天候变化预测天气

根据动物的活动预测天气

根据植物的变化预测天气

以周围物品的变化预测天气

第8篇 紧急处理

迷路时的处理方法

遇到地震、大雨时的处理方法

遇到水灾的求救方法

向暴涨河流中的沙洲丢绳索的方法

利用木筏横渡急流的方法

在小河上架桥的方法

打雷时的处理方法

测量打雷距离的方法

不被雷电击中的方法

遇到毒蛇猛兽时的处理方法

熊

百步蛇

蜜蜂

蚊子

野狗

虱子

<<完全图解野外求生宝典>>

- 水蛭
- 鲨鱼
- 水母
- 生病时的急救法
  - 感冒
  - 头痛
  - 贫血
  - 牙痛
  - 食物中毒
  - 腹痛
  - 腹泻
  - 便秘
  - 流鼻血
  - 起疹子
  - 擦伤
  - 烫伤
- 一般的急救方法
  - 异物飞入眼睛
  - 耳中有异物时
  - 喉咙有异物时
  - 指甲脱落或有异物刺入
  - 磨破脚
  - 脚部起水泡
- 各种止血法
  - 止血的方法(种)
  - 各部位止血点
- 绷带的包扎法
  - 同一个部位环绕包扎的方法
  - 螺旋包扎法
  - 折回绷带的卷法
  - 8字形包扎法
  - 反复来回包扎法
- 三角巾的使用法
  - 大三角巾的使用法
  - 三角巾折叠后的使用法
- 绷带和三角巾的制作法
  - 用毛巾或包巾制作长绷带
  - 三角巾的制作法
- 扭伤·脱臼的急救法
  - 扭伤的急救处理
  - 脱臼的急救处理
- 骨折急救法
- 搬运病人的方法
  - 一个人搬运时
  - 二个人搬运时
  - 多人搬运时
- 使病人保持安静的方法和简易担架制作法

<<完全图解野外求生宝典>>

保持安静的卧姿

简易担架制作法

第9篇 如何防止夏季与冬季的意外事件

中暑和中热衰竭的预防

中暑

中热衰竭

溺水事件的处理

如何搭救溺水者

溺水昏厥者的急救法

人工呼吸和心脏按摩

人工呼吸的方法

心脏按摩

有关雷中和冰上发生的意外

行走在冰雪中易发生的事故和预防方法

冰上易发生的事故和预防方法

雪崩时易发生的事故和预防方法

冰川的意外事故和预防之道

在易滑倒的雪地中行走的方法

以“踢或踏板”的方法步行雪道

拐杖（木棒）的用法和拿法

在斜坡上滑倒时的刹车方法

有关冻伤和冻死的处理

冻伤

冻死

如何躲避大风雪

<<完全图解野外求生宝典>>

章节摘录

插图：

<<完全图解野外求生宝典>>

编辑推荐

<<完全图解野外求生宝典>>

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>