

# 《生活中来实用必备小窍门大全》

## 图书基本信息

书名：《生活中来实用必备小窍门大全》

13位ISBN编号：9787807592440

10位ISBN编号：7807592443

出版时间：2008-7

出版社：万卷

作者：崔钟雷

页数：395

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](http://www.tushu000.com)

# 《生活中来实用必备小窍门大全》

## 前言

每个人从呱呱附地开始，就注定了和衣、食、住行打一辈子的资产提高生活品质和生活质量是每个人的生活追求。但生活中形形色色的问题偏偏困扰着我们。对生活中的各种常见问题进行更好地处理有助于提高我们的工作效率，纠正不良的生活方式，使我们更好地享受生活的乐趣。生活是个万花筒，一切从生活中来的，必将在生活中找到解决的方法为此，我们特地编写了《无病一身轻——家庭常见病防治大全》《家庭实用按摩大全》《生活中来——实用必备小窍门大全》《饱含养生大全》《长寿保健大全》这几本书。这些书对人们的衣、食、住、行以及日常用品的使用、医药保健、卫生等方面分别进行了十分详细地介绍和说明。其中，《饮食养生大全》对食物的选购、储藏和烹调进行了精心地讲解；《生活中来——实用必备小窍门大全》从穿衣服饰到美容家居，从医药保健到环境卫生进行了精彩地介绍；《无病一身轻——家庭常见病防治大全》和《家庭实用按摩大全》满足了人们小病自己能治疗，不打针、不吃药、不花钱、不上医院的愿望，在动动手、推、按、捏、摩之间，就达到了解除病痛的效果；《长寿保健大全》记录的验方是经过人民在生活中摸索、总结并难过的，具有很高的实用价值，使人们在满足生活需要的同时，达到养生保健的作用。希望这些书成为你生活中的良伴，在使用书中知识进行治疗和保健的时候，也不忘及时吸收新的知识、方法、窍门，做一个生活中的有心人。

# 《生活中来实用必备小窍门大全》

## 内容概要

《生活中来实用必备小窍门大全(彩图版)》内容权威，所有的小窍门均来自他人的实践总结，集大智慧之所成。全书内容全面，涵盖了饮食、起居、医疗、衣着、旅行等多个方面，随手翻阅，可以使您受益匪浅。

在《生活中来实用必备小窍门大全(彩图版)》的陪伴下，所有的生活难题将消失于无形，您的生活将充满快乐和惬意。

# 《生活中来实用必备小窍门大全》

## 书籍目录

医疗篇 一、疾病医疗秘法 001 食肉过多伤食治疗法 002 谷米食用过多治疗法 003 面粉食用过多治疗法 004 食瓜果过多治疗法 005 饮酒过多伤食治疗法 006 油腻东西过食治疗法 007 伤食的两种治疗法 008 压眼球止嗝法 009 拉伸舌头止嗝法 010 糖醋或温开水止嗝法 011 吃橘或柿蒂止嗝法 012 诱喷嚏止嗝法 013 压喉结或锁骨止嗝法 014 按眉止嗝法 015 刮腭止嗝法 016 巧治腰痛 017 龙眼壳治头晕 018 梳头治三叉神经痛 019 感冒头痛治疗法 020 鸡蛋葡萄酒治疗感冒 021 梨子治疗感冒 022 葱白生姜治疗感冒 023 花生壳葱白治疗感冒 024 麝香止痛膏治疗感冒 025 酒浴法治疗感冒 026 自制茶治疗感冒 027 冬瓜皮治疗咳嗽 028 花椒梨子化痰止咳 029 姜蛋治疗咳嗽 030 柚子皮治疗咳嗽气喘 031 治疗无痰干咳法 032 醋煎鸡蛋治疗咳嗽法 033 生活细节治疗打鼾 .....

二、家庭用药小知识 三、夫妻生活居家篇 一、日常用品 二、厨具的作用与去污 三、居室去污小窍门 四、家电使用小窍门 五、家具的维护和保养 六、居室去味除虫 七、居室布置与装修

饮食篇 一、食品的选择 二、食品的贮藏与保鲜 三、食品加工、烹调小窍门 四、食品去异味窍门 五、食品与保健

服饰篇 一、服饰的选择与购买 二、服装鞋帽的洗涤熨烫 三、服装鞋帽的保养与收藏

美容健身篇 一、化妆技巧 二、美容天地 三、美体修形

# 《生活中来实用必备小窍门大全》

## 章节摘录

插图：一、疾病医疗秘法001 食肉过多伤食治疗法因食肉过多而导致少食、腹胀、呃逆、厌油腻等症状，可用山楂肉90克，炒焦，研成细末，每次15克，温开水送服，每天2次。也可适量吃些山楂片、山楂糕或山楂脯，消除因吃肉类食物而引起的积滞。002 谷米食用过多治疗法因食用谷米食物过多导致厌食、脘腹胀痛者，可用神曲30克，炒萝卜籽10克，麦芽10克，以水煎服，每天1剂，分3次服完。003 面粉食用过多治疗法因食面粉食物过多而导致食欲减退、腹部胀痛、呃逆有腐酸臭味者，可用麦芽30克，水煎服，每天1剂，日服3次。004 食瓜果过多治疗法因食用生冷瓜果过多而导致少食、腹胀、大便稀薄、脘腹疼痛等症者，可用丁香1.5克，神曲15克，泡开水代茶饮服。005 饮酒过多伤食治疗法因饮酒过多而出现头晕、心慌、腹胀、呃逆有酸酸臭气味等症者，可用白萝卜500克，洗净捣烂取汁，1次服下，或用白糖15克，加入30毫升食醋，开水冲服。

# 《生活中来实用必备小窍门大全》

## 编辑推荐

《生活中来实用必备小窍门大全(彩图版)》：全国知名博士王玉学倾情推荐。数千种实用小窍门涵盖其中，帮助您解决生活难题，为您打开一扇智慧之门。

# 《生活中实用必备小窍门大全》

## 精彩短评

1、很多生活中的小窍门都有提到,就是没试过是否正确

# 《生活中来实用必备小窍门大全》

## 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](http://www.tushu000.com)