

<<不可不知的生活常识>>

图书基本信息

书名：<<不可不知的生活常识>>

13位ISBN编号：9787560149653

10位ISBN编号：7560149650

出版时间：1970-1

出版时间：吉林大学

作者：张德玉

页数：373

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>

## <<不可不知的生活常识>>

### 前言

人或生物的各种活动都被称之为生活，它的范围之广可以包含我们这一生中所遇到的所有的一切事情，衣食住行，学习娱乐，就连情感状态，情绪变化，都属于生活的一部分。

由此可见，我们的生活有多么丰富，其舞台是多么的广阔。

然而也因其丰富，也因其广阔，而有着千奇百怪的问题，就像一个无穷无尽无解的方程式，有演绎的快乐，也有无解的困扰。

在平时看起来不起眼的小事，真到用时，便恨自己生活常识缺乏，特别是在快节奏的现代生活中，时间宝贵，不容你慢慢腾腾地纠缠于小事，可这些点点滴滴却又是不能忽视的。

生活千姿百态，问题层出不穷。

比如：如何鉴别白金首饰？

如何识别服装型号？

如何根据自己的体型选择服装色彩？

如何清除衣物上的茶、咖啡渍、果汁渍？

如何鉴别陈茶、新茶？

如何储存大米？

饮食有哪些适宜与禁忌？

女性怀孕之后，身体会有哪些变化，该如何适应这些变化？

有了宝宝之后，该如何给宝宝洗澡喂奶？

怎样知道婴幼儿发育是否正常？

怎样培育一个聪明可爱的宝宝？

男人和女人在美容保健方面有何不同？

中老年人怎样保持身心健康？

有了小病，怎样自我诊断、治疗？

你知道日常急救常识吗？

知道怎样保护自己和家人的安全吗？

能够正确地使用日常药品吗？

外出遇到紧急情况，该打哪些求救电话？

你知道购买经济适用住房须办哪些手续？

如何签订家庭装修合同？

如何挑选合适的家具？

你需要了解哪些电脑、网络常识？

你知道怎样保养自己的爱车吗？

用心生活的人们，在日常点点滴滴的小事中，善于观察和学习，于有心或无意间得来经验，了解常识，可以让自己的生活变得轻松，更加充满乐趣。

《不可不知的生活常识》就是这样一本包罗生活万象的书，从实践中总结出的最常见、最常用的生活常识，包括服装服饰、饮食、育儿、美容、养生、日常急救，还有医药常识、安全常识、家电常识、居家常识、电脑常识、交通常识、旅游常识、理财常识等等。

这些都是些生活常识性的问题，说大不大，说小不小，但却是五花八门，平时想了解又难以查找，为此我们将它搜集并编辑成册，以便您在遇到问题时随时查询。

轻松解决生活中的问题。

希望这本书能给你带来一些阅读的乐趣，能为你的生活带来一些便利，让你的生活更加快乐惬意！

## <<不可不知的生活常识>>

### 内容概要

《不可不知的生活常识》就是解决这些小问题的书。我们从实践中总结出了最常见、最常用的生活常识，包括服装服饰、饮食、育儿、美容、养生、日常急救。还有医药常识、安全常识、家电常识、居家常识、电脑常识、交通常识、旅游常识、理财常识等等，将它搜集并编辑成册。以便您在遇到问题时随时查询，轻松解决生活中的问题。

