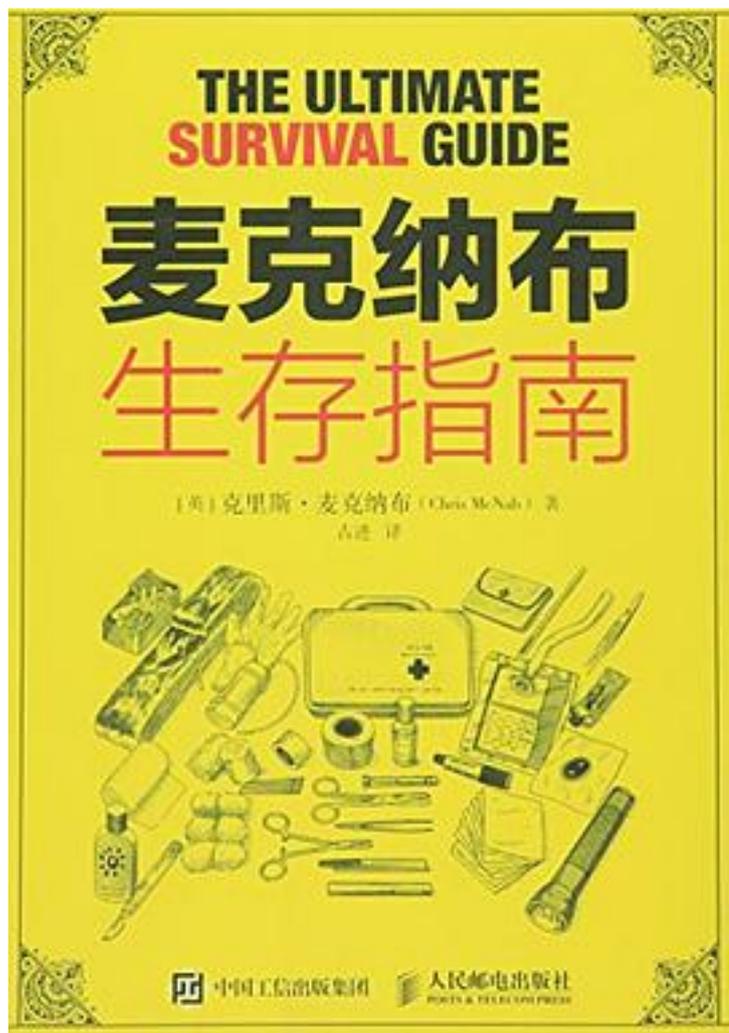


麦克纳布生存指南



[麦克纳布生存指南_下载链接1](#)

著者:[英]克里斯·麦克纳布

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2016-1

装帧:平装

isbn:9787115409928

“一切为了活着”，这是一本究极的生存手册，内容系统全面，提供了一切你可能想到

、想不到的灾难及应对手段，不单单只有户外荒野求生。

全线条图解形式，各种生存技能完全展示，简单明了，方便易学，从此再也不用担心紧急情况下的手足无措。

真实可靠技能实用，书中的技巧完全根据曾在那些恶劣环境中幸存下来的人们的真实经历讲述，极具可行性与说服力。

作者介绍:

克里斯·麦克纳布

英国人，经验丰富的生存专家，已出版了20多本图书，包括《麦克纳布生存指南》、《特种部队耐力技巧》、《急救生存手册》、《军事生存手册》和《英国空军指南：野外生存》等等，现居威尔士，专职户外生存教练，为客户提供各种情况下的生存技巧。

目录: 序言

一、为生存做准备

生存心理学?生存装备与着装?准备工作?为生存而健身

二、在家中生存

在家种意外下生存?自然灾害

三、在户外生存

取火与庇护所?扎营技术?寻水?植物类食物?动物类食物?食物准备与储藏

四、狩猎和陷阱

狩猎武器?狩猎技巧?陷阱?捕鱼

五、自我防卫

徒手格斗?武装格斗

六、极端情况下的生存

气象预测?沙漠生存?丛林生存?山区生存?极地生存?水上生存

七、让情况变得更好

求救信号与导航?急救护理?卫生?隐藏与躲避?俘获与囚禁?逃跑

· · · · · (收起)

[麦克纳布生存指南_下载链接1](#)

标签

户外

自救

生存手册

户外生存

麦克纳布

生存

急救

克里斯·麦克纳布

评论

文字详细，图片说明更是明白。是初级玩家进修的好教材。不过有些器材在国内是管控的，没有使用的机会。

还行吧，就是看完以后感觉自己死掉也是不冤…太弱了

[麦克纳布生存指南_下载链接1](#)

书评

【直接把自己微信公众号里写的书评复制粘贴来了，公众号ID：科普猪（kepupig），欢迎关注】
跟你们讲一特逗的事，我迷上了一本讲如何在野外制作鱼钩、海船失事怎样获取淡水、烹饪蝗虫的最佳技巧的书。
我看了三天三夜，吃饭看睡觉看坐在公交上也在看。这本书叫《麦克纳布生存...

[麦克纳布生存指南_下载链接1](#)