

中国野外生存手册



[中国野外生存手册_下载链接1](#)

著者:猎鹰

出版者:现代

出版时间:2012-3

装帧:

isbn:9787514305470

《中国野外生存手册》是第一部为中国人量身打造的中国人自己的“野外生存指南”，更适合中国人的体质，更适应中国的野外环境特点。作者猎鹰是一位中国特种部队的丛林侦察兵，这是他十年磨一剑的作品。

作者充分结合中国特种部队的培训课程，为普通大众的需求而编写本书。既包括特种部队强身训练的各个方面，也包括目前国人野外生存探险的具体情况，特别是这些活动中经常出现的问题和误区。从非常专业的角度，为读者提供了中国野外生存活动必须了解的基本知识和必备的各种技能，并配备了数百张作者亲自拍摄的图片、精心绘制的插图以及大量参考数据。内容涵盖野外生存的装备选择、方向定位与标注地图技巧、野外行进的注意事项、各种工具的使用方法、绳索的编结方式、中国各地地形特点、野外动植物的食用与药用知识、野外庇护所的搭建技巧、生火与取水的方法、判断危险的要点、急救和求生技能等等。

《中国野外生存手册》特点是简单、实用、科学、系统、易操作，是一本不可多得的实用指南。不但是驴友和户外玩家的专业指南，而且是日常生活中每个人都能用得上的生存知识手册！

作者介绍:

猎鹰，16岁入伍野战军，经历两年的摸爬滚打后通过特种兵选拔，成为一名丛林侦察兵。在五年的特种兵生涯中，经历无数次生与死的严酷考验，后因伤退伍。脱下军装后，经过重重磨砺，重新融入社会。出版军事题材小说《与枪无关I》、《与枪无关II》、《与枪无关III》、《士兵宁小夏》、《我的特种生涯》、《活着的士兵》以及《穿越火线》。

目录: 前言001第一章 基础——乏味但必备001 第一课 你有能力冒险吗？——评估/001
第二课 带上它们吧——装备的选择和准备/003
背包/指北针(指南针)/刀/火种/计时工具/绳索/金属饭盒/合适的衣物和睡袋/靴子/备用袜子/生存丝巾/遮阳帽和头套/防滑手套/水壶/电筒或者头灯/放大镜/绳锯/通信器材/雨衣/防水布/折叠小铲/食物和水/烈酒/塑料袋/药品/腰包或战术背心/急救包和救生盒 第三课 路痴？别怕！——方向的寻找/013
利用太阳/投影法/钟表法/利用星座 第四课 一图在手走四方——基础地图学/016
等高线地图/地图符号 第五课 找不着北？——指北针的使用/020
指北针的基础使用，那么远——测量距离/025 步测/跳眼法/臂长尺/相似三角形法
第七课 身在何方——确定站立点/027 确定站立点/根据明显地形特征以及与其关系确立/90°交会法/地形交会法/横向连线法/纵向连线法/后方交会法/磁方位角交会法/磁方位角测量/密位/三北方向线/偏角/方位角/方位角的换算 第八课
冒险从纸开始——在地图上标注路线/033 自制简易地图 第九课
利器才能善其事——工具的使用和保护/038
刀/火种/绳子/反手结/8字结/平结/单编结/双编结/渔人结/快速结/单套环/三套环/救生环/索结/手爪结/鱼钩结/活套索/捆绑方式/抛绳/绳索编结/竹片编结第二章
在路上049 第一课 走路，你还真不一定会！/049
野外常使用到的口令/上坡/下坡/丁字步/陡坡下滑/在烈日下行进/在原始丛林中行进/瘴树林行进/黑夜行进/ 第二课
攀爬、滑降/058 攀爬/滑降 第三课 涉渡、泅渡/065 涉渡/泅渡 第四课
沼泽、雪地、沙漠/080 沼泽/雪地/沙漠 第五课