## &lt;&lt;不可不知的生活常识&gt;&gt;

## 书籍目录

服装装饰世界著名服装品牌世界品牌服装之一：Christian Dior（克里斯汀·迪奥）世界品牌服装之一：Fendi（芬迪）世界品牌服装之一：Yves Saint Laurent（伊夫·圣罗兰）世界品牌服装之一：Armani（阿玛尼）世界品牌服装之一：Chanel（香奈儿）世界品牌服装之一：Moschino（莫斯奈诺）世界品牌服装之一：Louis Vuitton（路易·威登）世界品牌服装之一：Gianni Versace（范思哲）世界品牌服装之一：Gucci（古驰）世界三大西装流派世界三大西装流派之一：美国型世界三大西装流派之一：欧洲型世界三大西装流派之一：英国型世界八大皮具品牌世界十大名表品牌世界六大丝巾品牌服饰选购如何给孩子买衣服如何选购领带衣服的型与号保暖内衣有哪些如何选购内衣女士如何选择内衣的颜色女士如何选择内衣的款式女士如何选择保暖内衣如何选购围巾如何选购帽子女士如何选择提包首饰鉴别白金首饰的标记如何鉴别白金首饰计算K金中纯金含量的常识如何鉴别和田玉如何鉴别翡翠如何鉴别钻石首饰如何鉴别宝石肉眼鉴别宝石四忌如何通过硬度鉴别真假水晶石如何鉴别玛瑙世界著名的手表品牌如何选购手表面料鉴别怎样鉴别服装面料如何识别纺织品标记如何识别服装型号如何识别粗纺呢绒面料的标签进口鞋鞋号换算常识纯棉织物的特点涤棉布的特点粘胶纤维织物的特点涤纶混纺呢绒的特点腈纶混纺呢绒的特点棉纶混纺呢绒的特点粘胶丝织物的特点涤纶长丝织物的特点精纺纯毛面料的特点粗纺纯毛面料的特点粘胶人造毛混纺呢绒的特点真丝绸的特点麻织物的特点服装搭配如何穿出浪漫气质如何穿出高雅风度女士着装有哪些原则职业女士如何着装如何穿泳装更美正式场合的着装要求外出及参加宴会、访亲会友时着装要求情侣共处时的服装选择如何根据自己的体型选择服装色彩打领带的技巧领带的搭配技巧牛仔上衣的选择与搭配牛仔裙的选择与搭配西装穿着五要领男士穿着西装的原则大臀围者如何着装女士穿内衣的礼节女士应注意的穿衣礼仪高级衬衫适合什么时候穿职业休闲衬衫适合什么时候穿休闲居家衬衫适合什么时候穿怎样让衣裤合理配套如何穿才能突出个性休闲T恤如何搭配帽子如何与服饰搭配与职业装最相配的首饰隆重场合如何佩戴首饰休闲场合应如何着装巧用腰带变造型秋天优雅套装的搭配法白领丽人如何进行服饰搭配裙子与袜子的完美搭配如何让旧衣穿出新意如何穿着旗袍冬季衣饰的搭配技巧矮胖女士的穿衣技巧穿丝袜有哪些讲究春季养生的六要素怎样减轻与预防春困如何调节饮食驱赶春困春季养生如何进补春季饮食分哪三个阶段入春后的饮食养生三原则春季三餐应吃什么春季养生法：伸懒腰花对人的保健有什么作用香气为何对人的情绪有影响春季喝茶有什么效用春季养生之蜂蜜水的效用春季家庭保健应注意什么春季健身如何结合季节特点适合春季的养生运动———保健操春季谨防四种疾病春天哪些人群应注意感冒春季预防多发性头疼老年人春季养生保健法适合老人的春季养生偏方夏季养生夏季养生的膳食结构夏季养生如何做到静心安神夏日如何防治“内火”夏季早餐不宜吃冷食夏季气候如何防止“伤”情感夏季不宜凉水洗脚夏日如何养心夏季最佳蔬菜———苦味菜夏季最佳肉食———鸭肉夏季最佳饮料———热茶夏季最佳营养素———维生素E夏季最佳运动———游泳夏季最佳服色———红色最佳取凉“设”———扇子起睡定时———夏季最佳保健措施夏日喝水有哪些讲究夏季喝水时间表夏季如何养阳暑热期应注重养护肝夏季别让脚“中暑”夏季警惕缺水性头痛夏季防暑应回避的误区吹空调的禁忌夏季养生忌“以冷抗热”人为什么爱出汗夏季不宜怕出汗消暑生津的药露怎么做夏季怎样防治热痉挛夏季如何防治热伤风夏季中暑是什么原因高温季节如何防中暑细菌性痢疾的防治不宜乱服止泻药夏日如何预防“冰箱病”夏天如何防痱子晒伤与光敏性皮炎有何不同夏季过敏性皮肤病的防治潮湿季节如何防湿疹如何预防食物中毒夏天不宜久坐木椅夏季喝冰饮料为何易中暑夏季如何止痒夏季巧用藿香正气水秋季养生“秋乏”是怎么回事秋季到了天凉了注意什么秋季睡眠注意“八忌”“多事之秋”如何养生“悲秋”是怎么回事秋季注重如何调剂精神秋季为何易抑郁秋季养生防抑郁秋季如何有个好心情秋季怎样进行合理补钙秋季进补的禁忌立秋以后调理“三忌秋补四大宝”秋天应该多吃些什么秋季养生最关键的一点“先秋养阴法”有什么功效秋季补粥有哪些秋季如何补脾益肺秋季保健为何拒绝秋膘秋季养生如何防肺疾秋季养生如何防胸痹秋季养生如何防肤损秋季养生如何防感冒秋季养生如何防水雾秋季养生如何防伤胃秋季养生防寒腿怎样正确理解“秋冻”秋季养生应预防为主秋季如何减肥如何预防秋季腹泻秋季如何预防时令病秋季如何运动健肺

