

《户外生存手册：户外达人不可不知息》

图书基本信息

书名：《户外生存手册：户外达人不可不知的318个求生技巧》

13位ISBN编号：9787115387575

出版时间：2015-6-1

作者：[美] 蒂姆·麦克韦尔奇

页数：235

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

《户外生存手册：户外达人不可不知总

内容概要

《户外生存手册：户外达人不可不知的318个求生技巧（全彩图解版）》由美国著名野外生存技能培训导师撰写，汇集其26年野外生存经验，18年培训经验，使用390张照片、图表和插画，从装备、技能、生存场景三个角度全面讲解户外达人不可不知的318个求生技巧。如果你能正确准备装备，如合理穿着防水鞋、羊毛袜、绝缘防水夹克、防碎太阳镜等；正确储存食物、水以及燃料，甚至打包一些奇怪的东西，比如伏特加、香烟、能量饮料……为任何情况准备完美的逃生包和紧急计划。如果你能通过学习获得必要技能，如给伤口消毒和包扎、进行心肺复苏、固定骨折、实施海姆立克急救法、生火、净水等。你将可以正确判断去留、建立生存区、配备通讯设备、应对大规模停水、停电等城市危机以及抗击洪灾、地震等自然灾害，在任何危机环境中生存下来。

《户外生存手册：户外达人不可不知总

作者简介

蒂姆·麦克韦尔奇 (Tim Macwelch) 是《户外生活》(Outdoorlife) 杂志的生存专栏作家，并且在过去的26年中积极开发了各种生存和户外技能。18年前，他在弗吉尼亚州开办了一个全年授课的生存学校，学员包括童子军、青少年团体、夏令营团员以及热衷于户外生活和野外生存技能的成年人，同时为无数的执法人员、搜救人员、美国军队的各种部队、美国国务院和司法部门及其分支机构提供户外技能培训。蒂姆和他的野外生存技能培训学校曾经被《早安美国》(Good Morning America) 和其他几个国家地理节目进行过特别报道，同时也被诸多出版物所刊载发行，其中包括《康德纳斯旅行者》(Conde Nast Traveler)、《华盛顿邮报》(Washington Post) 和《美国生存指南》(American Survival Guide)。

自2010年年底至今，蒂姆为《户外生活》和其他出版物撰写过数百篇文章。蒂姆以前的文章和图册可以在网站survival.outdoorlife.com上找到，此外您可以通过www.advancedsurvivaltraining.com了解更多关于他的生存技能培训学校的信息。

书籍目录

目录

- 做好准备 011
- 你做好求生准备了吗 013
 - 1 了解态势感知 014
 - 2 增强观察力 014
 - 3 掌握步骤 015
 - 4 颜色编码 015
 - 5 知道准备什么 016
 - 6 了解危机 017
 - 7 熟悉灾难范围 017
 - 8 认识任务 017
 - 9 制定自己的家庭应急预案 018
 - 10 实施演习 019
- 装备
 - 11 准备救生包 024
 - 12 储备家庭救生包 026
 - 13 打包一些奇怪的东西 026
 - 14 准备生火工具 027
 - 15 火柴防水 027
 - 16 防备火灾 028
 - 17 了解火灾类型 029
 - 18 检查家庭基本安全 029
 - 19 保持通信 029
 - 20 了解所在地区 030
 - 21 储备适当的物资 030
 - 22 家庭防灾 031
 - 23 欺骗坏人 032
 - 24 加固住所 032
 - 25 不要忘记车库 033
 - 26 安装门栓 033
 - 27 明智购物 034
 - 28 准备基本物品 035
 - 29 蛋白质能量 036
 - 30 碳水化合物 037
 - 31 储备一些小奢侈品 037
 - 32 装在塑料瓶中 038
 - 33 做好长期规划 039
 - 34 记着替换食物 039
 - 35 计算自己的卡路里 039
 - 36 正确储存食物 040
 - 37 椰子的处理 040
 - 38 睡在上面 041
 - 39 确定需要多少水 042
 - 40 确保化学品安全 042
 - 41 收集雨水 042
 - 42 太阳照射 043
 - 43 你可能会遇到以下情况：

