第一图书网, tushu007.com

<<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

出版时间：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，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

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。

内容概要

《生活中来：实用必备小窍门大全》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。
《生活中来：实用必备小窍门大全》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》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》分门别类地收录了各种生活小窍门，它们都是从生活实践中得来的，同样也将服务于生活。
这些窍门都是人们在日常生活中经过摸索和验证的经验和技巧，实用性很强。
涉及医疗、理财、消费、休闲、烹调等生活中各个方面的内容，方法虽简单普通却富于创意，所用材料随手可得但行之有效，是真正的生活智慧的体现。
能帮助您从容应对生活中的各种问题，让您尽快摆脱烦恼，让生活充满更多乐趣。

书籍目录

医疗篇一、疾病医疗秘法食肉过多伤食治疗法谷米食用过多治疗法面粉食用过多治疗法食瓜果过多治疗法饮酒过多伤食治疗法油腻东西过食治疗法伤食的两种治疗法压眼球止嗝法拉伸舌头止嗝法糖醋或温开水止嗝法吃橘或柿蒂止嗝法诱喷嚏止嗝法压喉结或锁骨止嗝法按眉止嗝法刮腭止嗝法巧治腰痛龙眼壳治头晕梳头治三叉神经痛感冒头痛治疗法鸡蛋葡萄酒治疗感冒梨子治疗感冒葱白生姜治疗感冒花生壳葱白治疗感冒麝香止痛膏治疗感冒酒浴法治疗感冒自制茶治疗感冒冬瓜皮治疗咳嗽花椒梨子化痰止咳姜蛋治疗咳嗽柚子皮治疗咳嗽气喘治疗无痰干咳法醋煎鸡蛋治疗咳嗽法生活细节治疗打鼾网球巧治打鼾葱白治疗打鼾腭托治疗打鼾迷眼的处理方法多吃含铁食物防耳聋注意补锌防耳聋补充维生素D防耳聋降低血脂防耳聋补充微量元素防耳聋大蒜治脚气雪花膏治脚气风油精治脚气烟灰治脚气牙膏治脚气绿茶治脚气茄子根治脚气麦饭石治脚气巧治狐臭辣椒碘酒治狐臭冰片酒精治狐臭滑石冰片治狐臭食用饼治狐臭轻粉枯白矾治狐臭滑石治狐臭番茄汁治狐臭拍打手背除黑斑茉莉花治鸡眼蛴螬治鸡眼火柴治鸡眼万年青叶治鸡眼丝瓜叶止痒法烟灰止痒法盐水止痒法鸡蛋醋治灰指甲西瓜皮消痱子苦瓜消痱子牙膏消痱子啤酒花治牙疼食醋花椒治牙疼杏仁治牙疼打碗花治牙疼花椒治牙疼生姜治牙疼公丁香治牙疼大蒜治牙疼热气熏蒸治针眼中指处扎线治针眼冰块冷敷治眼皮浮肿水果青菜治眼皮浮肿清凉油治疗鼻出血冷敷法治疗鼻出血扎无名指治疗鼻出血蒜泥治疗鼻出血蛋壳内膜治疗鼻出血葱白韭菜治疗鼻出血韭菜浸醋治疗鼻出血伤湿止痛膏治疗胃痛胡椒千姜治疗胃痛养猫暖胃治病痛推拿揉摩治落枕按压“三里”治落枕生姜白酒通经络蜂蜜茶叶治便秘枳实治便秘花生油红薯叶治便秘菠菜猪血治便秘常食松子治便秘韭菜子治便秘白糖核桃治便秘蜂蜜加盐治便秘巧治幼儿外伤黄鳝巧治痔疮甲鱼巧治痔疮黄花菜木耳治痔疮石榴皮治痔疮香蕉治痔疮食盐治痔疮韭菜根治痔疮大枣橘皮治消化不良山楂山药治消化不良锅巴治消化不良萝卜酸梅治消化不良山楂麦芽治消化不良胡萝卜治消化不良韭菜根治呕吐羊肉大蒜治呕吐豆腐治呕吐白胡椒治呕吐绿豆芦根治呕吐蜂蜜生姜治呕吐柿饼治呕吐活鲫鱼治呕吐黄瓜叶治腹泻荞麦面治腹泻苹果治腹泻栗子治腹泻旱莲草治腹泻莲子红枣粥治腹泻粟米锅巴治腹泻黄精治疗手足癣马齿苋治疗手足癣梅果治疗手足癣柠檬果治疗手足癣山梨果治疗手足癣杏李果治疗手足癣无花果治疗手足癣白酒生姜治疗手足癣木瓜明矾治疗手足癣石榴皮治疗手足癣海带猪肉治疗手足癣黄瓜叶治疗手足癣花生米等治疗手足癣白果治神经性头痛黑芝麻大米治白发白蜂蜜治白发桑叶治白发核桃仁治白发枸杞子治白发熟地当归治白发巧防高血脂巧降血糖糖水催眠牛奶催眠面包催眠蜂蜜茶治咽喉疼痛蜜枣茶治慢性菌痢韭菜外用治疗荨麻疹四环素消炎痛治痤疮治疗食物性口臭治疗腐败性口臭治疗脓性口臭治疗消化不良性口臭治疗面部黄褐斑巧治猪肉食积不化巧治食牛肉腹胀巧治食狗肉积滞巧治食鱼虾腹痛巧治饮食成积腹胀巧治食豆腐积食不化巧治食菱角荔枝腹胀巧治过食瓜果腹痛巧治食凉粉积滞巧治饮食不节巧治食禽蛋不消化气味刺激法消除鼻炎自我按摩法消除鼻炎体位变换法消除鼻炎……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

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。

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。

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