## &lt;&lt;不可不知的生活常识&gt;&gt;

秋季锻炼要“四防”；冬季养生冬季养生的特点冬季的饮食原则冬季切忌动辄大补冬季进补的方法老年人冬季如何进补冬天怎样增加营养冬季如何健身冬季保健五不宜冬季养生忌衣物过厚冬季养生忌戴围巾口罩冬季养生忌食麻辣过多冬季养生忌喝酒为抵寒冬季养生忌紧闭门窗冬季养生忌蒙头大睡冬季养生忌常开空调冬季养生忌洗脸用热水冬季养生忌高温洗澡冬季有三件事不要轻易做冬日生活的四点禁忌“寒头暖足”；胜吃药冬季“三暖”；指的是什么冬天的早晨不宜洗头如何防治冻疮天冷如何防脑出血冬季如何预防风湿病用热水袋来取暖更健康冬季早睡早起调养精神怎样预防秋冬瘙痒养生流感季节多喝红茶水果与养生苹果的妙用木瓜的妙用西瓜的妙用梨的妙用芒果的妙用猕猴桃的妙用菠萝的妙用荔枝的妙用柠檬的妙用龙眼的妙用柿子的妙用香蕉的妙用番石榴的妙用甘蔗的妙用甜瓜（密瓜）的妙用枣的妙用无花果的妙用西红柿的妙用樱桃的妙用葡萄的妙用水蜜桃的妙用柚子的妙用橙柑橘的妙用南北杏的妙用吃水果要挑对时间吃水果减肥的禁忌吃水果不宜吃残留农药除秋燥多吃种水果适宜有车族吃的水果适宜运动族吃的水果适宜服务族吃的水果适宜电脑族吃的水果适宜虚弱族吃的水果适宜冠心病、高脂血症患者吃的水果适宜肝炎患者吃的水果日常急救意外急救烧（烫）伤的急救强酸强碱烧伤的急救出血的紧急救治方法包扎基本要领鼻出血急救法洗澡时突然晕倒急救法日射病急救法高空坠落的急救毒蛇咬伤的急救狗咬伤的急救蜂螫伤的急救蜈蚣咬伤的急救猫鼠咬伤的急救毒虫叮咬伤的急救晕车晕船救治办法中暑的急救方法眼有异物的急救咽喉异物的急救溺水的急救方法嬉水时意外事故的急救扭伤的急救踝关节扭伤的急救关节脱位的处理疾病急救不省人事的急救休克的紧急处理措施脑贫血休克的急救脑溢血休克的急救中暑休克的急救心脏病患者休克的急救脑贫血的急救心绞痛急救法低血糖症急救法消化道出血的急救法急腹症的急救法高血压危象的紧急处理家庭急救一般食物中毒芦荟中毒的急救豆角中毒的急救马铃薯中毒的急救鱼胆中毒急救方法毒蘑菇中毒急救方法误食果仁中毒的急救有机磷食物中毒急救方法亚硝酸盐中毒的急救桐油中毒急救方法白果中毒急救方法肉毒杆菌食物中毒的急救手指切伤如何处理指甲受挫如何处理酒精中毒的急救方法医药常识血型什么叫血型什么叫RH血型什么叫稀有血型血型能变吗人类的血型有多少种人体内血液的总量血型与疾病有什么关系常见疾病的征兆甲状腺功能减退的早期征兆乳腺癌的早期征兆宫颈癌的早期征兆葡萄胎的早期征兆糖尿病的早期征兆急性脑血栓的早期征兆冠心病的早期征兆肺癌的早期征兆高血压发病有什么特点高血压有哪些并发症高血压预防和治疗的点什么是冠心病家庭用药什么是药物药物是怎样分类的什么是药物的半衰期如何选择家庭备药家庭备药有哪些种类家庭贮存药品注意事项使用家庭备药不宜太随便消炎药不等于抗菌药创可贴不可随意用择时服药事半功倍为什么要讲究服药姿势服药时间为什么有些药片不能掰开吃如何正确使用滴眼液如何正确使用滴耳液如何正确使用滴鼻剂如何正确使用栓剂如何正确使用气雾剂如何识别假药常用药品有效期的期限什么叫伪劣药品怎样阅读和理解药品说明书药品说明书中的“适应症”指什么怎样作药物的过敏实验?服用药物越多，疗效就越好吗?为什么有些药在药店买不到为什么许多皮肤病需要忌口怎样区分感冒和过敏咽喉肿痛时应注意些什么止咳药不宜在睡前吃服扑热息痛不可饮酒如何识读医生的处方安全常识急救常用应急号码如何拨打“110”、“119”、“120”；报警服务电话拨打“110”、“119”；应注意的问题如何拨打“110”、“119”；火警报警电话拨打“110”、“119”；应注意的问题如何拨打“110”、“119”；交通事故报警电话如何拨打“110”、“119”；医疗急救求助电话家庭电、气、水、火事故应急处理停电事故应急处理电梯故障应急处理燃气事故应急处理供水事故应急处理家庭失火应急处理油锅灭火液化气罐灭火电器灭火家庭火灾的防范谨防电器问题诱发火灾提防煤气、液化气、天然气诱发的火灾警惕意外情况诱发的火灾家用电器使用的防火电热炉具防火措施电热取暖器的防火措施空调器防火措施电视机防火措施电冰箱防火措施电气照明的防火液化气炉灶防火措施煤气炉灶防火措施天然气炉灶防火措施厨房炊事防火措施吸烟防火对小孩玩火的防火措施驱蚊防火如何正确使用煤气安全用气“八不”；家庭火灾的处置与自救在家中被火围困时的逃生方法灭火时注意事项火灾逃生注意什么几种烧伤自救的办法烧伤自救应注意的事项特殊物质烧伤自救注意事项什么属于易燃物品有效扑灭身上火焰的措施家庭中毒急救食物中毒应急要点防食物中毒要点食物中毒怎么办食物中毒防治措施食物中毒应急措施煤气中毒应急要点农药中毒应急要点居家安全防盗常识应有哪些安全意识居家安全的要点谨防入室抢劫盗窃与抢劫有哪些手法注意盗窃案多发时间如何防盗老人家庭如何防盗孩子独自在家如何防盗孩子独自在家防贼应对招数如何应对盗窃和抢劫情况外出安全常识遇到街头抢劫的应急办法应对街头抢劫的安全防范遭遇绑架的应急要点人质劫持情况应对球场骚乱事件的应对公众场所险情的应急处理爆炸

