

<<你必须知道的2500个生活常识>>

图书基本信息

书名：<<你必须知道的2500个生活常识>>

13位ISBN编号：9787562463412

10位ISBN编号：7562463417

出版时间：2013-4

出版时间：重庆大学出版社

作者：吴秀萍

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>

<<你必须知道的2500个生活常识>>

内容概要

本书将分门别类地对生活中经常遇到的各种小“麻烦”进行攻略性介绍，从美食、服饰、家具、日用等各方面进行“瓦解”。

本书将成为生活中不可缺少的好助手，在遇到生活小问题时可以方便地查阅，内容详尽，指导性强。

<<你必须知道的2500个生活常识>>

作者简介

吴秀萍，媒体记者，从事生活栏目编辑多年。

<<你必须知道的2500个生活常识>>

书籍目录

第一部分 医疗养生——求医不如求己

第一章 常见病治疗

- 1、颈椎病
- 2、类风湿性关节炎
- 3、中风后遗症
- 4、肩周炎
- 5、高血压
- 6、脑血栓
- 7、鼻窦炎

第二章 家庭急救

- 1、肥皂水急救
- 2、催吐急救
- 3、误服碘酒
- 4、误服脚气水
- 5、误服硫酸
- 6、误服强碱液
- 7、误服来苏儿液
- 8、成人呼吸道异物

第三章 养生保健

- 1、日常足部护理
- 2、能“吃掉”脂肪的食物
- 3、减肥的几个小窍门
- 4、吃胡萝卜减肥法
- 5、咖啡减肥法
- 6、吃醋减肥法
- 7、粗盐减肥法
- 8、柠檬醋减肥法

第四章 食物的药用 (296)

- 1、菱角的七种药用
- 2、枇杷的十一种药用
- 3、无花果的八种药用
- 4、大葱的八种药用
- 5、大蒜的八种药用
- 6、辣椒的六种药用
- 7、香菜的四种药用
- 8、紫菜的四种药用

第五章 感冒咳嗽 (129)

第二部分 饮食烹饪——生活有盐有味

第一章 食材选购

第二章 食材存放

第三章 烹饪秘诀

第四章 了解食物

第三部分 清洁去污——干净是硬道理

第一章 污渍去除

第二章

<<你必须知道的2500个生活常识>>

第二章 厨房清洁

- 1、地面油污
- 2、墙面油污
- 3、灶具油污

第三章 卫生间

- 1、清洁卫生间的正确顺序
- 2、冲马桶时应盖上盖子
- 3、马桶垫圈中有隐患

第四章 卧室

- 1、枕头的清洗
- 2、清洗绒芯被
- 3、床单和毯子的清洗
- 4、床垫的清洁

第五章 公共空间

第六章 衣物清洗

第四部分 投资理财——让钱更加值钱

第五部分 生活居家——闲适从容出发

第六部分 交际礼仪——优雅生活榜样

<<你必须知道的2500个生活常识>>

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>