

《户外生存指南》

图书基本信息

书名：《户外生存指南》

13位ISBN编号：9787533137588

10位ISBN编号：7533137582

出版时间：2007-1

出版社：第1版 (2007年1月1日)

作者：哈特林

页数：185

译者：张晓东, 张晓

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《户外生存指南》

内容概要

本书用通俗易懂的文字，详细介绍了户外探险过程中可能遇到的各种挑战及其解决办法，介绍了有关的医疗急救知识，并配有大量的精美插图，增加了本书的趣味性和可读性，是户外探险者的必备读物。

《户外生存指南》

书籍目录

- 一般原则
- 基本装备
- 衣物和掩体
- 食物和水
- 陷阱和圈套
- 燃火与食物处理
- 定向
- 行进
- 医疗自救
- 联络与信息传递
- 附录1 摩尔斯电码
- 附录2 人体信号
- 附录3 地对空信号
- 附录4 基本打结和捆扎方法

《户外生存指南》

章节摘录

提示当你准备进行一次户外探险时，要牢记一条原则：任何时候都不要抱有侥幸心理，应根据“最大可能需要装备量”进行准备。具体地说就是，按照应对最坏的天气状况和最长的旅途耗时所需的装备量来作计划，并在此基础上增加一定的保险量。如此就算真的发生紧急情况，你将在衣物、用具、食物和药品等必需品方面有更充分的准备。避开危险为确保旅途安全，最简单的方法是尽量避免涉险。有时候我们面对危险确实无能为力，例如遭遇坠机、沉船以及地震、龙卷风、雪崩等完全无法预料的“天灾”时。但很多时候户外危险属于“人祸”：由于当事人对于所涉及的地区了解不够，或者对该项运动准备不充分，以至于无法应对当时的情况而造成意外。所以，在出发前要经常反问自己这样两个问题：“我是否已经具备完善的装备来完成这项运动？”以及“我是否已经具备足够的知识和适当的训练来完成这项运动？”身处信息爆炸的快节奏社会中，我们习惯了囫囵吞枣式的“速成指导”，而常常忘记经验的宝贵之处和无可替代性。冬季到远郊丛林中进行探险绝对不适合徒步旅行运动的新手，而现实中有大量的新手恰恰这样做了，结局可想而知，有时甚至能造成致命的伤害。当然这决不意味着只能在家呆着，永远不出门探险或旅行，户外探险能让我们远离现代生活中的一切压力，放松身心并磨练意志。户外运动成功的关键，是使选择的运动种类和运动量，与个人或团体的能力相适应。比如说，一支登山队计划攀登加拿大落矶山脉，就算领队本人经验再丰富，技能再高强，如果队员都是业余选手，结局也注定是一场灾难，而且往往是领队最先受伤甚至死亡。本书旨在帮助户外探险者更好地应对可能发生的危险。如果你是家中的父母，请将本书中的知识介绍给你的家人，也许他们会需要，甚至可能是惟一用得着这些知识的人。如果你是家中的孩子，请说服父母及兄弟姐妹来读读这本书。我们常说开卷有益。阅读并实践书中所述知识，至少能增加你关于户外休闲运动的经验，掌握这些知识，甚至能在关键时刻将你从死亡线上拯救回来。

《户外生存指南》

编辑推荐

本书用通俗易懂的文字，详细介绍了户外探险过程中可能遇到的各种挑战及其解决办法，介绍了有关的医疗急救知识，并配有大量的精美插图，增加了本书的趣味性和可读性，是户外探险者的必备读物。

《户外生存指南》

精彩短评

- 1、用处多多！
- 2、很多常识应该熟记于心！说不定什么时候就能帮上大忙
- 3、坚果是世界上最安全的食物之一
- 4、当时在学校图书馆看完了英国SAS那种，特别喜欢，但是当时书店都买不到，暂时拿了这本解解馋。

《户外生存指南》

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:www.tushu000.com