## &lt;&lt;不可不知的生活常识&gt;&gt;

事件的应对遇到恐吓威胁怎么办乘公交车外出防偷逛商场防偷马路边如何防偷坐火车防偷办公室防偷“偷”自动取款机前防盗如何防范抢劫案的发生被歹徒盯上怎么办行路安全常识乘车如何注意安全驾车如何防盗野外游玩应注意什么野外迷失方向怎么办通过太阳确定方向用影钟法确定方向用表法确定方向用植物地物特征确定方向夜晚用北斗星确定方向水上如何注意安全陷入冰层如何逃生如何救助溺水者野外活动各种意外应急方法汽车和汽车库的防火预防雷电危害雷击易发生的部位预防雷电的方法轿车里哪个座位最安全陆上交通事故预防非机动车交通事故预防乘地铁（城铁）的防范措施乘公共汽车的安全防范措施乘出租车的安全防范措施公共场所安全常识女士独自在办公室注意安全女士乘坐电梯注意安全碰到电梯意外时怎么办如何应对公共场所拥挤踩踏现象公共场所撤退法则如何拨打急救电话如何应对陆上交通事故陆上交通事故救护措施如何应对非机动车交通事故公交车发生火灾时的逃生方法单元式住宅火灾的逃生方法高层建筑火灾的逃生方法地下建筑火灾的逃生方法商场（集贸市场）火灾的逃生方法影剧院火灾的逃生方法歌舞厅、KTV房火灾的逃生方法棚户区火灾的逃生方法客船火灾中的逃生方法列车火灾中的逃生方法地铁中遇到危急情况怎么办地铁停电的应急避险地铁停电脱险要诀地铁火灾逃生方法隧道火灾的逃生方法面对滚滚浓烟如何机智逃生高速公路事故的应急处理水上事故自救航空事故自救原则车、船发生事故怎么办什么叫海上求生火场休克的急救方法公共卫生事件类常识流行性感冒病毒性肝炎“流行性出血性结膜炎狂犬病霍乱流行性出血热艾滋病常见的五种保健误区易发胃癌的饮食习惯家电常识家用电器的选购数字电视机选购的注意事项饮水机的选购方法如何选购移动手机电冰箱的选购与使用彩电质量优劣鉴别的十个窍门合理使用电器家电使用的七项注意如何使用食品搅拌机如何使用微波炉如何正确使用和维护遥控器如何合理使用电磁炉微波炉的妙用自动豆浆机使用要注意的四个事项空调正确使用四禁忌提高冰箱抗菌保鲜效果的方法洗衣机如何防漏电电饭锅的如何节电电灯的如何节电洗衣机的如何节电如何确定电热毯最佳温度电冰箱停电时的巧应对如何为冰箱省电如何制作简易空气加湿器和空调家用电器保养如何清洗饮水机和抽油烟机如何除冰箱异味如何清除彩电灰尘数码相机保养小窍门消除洗衣机噪声的方法防洗衣机生锈的窍门减少家电间干扰的窍门空气加湿器的保养窍门音响的维护和保养日常用品选用常识不锈钢餐具的选购窍门不锈钢餐具的使用窍门磨菜刀窍门家庭厨房灭火的窍门使用喷雾杀虫剂的窍门挑选与使用牙膏的窍门牙膏妙用新知买油别买散装品购买加碘盐要看粒度买酱油认准“QS”标志如何正确选购味精怎样正确选购饮料居家常识购房常识选购底层住宅要注意的四个问题哪些房屋不能买卖新建住宅交付使用的五项标准住房公积金应该由谁交纳购买现房好还是购买期房好怎样挑选比较好的户型哪六种私宅禁止出售购买商品房的六个步骤小心购买商品房的陷阱房价高低不是心动理由房屋选购看房应注意的十大事项购房时可能会遇到五个风险如何购买预售房如何避免购房纠纷如何订购购房合同哪几种房子不能买二手房购买把好六大关购买商品房的重要特殊指标二手房购买把好那些关如何识别无效房屋买卖合同四大陷阱怎样进行房产抵押最合理买二手房房屋产权验证要注意的事项购房者参加房产展会的五大要领如何计算购房贷款额度如何选购复式房如何签订物业管理合同签购房合同时应该注意的四大问题如何选择晚宴服装服饰禁忌女士穿着牛仔裤的禁忌女士西装正确穿着与禁忌女士夏天着装的禁忌女士穿内衣的禁忌男士穿着牛仔裤的禁忌夏季如何佩戴首饰穿着尼龙衣服的禁忌衣柜放樟脑丸的禁忌穿新内衣的禁忌打领带的禁忌衣物洗涤加酶型洗衣粉有什么效用彩漂型洗衣粉有什么作用消毒型洗涤剂有什么效用防尘柔软型洗涤剂有什么效用机用洗涤剂有什么效用如何洗小孩的衣服如何洗绒衣、绒裤如何洗毛衣、毛裤如何洗衬衣上的污迹如何清洗兔毛衫防止羊毛衫缩水法如何洗涤羽绒服如何清除鞋袜的异味如何保养皮鞋洗衣不掉色的原则巧防四种衣料褪色巧除衣物上的茶、咖啡渍巧除衣物上的果汁渍巧除衣物上的啤酒渍巧除衣物上的口香糖巧除衣物上的口红渍巧除衣物上的汗渍巧除衣物上的血渍巧除衣物上的圆珠笔油巧除衣物上的油墨巧除衣物上的膏药巧除衣物上的高锰酸钾渍巧除衣物上的碘酒渍巧除衣物上的红、紫药水渍巧除衣物上的霉斑巧除衣物上的蜡烛油巧除衣物上的黄油渍巧除衣物上的蛋白、蛋黄渍巧除衣物上的印泥、印油巧除衣物上的铁锈巧除衣物上的油漆、沥青洗衣粉的使用禁忌如何判定房屋卫生标准怎样才能拿到房屋产权证居家装修装修时间合理安排三法如何签订家庭装修合同怎样选用高效节能灯新装修房屋完工后如何验收怎样布置阁楼如何判断卫生洁具外观质量如何选用卫生洁具怎样布置儿童房间如何让背阴客厅变得明亮装修后剩余瓷砖的妙用如何使小卫生间变大如何让卫浴空间节水又节能如何识别地毯的优劣伪劣地毯外观质量的识别怎样设置壁灯家庭沙发的选购灯光设计的误区如何布置小房间如何防止装修欺诈走廊如何装饰家庭居室

