

<<图解野外生存手册>>

图书基本信息

书名：<<图解野外生存手册>>

13位ISBN编号：9787801959492

10位ISBN编号：7801959493

出版时间：2009-5

出版时间：李卫、马星九州出版社（2009-05出版）

作者：李卫 著

页数：319

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>

## <<图解野外生存手册>>

### 前言

在人类的历史上，我们的祖先曾长期生活在荒野之中，以山川河流为家，与飞禽走兽为伍；凭着本能，与饥饿、寒冷、毒虫、猛兽以及各种自然灾害作斗争。

今天，人类社会进入文明时期，一座座城市平地而起，人们逐渐远离山野，远离大自然，不再为衣食住行发愁，不再为人身安全担忧。

城市为人们的生活提供了各种保障，人们不再需要记住野外生存的各种技能。

然而，人类与大自然是无法分割的：一些人由于职业的原因，需要长期在野外探险与生活；而对于普通人来说，喧嚣的都市生活和高节奏的工作压力，使得人们在繁忙之余，更乐于投身大自然的怀抱，呼吸清新的空气，释放郁积的心情，欣赏绮丽的风光，体验探奇的情趣。

随着日益发达的交通及通讯，人们的活动范围在不断扩大，无论你是一个探险家、地质勘探者、摄影家、旅行家、军人，还是一名普普通通的城市居民，都有可能置身于荒僻的野外。

因此，对于一个习惯了城市生活的现代人来说，野外生存并非一个与己无关的话题。

所谓野外，即远离人烟的地带，可以是山地、旷野、高原、沙漠，也可以是海洋、岛屿、极地或原始森林。

而野外生存，并不是指人们日常生活中的户外活动，也不是指人们在吃、穿、住、行都不用发愁的地方进行的野外活动和一般旅游，而是指在没有任何生活基础设施的野外谋求生存。

当我们身处野外时，可能会遇到各种始料未及的事情：水和食物的缺乏、迷失方向、恶劣天气、疾病与伤害、意外事故、自然灾害……如何能够在野外安全地生存下去，这是我们必须考虑的问题。

充分的准备，是保证野外生存中人身安全的重要前提。

这些；佳备主要包括：野外生存装备、野外生存的必需技能以及良好的身体状况和心理素质。

只有做足了以上准备，在野外环境中才能驱灾避难、有惊无险：在遇到各种困难和危险时，才能从容面对，而不是惊慌失措、束手无策。

## <<图解野外生存手册>>

### 内容概要

《图解野外生存手册》针对不同的气候、地形、环境等，全面系统地讲解了野外生存时必备的各项知识，包括灾难自救、野外生存装备、营地的搭建、饮水的采集和净化、食物的获取、在不同环境中行进、野外急救、求救与营救等。

书中各种生动形象的图解手法，让您在轻松阅读的同时，了解并掌握各种野外生存的方法和技巧。

随着时代的进步，人类活动的范围比以往更广，出行的频率也大大增加，任何人都不敢保证自己不会在某一刻落难于野外，置身于孤立无援之地。

如果这种情况发生，你该如何去面对——是在绝望中苦苦等待奇迹的发生，还是利用自己的头脑和双手为自己开辟出一条求生之路？

我想任何一个聪明的人都不会选择坐以待毙。

因此，每一个人都应该掌握一定的野外求生技能。

## <<图解野外生存手册>>

### 书籍目录

编者序第1章 野外生存装备1.衣物2.帐篷3.背包4.睡袋5.工具6.急救包7.其他准备8.绳索第2章 野外扎营1.选择营地2.搭建帐篷3.庇身场所4.露营生活第3章 野外饮食1.饮水的解决2.食物的来源3.捕猎动物4.烹制食物第4章 野外行进1.定位与辨向2.天气预测3.徒步行进4.驾车行进第5章 野外急救1.野外急救方法2.常见疾病的防治第6章 求救与营救1.求救信号2.搜寻3.水中救生第7章 海上生存1.海上漂流2.海上饮食3.海上安全附录 灾难自救1.地震2.火灾3.水灾4.雪灾5.滑坡6.泥石流7.台风8.沙尘暴9.海啸10.雷电11.火山12.雪崩13.交通事故14.核化事故

## <<图解野外生存手册>>

### 章节摘录

插图：第1章 野外生存装备1.衣物一、着装原则（1）保持干净：保持衣物干净一方面是考虑到卫生和舒适，另一方面是因为干净的衣服可以储藏不流动的空气，并由此提供很有价值的隔离层。而脏衣服就会大大降低其隔热性能。

（2）避免太热：要适当调节自己的衣服，不要使自己太热而出汗。

因为吸了汗的湿衣服会丧失隔热性能。

（3）宽松且分层：衣服穿得太紧会减少衣服之间的空气储藏，降低衣服的隔热功效。

同时，穿上多层的衣服比穿一件厚衣服要好得多，并且，这样着装能让你在旅行期间，随着气温的变化，方便地穿衣服、脱衣服。

（4）保持干燥：衣服打湿后，就会失去它的隔离作用。

一定要保持内层衣服的干燥，避免其被汗水弄湿。

一旦衣服弄湿了，要尽快将其弄干，可以用火烤干或在阳光下晒干。

（5）检查：每天检查衣服，看有没有破损处和弄脏的地方等。

（6）修补：如果衣服有裂口和破损的地方，要尽快修补，防止衣服破损更严重。

（7）备用服装：如果你要做长途跋涉或远足，至少要准备一套备用服装。

二、内衣野外活动着装首选排汗内衣。

内衣是基本的保暖层，内衣的保暖首先取决于它的排汗性能。

即使是在炎热的夏季，在阴凉、有风、高海拔等环境下，汗湿的衣物也会让你感到寒冷难耐。

纯棉质的内衣因为吸水性强，一旦吸汗变湿就不易干燥，尤其是在高寒地区，吸满汗水而又久不能干的内衣会让你十分难受，严重时甚至会导致生病。

化纤内衣虽然利于通风和晾干，但如果含有过多的化纤成分，行走久了人便会有有一种燥热的感觉，有时皮肤还会有很强的灼热感甚至是刺痛感。

## <<图解野外生存手册>>

### 编辑推荐

《图解野外生存手册》讲述了：西点军校：学员从“立正”开始，就必须接受野外生存训练。教你学会在各种险恶处境中的求生之道。

野外求生技能的全面解读，个人安全保障的必备手册。

从衣、食、住、行、自救与营救等方面，系统讲解野外生存的原则和方法。

900幅生动的手绘插图，详细展示野外生存方法的细节与要领。

实用全面，直观明了，轻松掌握野外生存知识。

<<图解野外生存手册>>

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>