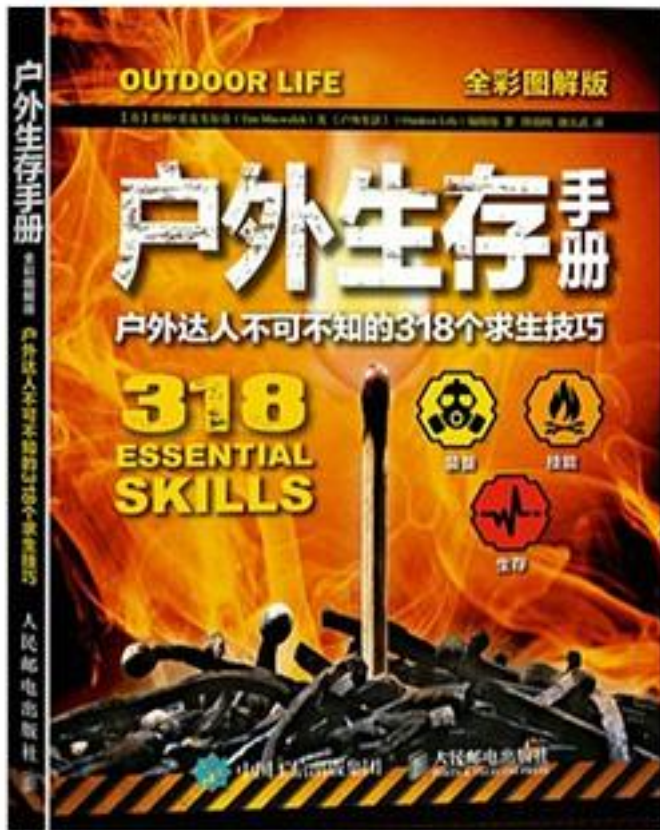


户外生存手册：户外达人不可不知的318个求生技巧



[户外生存手册：户外达人不可不知的318个求生技巧_下载链接1](#)

著者:[美] 蒂姆·麦克韦尔奇

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2015-6-1

装帧:平装

isbn:9787115387578

《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。

作者介绍:

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。

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 储备一些小奢侈物 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
• • • • • ([收起](#))

[户外生存手册：户外达人不可不知的318个求生技巧_下载链接1](#)

标签

户外

生存

户外生存

工具书

科普

经典

社会

评论

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。

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

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

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

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

厚厚的一本求生技巧手册，纸张也非常棒，感觉很超值

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

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

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

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

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

不错！不错

[户外生存手册：户外达人不可不知的318个求生技巧 下载链接1](#)

书评

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...

[户外生存手册：户外达人不可不知的318个求生技巧 下载链接1](#)