## &lt;&lt;不可不知的生活常识&gt;&gt;

客厅如何设计居室颜色对健康有什么影响挑选各种家具的窍门住房装饰不同朝向的窗口如何摆放花卉客厅绿化小窍门怎样减少厨房有害气体不宜家养的致癌植物室内养花有什么好处如何保养布艺家具客厅花卉的选择和布置如何布置高雅的书房如何精心设计与布置居室居家书房布局、布置的技巧阳台花卉的布置技巧之一阳台花卉的布置技巧之二“边角余地”巧美化与利用室内不宜摆放的花卉如何创造卫生间的良好环境如何为居室选择植物婚房装饰与布置的十四个要领清晨不宜开窗换气刚建好的房子不宜立即居住新买的家具不能马上使用阳台花卉色彩巧搭配巧擦纱门窗如何清除地毯污渍常见居室异味消除的九种方法居室清洁如何驱除蚊虫效果好如何增加室内的湿度如何清洁卫生间小件物品收藏法如何进行室内清洁更有效如何擦洗浴缸阳台上忌堆放太多杂物如何使用蚊香如何控制室内灰尘如何使浴室保持干燥几种常用的清洗常识电脑常识电脑硬件光驱显示器主板主板上的主要芯片什么是“显示器适配卡”电脑最重要的部件（电源）内存（内存存储器）电脑中最重要的部件CPU无线局域网网卡的作用是什么“Modem”是什么什么是防火墙使用防火墙的益处“蓝牙”是什么服务器是什么路由器是什么电脑软件系统变慢的原因有哪些系统变慢如何解决“电脑病毒”是什么BIS病毒现象硬盘引导区病毒现象操作系统病毒现象应用程序病毒现象电脑病毒传播的途径有哪些怎样预防电脑病毒什么是“三打三防”机器染上了病毒怎么办如何使用系统恢复如何使用“一键恢复”“流氓软件”有什么危害如何避免“流氓软件”如何确保网络交易顺畅安全：防止雷雨天气对您的电脑造成伤害电脑屏幕的操作应注意什么如何清洁液晶显示屏计算机如何摆放计算机如何运输计算机如何清洁电脑保养维护怎样保养笔记本电脑显示屏电脑使用时不要碰撞潮湿天气不宜立即开机夏天连续开机的时间不宜过长雷电天气要及时关机关机后要关闭插座总电源不要带电插拔电脑部件设置开机密码有利于保护电脑网络常识计算机网络是什么计算机网络由哪几个部分组成计算机网络的种类怎么划分什么是IP地址什么是域名什么是电子邮箱电子邮件符号@的来历电脑小技巧重装windowsXP不需再激活自动登陆关机、重启只要秒钟寻找丢失的快速启动栏批量文件重命名：快速锁定计算机让双键鼠标具有滚页功能让windowsXP读英文字母恢复Windows经典界面恢复“开始”菜单优化视觉效果关闭系统还原功能禁用休眠功能合理设置虚拟内存删除多余文档删除windowsXP中隐含的组件清理垃圾文件更改IE临时文件夹加快菜单显示速度加快关机速度关闭计算机时自动结束任务减少磁盘扫描等待时间IE网络浏览器加速技巧自定义文件夹图片快速移动和复制文件自动打开windows资源管理器快速拷贝文件在任务栏上显示星期与日期禁止IE的定期更新IE的全屏幕模式禁止隐藏不活动的图标使每次打开IE时的窗口都是最大化屏蔽弹出的广告窗口恢复桌面上的系统图标添加“显示桌面”项隐藏桌面图标取消快捷方式图标上的箭头快速打开控制面板将所喜爱的程序放置在开始菜单顶部附近去掉桌面图标文字的阴影“虚拟内存不够”是什么意思虚拟内存的优化自动关闭电脑在关机时清空页面文件电脑上功能键的作用F1在Windows系统中的作用F2在Windows系统中的作用F3在Windows系统中的作用F4在Windows系统中的作用F5在windows系统中的作用F6在Windows系统中的作用F7在Windows系统中的作用F8在Windows系统中的作用F9在Windows系统中的作用F10在windows系统中的作用F11在windows系统中的作用F12在Windows系统中的作用交通常识安全驾驶如何避让行人驾驶员的记路技巧初学驾车有“八忌”雨天如何安全行车雾天驾车的注意事项冰雪路面如何谨慎驾驶怎样判断车况汽车安全避让原则驾车时如何注意障碍怎样关注骑车人男士开车的三种危险习惯高速公路预防行车事故长途驾驶注意些什么如何预测驾驶冬季行车注意“五大杀手”行车中的三个危险时辰如何做到安全超车如何预防车辆追尾如何预防夜间行驶事故夜间行驶应注意哪些汽车保养如何让爱车“去斑消痕”如何清洁挡风玻璃上的标志汽车内部保养不可忽视如何保养闲置车辆雨季汽车如何防潮汽车养护的误区如何保养汽车空调夏季怎样预防爆胎如何保护车身漆膜如何保养消音器汽车日常注意事项如何选择满意的旧车驾车怎样才省油冬天汽车如何低温启动夏季高温行车注意什么怎样辨别机油是否变质车险如何理赔最划算安全超车的技巧开车族的自我保健常识都市女士如何选车如何选择如意的修车行发动机舱的五分钟检查方法日常洗车的窍门出车前要做哪些安全检查为轮胎充气的窍门汽车尾部“熊出没注意”为何意旅游常识自驾游新手第一次跑长途应注意什么自驾游应做什么准备驾游山道行车技巧自驾游下山行车技巧自驾游爬坡行车技巧自驾游雨天行车技巧自驾游夜间行车技巧自驾游落坑如何自救自驾游需要做那些准备工作自驾游普通省道驾驶技巧驾车出游带什么旅行须知怎样选择旅游地和旅游季节什么时候去旅游最好旅游如何走路不脚疼怎样