- 野外汽车修理 044
- 44 保存水 046
- 45 考虑水槽外部 046
- 46 消除细菌 047
- 47 池中水资源 047
- 48 安全穿着 048
- 49 准备羊毛衣服 048
- 50 准备鞋靴 049
- 51 鞋靴养护 049
- 52 合理穿衣 049
- 52 准备五金工具箱 050
- 54 富有创意的工具箱 050
- 55 善用锤子 051
- 56 用锉刀取火 051
- 57 务必随身携带：
- 伏特加酒 052
- 专题聚焦：埃文和斯科特希尔 054
- 58 与希尔兄弟会面 054
- 59 希尔人的户外装备 055
- 60 热衷于枪 055
- 61 你可能会遇到以下情况：
- 伞绳逃脱 056
- 62 6款必备** 058
- 63 7种简单的结 060
- 64 制定财务计划 062
- 65 保护资金 062
- 66 储备现金 063
- 67 知道正确的金额 063
- 68 了解燃料类型 064
- 69 了解颜色代码 064
- 70 延长保质期 065
- 71 正确储存燃料 066
- 72 确定所需燃料数量 067
- 73 燃烧合适的燃料 067
- 74 靠太阳能生存 068
- 75 最大限度利用丙烷炉 068
- 76 制作再生煤球 069
- 77 准备躲避 070
- 78 购买最好的车辆 072
- 79 升级交通工具 073
- 80 自己充电 073
- 81 为轮胎充气 073
- 82 准备随车工具 074
- 83 务必随身携带：
- 伞绳 076
- 84 了解基本生活技能 082
- 85 重温家务 082
- 86 掌握一些生存技能 083
- 87 准备急救箱 084

- 88 身边医疗用品 085
- 89 学习医疗知识 085
- 90 检查生命体征 085
- 91 评估和控制出血 086
- 92 包扎伤口 086
- 93 伤口消毒 086
- 94 了解心肺复苏 087
- 95 治疗休克 088
- 96 固定骨折 088
- 97 识别和治疗烧伤 089
- 98 海姆利克氏急救法 089
- 99 雨中生火 090
- 100 获取最好材料 090
- 101 制作炭布 091
- 102 学习生火技巧 091
- 103 务必随身携带：
沙丁鱼 092
- 104 了解水源 094
- 105 用紫外线消毒 095
- 106 用沸水消毒 095
- 107 保持清澈 095
- 108 用罐子蒸馏水 096
- 109 组建太阳能蒸发器 096
- 110 水量翻倍 097
- 111 挖掘水井 098
- 112 获得水 099
- 113 制作简单水井 099
- 114 在瓶中烧水 099
- 115 检查周边 100
- 116 烟囱清理 100
- 117 让住宅保持良好形状 101
- 118 储备家用管道工具箱 101
- 119 清洁方面的知识 101
- 120 先外后内 102
- 121 储备保险室 103
- 122 一切尽在掌握中 103
- 123 不要忘记宠物 104
- 124 提醒他人 104
- 125 照顾宠物 105
- 126 储备宠物用品 105
- 127 准备离开宠物 105
- 128 宠物灾难训练 105
- 129 你可能会遇到以下情况：
屋顶逃生 106
- 130 研究园艺 108
- 131 选择正确的地点 108
- 132 泥土施肥 109
- 133 搭配种植 109
- 134 城市种植 110

- 135 轻松种植 111
- 136 制作食物墙 111
- 137 种植适当的蔬菜 112
- 138 高位苗床种植 114
- 139 养活四口之家 115
- 140 吓跑小动物 115
- 141 扩展药箱 116
- 142 实现自助浇水 117
- 143 了解各种风险 117
- 专题聚焦：罗德莫雷医生 118
- 144 照顾自己的健康 118
- 145 布鲁罗德最喜欢的疗法 119
- 146 了解三种基本草药 119
- 147 搭建后院养鸡场 120
- 148 饲养小鸡 121
- 149 收获优质蛋 121
- 150 自由放养鸡 122
- 151 人道地杀鸡 123
- 152 准备鸡肉 123
- 153 考虑其他家禽 124
- 154 饲养鹌鹑 125
- 155 避免沙门氏菌感染 125
- 156 寻找合适的饲料 125
- 157 饲养兔子 126
- 158 正确繁殖兔子 126
- 159 搭建兔窝 127
- 160 饲养豚鼠 127
- 161 人道地宰杀小动物 128
- 162 制作屠宰桶 128
- 163 宰杀兔子 129
- 164 打造无冲突家园 130
- 165 不要忘记粪便 130
- 166 制作山羊奶酪 131
- 167 避免养牛 131
- 168 准备罐装工具 132
- 169 水浴罐头 133
- 170 罐内加压 134
- 171 制作提瓶器 134
- 172 肉类装罐 135
- 173 种植罐装花园 135
- 174 腌制农产品的黄金法则 136
- 175 最受欢迎的果酱 136
- 176 晾干水果 137
- 177 滴一些醋 137
- 专题聚焦：里克“赫”休斯顿 138
- 178 赫的生存方式 138
- 179 搜寻赫的前10种野生食物 139
- 180 制作纸箱熏制器 140
- 181 烟熏素食 140