看老天爷的脸色行事——辨识天气／087第三章 歇一歇吧090 第一课
我的野外“别墅”／090 庇护所／地钉和压杆的使用／排水沟／吊床／棚／
天然的房子／土坎庇护所／湿地／湿地架床／雪地／
雪洞／沙洞／凹地庇护所／排泄／哨兵 第二课 生命之源——水／101
蒸腾取水／滤水筒／污水蒸馏坑／沙漠蒸馏坑／植
物蒸馏坑／蒸腾帐／利用动植物取水／水的分配 第三课 生命之光——火／112
生火／风中生火／潮湿地带生火／火台／收集燃料／
火势的控制／反火墙／炉灶／暖手炉／其他的生火 方式／取火的小经验第四章
我的野外厨房——获取能量129 第一课 生命之味——盐／129 第二课
拈花——可食的三大类植物／131 蕨类植物／菊科植物／蔷薇科植物 第三课
惹草——可食用的其他植物／150 车前草／鸡冠花／马齿苋／龙葵／紫苏／薄荷／枸
杞／狗肝菜／灰灰菜／积雪草／酢浆草／鱼腥草／水
蓼／山蓼／败酱／芭蕉／榕树／竹子／小无花果／捻子／榆树／桑树 第四课
无肉不欢——补充蛋白质／171 蝗虫、蝈蝈、蟋蟀／蚂蚁、白蚁／蜂／蝼蛄／蚯蚓／
蛴螬／水生昆虫／软体动物／蜥蜴／蛙 第五课 跟着谁有肉吃？——猎人的必修课／178
捕鼠／捕鸟／捕鱼／弹弓／梭镖／弓箭／捕猎／陷阱 第六课
拒绝最后的晚餐——危险的食物／198
菌类／野果／钩吻／夹竹桃／乌头／野颠茄／断肠
草／昆虫／鱼类／猛兽／熊／狼／虎豹／野猪／狭路 相逢 第七课 小心，蛇！／208
蛇／防蛇、防咬、防中毒／蛇咬伤处理／蛇伤草
药／蛇毒的分类／怎样把蛇从动物变成食物／杀蛇／避蛇 第八课
我是野外美食家——心灵手巧吃得好／227 野餐／庖丁解肉／剥皮／食物的储存第五章
活着是王道——求生之路242 第一课
健康回归——保健、普通疾病治疗与清洁卫生／242
普通疾病的预防和治疗／体内燥热／腹泻／扭伤／
消化不良／感冒／野外的清洁和卫生 第二课 安全回归——逃命的功夫／253
火灾／洪水／山体滑坡和泥石流／雷击／雪崩 第三课 遇到麻烦了？——野外救伤／258
轻微伤的处理／急救／脉搏和心跳／心脏起搏／止
血／动脉失血／清创、包扎、缝合／伤口缝合／内
出血／烧伤和烫伤／中风和晕厥／溺水／低温症／
中暑／脱臼／骨折／伤员转运／救生架 第四课 一个都别少——求救和搜救／299
求救信号／反光信号／旗帜信号／烟火信号／搜救 第五课 绝境求生／306 最后一课
生命的代价——户外事故实例／309后记318
．．．．．(收起)

[中国野外生存手册_下载链接1](#)

标签

生存手册

户外

求生

旅游

中国野外生存手册

探险

2012

觉醒

评论

相对于SAS的生存手册，PLA的生存经验明显更符合中国的生存环境。

类似的书也挺多了，这本书还是新意了了。大学时候看到过一本结合亲身经历来写的，设定具体环境之后，列举一些生存手段才是有的放矢

挺适合进行野外旅行的新手读的。尤其关于食物。发觉初中时候的植物学还是蛮有用的，可惜初中之后就再也不接触植物学了。

编的挺细的~

在先锋书店看到的，和贝尔的荒野求生摆在一起，虽然没听过这本书，没荒野求生名气大，但是看过贝尔的再看这本，还是这本好！因为就是中国人写的，许多东西也确实实用，我就站那差不多翻光了哈哈~~我对绳结什么的不感兴趣，但是对野外行进注意倒是超感兴趣啊哈哈，还有相关物品准备的介绍，不错不错！

看了下 急救那块要是能够实践的学习就很好 以后有机会要报个班吧

行文专业不失诙谐，值得推荐

适合中国人读的生存手册！

[中国野外生存手册 下载链接1](#)

书评

[中国野外生存手册 下载链接1](#)