## &lt;&lt;不可不知的生活常识&gt;&gt;

提高新婚旅游的经济效益 野外旅游的禁忌 老幼旅游的禁忌 旅游怎样登山最安全 旅游前如何查找地名在野外发求救信号的窍门 行程中导游哪些行为要投诉 如何辨别旅行社的违法行为 旅途中要注意的事项 旅游住宿常识 旅行中如何清洗水果 旅行中如何做到水果四不吃 旅游准备 旅游乘坐火车须知 怎样制定旅游日程计划 教你野外旅游学会看地图 登山旅游怎样准备 如何了解旅游报价 怎样计算旅游开支 旅客乘坐飞机应注意的事项 准备滑雪的窍门 冬季旅游如何给照相机保暖 携带DV去旅行应注意的事项 旅程中注意衣食住行 了解《世界遗产名录》中中国风景名胜及历史古迹 旅行安全 旅行中怎样防止发生腹泻 如何防晕车 旅途中异物入眼怎么办 旅行不适应急处理小常识 出游徒手治病法 旅游腿脚肿的防治 旅途中被蛇咬伤怎么办 旅行中的急症处理 旅途失眠怎么办 解决晕车的方法 如何预防高原反应 秋游如何防燥咳 冬季旅行如何防冻伤 春节旅游注意些什么 外出旅游如何饮水 旅游中交通事故的应对措施 怎样保护随身财物 怎样防止动物和植物的伤害 旅行中被困在野外怎样求生 著名景点 北京的皇家名园——颐和园 明清两代皇宫——故宫 月球上可看到的奇观之一——长城 秀美天下的苏州园林 探访泉城——济南 中国各地的三宝 东方之珠——香港 美丽宝岛——台湾 游览昆明访古迹 风光旖旎海南岛 了解各地特色产品的窍门 地质景观游 中国古迹名胜 规模宏大的帝王陵墓 国家历史文化名城 中国著名石窟 世界著名的古迹及王宫 重点风景旅游名胜区 北京重点风景名胜 区有哪些 天津重点风景名胜 区有哪些 河北重点风景名胜 区有哪些 山西重点风景名胜 区有哪些 内蒙古重点风景名胜 区有哪些 辽宁重点风景名胜 区有哪些 吉林重点风景名胜 区有哪些 黑龙江重点风景名胜 区有哪些 江苏重点风景名胜 区有哪些 浙江重点风景名胜 区有哪些 安徽重点风景名胜 区有哪些 福建重点风景名胜 区有哪些 江西重点风景名胜 区有哪些 山东重点风景名胜 区有哪些 河南重点风景名胜 区有哪些 湖北重点风景名胜 区有哪些 湖南重点风景名胜 区有哪些 广东重点风景名胜 区有哪些 广西重点风景名胜 区有哪些 海南重点风景名胜 区有哪些 重庆重点风景名胜 区有哪些 四川重点风景名胜 区有哪些 贵州重点风景名胜 区有哪些 云南重点风景名胜 区有哪些 陕西重点风景名胜 区有哪些 甘肃重点风景名胜 区有哪些 干洗衣服的穿着禁忌 衣物保养 如何使裤线烫得直挺持久 如何烫熨领带 熨烫衣物如何掌握温度 不同衣料的熨烫法 烫平毛线的方法 熨烫凸花纹毛衣的方法 丝绸衣物不宜熨烫 熨烫直筒裙的方法 熨烫折裥裙的方法 熨烫花边的方法 熨烫斜料裙的方法 熨烫腈纶围巾的方法 旧皮夹克翻新的技巧 如何让呢料衣服变亮 衣服的收藏原则 如何收藏羊毛衫 毛料服装怎样防虫蛀 如何收藏夏季服装 如何收藏冬季衣物 如何保存内衣 如何收藏纯白衣服 皮革服装如何防裂 如何保养皮质手袋 如何保养凉鞋 如何保养雨衣 羽绒服洗涤三忌 如何使薄丝袜寿命延长 如何收藏纯棉衣物 如何使丝袜变坚韧 如何防止灯芯绒掉毛 如何防止涤纶衣物起球 如何防汗衫变形 如何防花布褪色 如何防衣物虫蛀 如何收藏化纤衣物 如何收藏粘胶衣物 饮食常识 食品选购 如何鉴别绿色食品 如何鉴选优质大米 如何鉴别食用油 如何识别食用油 如何选购茶叶 如何鉴别陈茶、新茶 怎样选购活鸡 如何鉴别注水鸡、鸭 怎样辨别江鱼、湖鱼 如何鉴选火腿 如何鉴选叉烧肉 如何鉴选腊肉 如何鉴选烧烤肉 如何鉴选酱卤肉 如何鉴选咸肉 食物清洗 如何将猪肉洗得更干净 如何快速除猪蹄毛垢 如何清洗猪肺 如何清洗猪肠 如何快速褪鸡、鸭毛 如何为鸡肉去腥 如何去除羊肉的膻味 如何去除河鱼腥味 如何去除蟹腥味 如何洗海蜇皮 如何使蔫菜变鲜 如何洗掉菜叶中的小虫 怎样轻松剥栗子皮 怎样轻松剥核桃皮 如何清除蔬菜中的残留农药 食物储存 如何储存大米 冰箱内如何存储食品 如何保存鲜肝 如何保存鲜鱼肉 如何保存切开后的火腿 如何使鱼保鲜 如何贮存海参 如何存放牛奶 家庭如何保存葡萄酒 食物烹饪 怎样熬粥 最好吃动物内脏不宜炒着吃 做菜如何有效保持营养 如何熬骨头汤 如何烹饪虾类 如何炖出鲜香的肉 牛羊肉应去膻 增营养 炖鸡应注意什么 如何煲出美味鲜汤 如何使肉馅味道鲜美 如何熬猪油 才香拌凉菜 应注意的事项 如何正确添加味精 如何吃火锅更健康 饮食禁忌 吃螃蟹要除样东西 速冻食品 储存禁忌 鲜蛋保存禁忌 海带不宜洗去白霜 忌早晨空腹喝牛奶 忌空腹吃香蕉 忌空腹吃柿子 饭前饮食禁忌 新鲜木耳不宜食用 海产品不宜隔夜凉吃 不宜多吃油条 不宜吃生鲜蜂蜜 刚杀的猪肉不宜吃 吃火锅的禁忌 喝咖啡的禁忌 什么时间吃西红柿 最好早上该喝什么 饮用冰镇啤酒的禁忌 不宜蹲着吃饭 剧烈运动后不宜喝冷饮 胡萝卜与萝卜不宜混成泥 酱不宜多补 胡萝卜素 香菇不宜用水浸泡 不宜吃未炒熟的豆芽菜 韭菜做熟后不宜存放过久 绿叶蔬菜不宜长时间焖煮 速冻蔬菜不宜煮得时间过长 猪身上的三样东西不宜吃 未成熟的蔬菜为什么不宜食用 餐中饮食八项禁忌 饭后不宜立即饮茶 饭后不宜立即吸烟 饭后不宜立即吃冷饮 饭后不宜立即吃水果 饭后不宜立即刷牙 饭后不宜立即洗澡 饭后不宜立即散步 饭后不宜马上松裤带 饭后不宜立即伏案工作 饭后不宜立即看书读报 饭后不宜立即唱卡拉K 饭后不宜立即上床 忌烟酒 同食女性忌经常大量饮酒 忌浓茶 解酒忌饮酒 御寒忌长期以酒代饭 忌划拳饮酒 忌饮啤酒过量 忌饮不卫生啤酒 饭前忌饮冰镇啤酒 剧