- 182 熏鱼 141
- 183 制作肉干 141
- 184 酿酒 142
- 185 酿造蜂蜜酒 142
- 186 制作琥珀色美国啤酒 143
- 187 制作黑莓酒 143
- 188 7种有用的打结法 144
- 189 临时准备太阳能灯泡 146
- 190 制作自己的燃料 146
- 191 组装油灯 147
- 192 制作蜡烛 147
- 193 制造脚踏发电机 148
- 194 通电 148
- 195 无电冲泡咖啡 149
- 196 水力发电 150
- 197 搭建水轮机 151
- 198 考虑使用生物柴油 152
- 199 了解柴油机 152
- 200 改用生物柴油 153
- 201 使用油炸油 153
- 202 将适当的油转变为燃料 154
- 203 安全使用家庭化学品 154
- 204 获得材料 155
- 205 学习制作流程 155
- 206 巧妙使用生物柴油 155
- 207 你可能会遇到以下情况：
美洲豹对峙 156
- 208 避免冲突 158
- 209 打出重拳 159
- 210 正中要害 159
- 211 阻止和反击 159
- 212 制作PVC弓 160
- 213 制作自己的箭 161
- 214 正确拉弓射箭 161
- 215 务必随身携带：
管道胶带 162
- 216 制作自己的吹箭筒 164
- 217 使用手头的东西 165
- 218 详细计划生存优先事项 170
- 219 评估和应对紧急情况 172
- 220 度过任何难关 172
- 221 遵守三三法则 173
- 222 形成一种心态 173
- 223 决定是去还是留 174
- 224 寻求（和提供）帮助 175
- 225 分享技能 175
- 226 计划撤离营地物资 176
- 227 充分利用塑料制品 177
- 228 建立有条理的区域 177

- 229 让营地生活更轻松 177
- 230 向救援者发信号 178
- 231 打开收音机 179
- 232 使用求生镜 179
- 233 务必随身携带：
 - 太空毯 180
- 234 了解大规模停电 182
- 235 创建耀斑应急预案 182
- 236 产生脉冲后不要恐慌 183
- 237 笑对黑暗 183
- 238 利用人的力量 183
- 239 认识电池脉冲的危险 184
- 240 用法拉第笼保护电子设备 184
- 241 在断电时给手机充电 185
- 242 改造C类电池 185
- 243 为风暴到来做准备 186
- 244 为飓风和台风到来做准备 186
- 245 抗击洪灾 187
- 246 防御地震 187
- 247 你可能会遇到以下情况：
 - 自然灾害 188
- 248 为世界末日

《户外生存手册：户外达人不可不知总

精彩短评

- 1、专业的户外书籍，书中的求生技法很实用也很专业，学会之后去户外旅行心里也更有底了
- 2、翻译水平太次了，好好一本书被翻译成一坨屎，要是没有图你真不知道他在说什么
- 3、全彩铜版纸的感觉，真不错。书中的求生技巧也非常实用，不经意间的一次浏览，也许就能在危难之中拯救你和家人的生命。
- 4、纸张很棒呀，看起来就很舒服。书中大部分的生存技巧都很实用，值得推荐
- 5、质量很棒，图片也挺精美的，看着就是一种享受。超多的图解让技巧学习也变得更加简单
- 6、一本优秀的户外求生图书，介绍的技能实用方便，即便是长时间呆在都市的人，也应该看看这本书
- 7、技巧很多，而且很具实用性，很多技巧在平时生活中也挺有用的。值得给5星
- 8、很厚很超值，不但求生技巧多，而且很实用。户外一本书，出门不求人
- 9、厚厚的一本求生技巧手册，纸张也非常棒，感觉很超值
- 10、当彩页图画书看完啦呀！生存主义者赫叔叔说自己在世界末日来临时不用吃掉任何一个邻居就可以活下来的方法是种！野！菜！（好厉害的样子啊喂，鼓掌
- 11、300多个户外生存的技巧收录在一本书中，还是全彩印刷的大开本，感觉很超值呀

《户外生存手册：户外达人不可不知怠

精彩书评

1、大16开的全彩的书不多见啊。里面的知识希望不要用到，用到的话说明你的周围出大事儿了。作者书中的案例大多是欧美的，不适合中国当下的社会国情。除了枪械，刀具，大部分器材道具都可以在网上买到。只是，搏击，医疗实际操作知识需要专门的培训。只是会不会出现装备控，囤积控呢。

《户外生存手册：户外达人不可不知息

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