## &lt;&lt;不可不知的生活常识&gt;&gt;

烈运动后忌饮酒啤酒、白酒忌同饮忌饮冷黄酒忌饮刚酿制的白酒女性在哺乳期的饮食禁忌中年妇女饮食宜忌不宜给宝宝吃没用沸水焯过的苦瓜儿童不宜多吃的食品儿童不宜多吃的含糖类食品儿童不宜多吃的甜性食物儿童不宜多吃的食物酒足饭饱不宜洗桑拿栗子忌与豆腐同食鸡蛋忌与豆浆同食菠菜忌与豆腐同食鸡蛋忌与白糖同食鸡蛋忌与兔肉同食饮料搭配禁忌海鲜不宜与水果混食不宜同食的食物不宜用旺火煮挂面不宜用热水浸洗猪肉爆锅用油应注意的事项鲭鱼炒制宜忌炒菜时油不宜太热炖有“五忌”指的是什么酒不宜与咖啡同饮鲜鱼不宜与酒同食吃虾蟹类忌服维生素牛奶煮沸时忌加糖牛奶不宜与巧克力同食孕妇不要过量吸取维生素A孕妇不宜过量饮用含咖啡因的饮品孕妇不宜饮酒孕妇不宜吃高糖、高脂肪食物产妇禁食寒凉、辛辣食物产后饮食不宜大补产妇不宜乱补女性不宜过多摄入脂肪育儿常识孕育宝宝妇女最佳生育年龄应是多大怀孕后月经会有哪些变化怀孕后为何会尿频怀孕后会有什么变化怀孕后应定期做产前检查孕妇的最佳睡眠姿势为什么要进行胎教哺育宝宝如何满足小儿日常营养幼儿居室如何布置奶粉越浓越有营养吗如何给婴儿洗澡如何防止孩子吐奶缺钙儿童不宜多吃菠菜小儿缺锌有什么危害小儿缺铜有什么危害小儿缺锰有什么危害小儿缺镁有什么危害如何为婴儿做胡萝卜汤如何为婴儿做清炖肉汤如何为婴儿做鸡蛋面片汤如何为婴儿做浓米汤怎样健康喂养婴儿如何为婴儿做蛋黄泥如何为婴儿做肝泥如何为婴儿做菜泥如何为婴儿做水果泥如何为婴儿做土豆泥孩子长牙时吃什么最好如何预防小儿偏食培育宝宝怎能知道婴幼儿发育是否正常如何防止小儿脸长歪怎样使孩子养成独睡的好习惯怎样对宝宝进行早期教育如何防止儿童发生意外如何避免孩子养成懒惰的习惯如何增强孩子的记忆力入学前孩子应会些什么如何对幼儿进行排尿训练如何培养孩子爱整洁的习惯如何开发婴儿的智力护理宝宝怎样给新生儿穿衣服婴幼儿穿裤“五不宜”怎样保护儿童的视力怎样校正孩子吮手指如何防治小儿长痄子怎样预防小儿消化不良如何防止小儿烫伤、烧伤如何校正孩子的嫉妒心理孩子的耳朵被异物袭击怎么办怎样治疗儿童厌食症早期教育怎样给孩子讲故事开拓孩子创新思维十二招如何培养孩子的胆量如何培养孩子的意志力如何培养智力超常儿童开发智力应从什么时候开始怎样培养孩子良好的自我约束力怎样教育孩子做事有始有终如何教育孩子懂得爱怎样让孩子面对失败如何让宝宝左右脑均衡发展如何训练婴儿的听力怎样训练婴儿用拇、食指捏东西美容保健身心健康如何知道你是否健康怎样保持心理健康如何保持健康睡眠如何保护大脑健康饮食六宜每天吃多少盐有益健康如何进行口腔保健夜间如何增加免疫力中老年人的健康保健人到中年的几种健康告警信号为什么说“男人四十一道坎”什么是“10少10多”人到中年须“四防”中老年人晨醒后有七忌中年人的“加、减、乘、除”中年人如何保持饮食营养男人宜食用一定量的铬男人宜食用富有膳食纤维的食物男人宜食用含有镁的食物男人宜食用含维生素A的食物男人宜食用含维生素B6的食物男人宜多食用含维生素C的食物男人宜多食用含维生素E的食物男人宜食用含锌的食物男人宜必须适量饮用水早餐该吃什么午餐该吃什么晚餐该吃什么你应该这样保护胃男士睡前“三宜三忌”中年人需要警惕哪几种疾病吸烟对人体的危害如何防止酒的危害中年人如何保持心理卫生常用保健按摩法保健按摩有什么作用不适合按摩的情况有哪些按摩的一般手法失眠的自我按摩预防感冒的自我按摩方法对眼的保健按摩肾虚阳萎自我推拿法慢性肝炎自我推拿法低烧推拿法胃脘痛自我推拿法高血压的自我推拿法颈椎病自我过伸仰枕法腰肌劳损自我推拿法落枕自我推拿法小儿健脾推拿法小儿保肺推拿法小儿安神推拿法小儿益智推拿法美容常识什么是健美的皮肤皮肤如何保养什么是健康的中性皮肤如何护理中性肌肤如何护理干性皮肤如何护理油性皮肤什么是敏感性皮肤敏感性皮肤护肤误区如何护理敏感性皮肤如何保养综合性皮肤治疗雀斑的方法预防黑斑的方法怎样正确洗脸什么是搓脸如何防皱如何护手自己如何配制面膜怎样利用水果和蔬菜美容正确洗头的方法洗头三忌如何护发养发化妆品对身体有哪些危害使用化妆品的禁忌孕妇应慎用的化妆品穿孔耳眼要注意什么岁女人的抗皱法养生常识不同性格的养生豁达开朗性格的养生方式孤傲自尊性格的养生方式多愁善感性格的养生方式谨小慎微性格的养生方式反应迟钝性格的养生方式春季养生四时应有不同的养生之法春捂首足“春捂”请勿捂过头

## &lt;&lt;不可不知的生活常识&gt;&gt;

## 章节摘录

**服饰选购 如何给孩子买衣服** 由于少年儿童身体发育快，体态变化大，所以给儿童购衣的第一原则是是否有利于身体的正常发育。

衣服应随买随穿，在购置衣服时身长、袖长、裤长可以略大些，尺码大些对孩子的生长发育比较有利。

但不应过于肥大，以免孩子穿上行动不便。

服装的色彩应当鲜艳明快，款式应当活泼、简明，如茄克衫、运动套装、背带裤、背带裙等。

儿童服装在材料质地上不必太好，但是给1~14岁好动的男孩子购衣时应考虑易洗易干、缩水少、不爱起皱的面料。

孩子贴身穿的衣裤应是纯棉或天然纤维做成的。

夏装应注意吸汗、透气。

儿童的服装价格不宜太贵，否则会对孩子的思想成长产生负面影响。

**如何选购领带** 在男人对服饰美的追求中，领带可谓是其品位的一个重要体现。

一个懂得修饰自己的男人，在领带的选择和搭配上不仅能体现他独特的审美追求，甚至还可以左右别人对其身份、地位、信用和能力的观感。

首先，男人的领带一般不宜过长或过短，适当的长度，应是领带的尖端恰好触及皮带扣。

不能多也不能少。

领带的宽度也很重要，目前，标准的领带宽度是指领带末端最宽的地方为4~4.5英寸（10.16~11.43厘米）。

单色领带能够与任何款式的西装或衬衫搭配。

此外，印有均衡几何图案的领带与单色领带一样，用途广泛，很好搭配衣服。

在搭配时，应选择与西装衬衫相同的颜色。

花衬衫最好避免规则图案的领带，因为领带上的花样会破坏整体的图案秩序。

通常图案、颜色较鲜艳的衬衫，不适合配上保守的领带。

领带最好的质料是丝，因为其颜色光亮而不耀眼。

**领带质量的鉴别：**从大头起在33厘米以内无织造疵点和染色印花疵点的为正品。

用两手分别拉直领带两端后，看看从大头起33厘米内有没有扭曲成油条状，不扭曲的领带质量较好。

用手在领带中间捏一下，放开后马上复原的，说明领带的弹性较好。

**衣服的型与号** 服装的号型其实是一种比较常用的服装规格所表示的方法，一般选用人体的高度（身高）、围度（胸围或臀围）再加体型类别来表示服装规格，是专业人员设计制作服装时确定尺寸大小的参考依据。

就如表示鞋子大小的鞋码一样，但由于衣服的尺寸相对来说比鞋子复杂，所以它的内容相对较多。

服装的“号”是以厘米来表示穿着者高矮的，以5厘米为一档，每档的适用范围为该号值加减2厘米所得出的范围，如160号，即表示适合于身高在158~162厘米的人穿。

服装的“型”是表示穿着者的胖瘦程度，上装表示胸围，下装表示腰围，一般以偶数分档，如上装的80型，即表示适合于胸围在79~81厘米的人穿。

人体的胸围与腰围的差数是划分体型的依据，以这个标准可将人体体型分为四类。

体型分类代号分别为Y、A、B、C。

号型的表示方法为号与型之间用斜线分开，后接体型分类代号。

例如：上装160/84A，其中：160为身高，代表号，84为胸围。

**保暖内衣有哪些** 暖棉内衣：现在市场上比较流行的是三层夹棉内衣，即两层纯棉夹一层保暖丝，御寒效果较好。

莱卡棉内衣：“莱卡”是一种新型纤维的名称，弹性好，加入纯棉织物，克服纯棉内衣易变形的特点，莱卡棉内衣能在2~3年内保持“体形”。

南极棉内衣：内外两面是纯棉，中间夹了两层塑料薄膜，薄膜和纯棉之间填充太空棉。以达到保暖效果。

## <<不可不知的生活常识>>

北极绒内衣：与南极棉的结构基本相同。

不过。

紧贴皮肤的一层为一种具有真丝般手感的新纤维——丝普纶。

最里层的隔离层也是网状结构，透气性能和弹性都不错。

生态绒内衣：复合纤维，含有天然矿石中提取的远红外磁粉，主要为中老年人设计。

如何选购内衣 心中有爱的女人，总会精心挑选合身的内衣，因为爱人眼里的内衣最具有情感

。现代女性正是通过内衣来调整体型、衬托外衣，而外衣的色彩和风格与内衣的搭配已引起人们的重视

。连身型内衣集文胸、腰围及束裤的功效于一身，强调整体身段的优美曲线，既能修饰身材，又可增加外衣的平整性，使外衣形状更显流畅，受到女性喜爱。

夏季以轻装为主流，但为了不致散漫，应配用质料清爽的文胸，穿着连衣胸围衬裙及短型束裤，能增加外衣的吸水性；秋天的气氛令女性的魅力能充分展现，服饰要着重调整体型，应配合使用全身束衣、连腰封型文胸及承托臀部与收腹的束裤，可令女性曲线迷人。

内衣的颜色主要为白色与肤色，但越来越多的人喜欢选择颜色的变化，从而与外衣相配。

腹部、腰部是女性容易积聚脂肪的部位，选择一条束裤每天穿着，比运动及减食容易些，它会不断地修饰这些部位的线条，让臀部高挺结实，大腿外侧线条收紧，收腰修腹，减少赘肉的呈现，使臀部呈圆润的立体美感。

女士如何选择内衣的颜色 内衣颜色不要外泄，而且还要与外衣颜色和谐统一。

女士在正式场合或职业女士在公司单位中，以选择与肤色相近颜色的内衣较为妥当。

<<不可不知的生活常识>>

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>