

# 《野外探险旅行必备手册》

## 图书基本信息

书名：《野外探险旅行必备手册》

13位ISBN编号：9787563926800

10位ISBN编号：7563926801

出版时间：2011-4

出版社：北京工业大学

作者：文龙

页数：310

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《野外探险旅行必备手册》

## 内容概要

《野外探险旅行必备手册》内容简介：野外探险旅行是对体能、技能和知识的考验，也是很多蛰居都市的人乐于选择的一种休闲方式。野外探险旅行需注意什么？在野外如何生存？遇到危险怎么办？...所有这些，都是《野外探险旅行必备手册》要馈赠给您的礼物。

# 《野外探险旅行必备手册》

## 书籍目录

第1章 出发前的准备工作 / 1 第一节 出发前需了解的常识 / 2 一、了解途经地区的背景情况 / 2 二、获得相关信息的方式 / 3 三、行程的安排 / 4 第二节 野外活动的着装 / 5 一、野外活动着装概述 / 5 二、野外活动服装的种类 / 6 三、野外活动雨具的选择 / 8 四、野外活动鞋子的选择 / 8 五、野外活动袜子的选择 / 10 第三节 灯具的选用 / 11 一、灯具类型 / 11 二、灯具的选购 / 12 三、电池的选择 / 13 第四节 刀具的选用 / 14 一、刀的种类 / 14 二、砍刀的种类及使用 / 15 三、磨刀的方法 / 16 第五节 帐篷的选用 / 17 一、帐篷的种类 / 17 二、挑选帐篷的方法 / 18 第六节 睡袋的选用 / 20 一、挑选睡袋时的注意事项 / 20 二、睡袋的清洗和保养 / 22 三、防潮垫 / 23 第七节 背包的选用 / 24 一、打包的技巧 / 25 二、打包的注意事项 / 26 三、正确背负背包的方法 / 27 第八节 出发前应准备的其他物品 / 28 一、报纸 / 28 二、红霉素眼膏 / 28 三、缝衣针和线 / 28 四、鱼钩和鱼线 / 29 五、除湿祛痛膏 / 29 六、行李绳 / 29 七、塑料袋 / 29 八、高锰酸钾 / 30 九、酒精 / 30 十、可乐瓶 / 30 十一、防水火柴 / 31 十二、急救药品 / 31 十三、备份食品 / 31 第2章 野外探险旅行基础知识 / 33 第一节 野外地形概述 / 34 一、圆顶丘 / 34 二、锥形丘 / 34 三、斜坡凹形地 / 34 四、陡壁 / 35 五、山肩 / 35 六、山脊 / 35 七、鞍部 / 36 八、悬崖 / 36 第二节 野外气象信号简介 / 37 一、云层信息 / 37 二、山区天气变化 / 39 三、天气预测 / 40 第三节 野外估计距离、时间的方法 / 43 一、夜间估计距离的方法 / 43 二、没有钟表时判断时间的方法 / 44 第四节 迷路时辨别方向的技巧 / 45 一、利用自然特征定向的技巧 / 45 二、使用指南针定向 / 47 三、利用地物判定方向 / 48 四、迷路自救的方法 / 49 第五节 防蚊虫的简单方法 / 54 第六节 行程中搭便车的技巧 / 56 第七节 竹子的妙用 / 57 一、盛水 / 57 二、煮饭 / 57 三、用做杯子、盆子 / 58 四、用做竹棚床板 / 58 五、系物 / 58 六、用做引火物 / 58 第3章 野外露营 / 59 第一节 露营常识 / 60 一、选择营地的原则 / 60 二、营地的建设步骤 / 63 第二节 搭建帐篷的方法和技巧 / 66 一、帐篷的搭建方法 / 66 二、简易帐篷的架设方法 / 67 三、帐篷使用的注意事项 / 69 第三节 露营入睡的注意事项 / 70 一、外界环境因素 / 71 二、自身应注意的因素 / 72 第四节 沙滩露营与雪营 / 73 一、沙滩露营的注意事项 / 73 二、雪营的注意事项 / 74 第五节 恶劣天气的应对措施及紧急情况处理 / 75 一、应对恶劣天气的措施 / 75 二、紧急情况的处理 / 77 第4章 野外饮食 / 79 一、食物的准备原则 / 80 二、食物的烹饪方法 / 81 第二节 野外生火 / 83 一、生火过程 / 84 二、野外的点火方法 / 86 三、火的类型 / 90 四、用火注意事项 / 94 第三节 野外觅水 / 95 一、寻找水源的方法 / 95 二、饮用7k的净化处理 / 105 三、饮用水的消毒处理 / 106 四、海水及冰雪的处理 / 108 第四节 炉灶炊具的使用 / 110 一、炉灶的种类 / 110 二、高压锅的使用 / 114 三、炊具的清洗 / 115 第五节 烧烤 / 116 一、烧烤食物的准备 / 116 二、烧烤工具的准备 / 119 三、烧烤的类型 / 120 四、烧烤时的注意事项 / 121 第六节 野生植物 / 122 一、识别可食用的野生植物 / 123 二、植物采集 / 124 三、野菜的食用方法 / 126 四、有毒植物的识别 / 126 第七节 真菌 / 130 一、可食用的真菌 / 130 二、有毒菌类的特征 / 131 三、采食真菌的注意事项 / 132 第八节 野生动物的捕猎 / 133 一、掌握动物习性 / 134 二、捕猎方法 / 135 三、食物的保存方法 / 140 第5章 探险类型综述 / 143 第一节 徒步穿越 / 144 一、集体徒步穿越的常识 / 144 二、徒步穿越的基本原则及注意事项 / 147 三、不同地带的行进技巧 / 150 四、徒步穿越中的饮水技巧 / 164 五、徒步穿越消除疲劳的技巧 / 165 六、徒步穿越的危险 / 167 第二节 沙漠探险 / 172 一、充分的行前计划 / 172 二、沙漠探险的基本装备 / 174 三、沙漠行进的技巧 / 175 四、沙漠求生的技巧 / 178 五、解决饮水问题的方法 / 182 第三节 洞穴探险 / 186 一、洞穴探险的基本常识 / 186 二、洞穴探险的基本装备 / 190 三、洞穴探险的技巧 / 193 四、洞穴探险的危险 / 195 五、洞穴救援 / 198 第四节 登山探险 / 200 一、充分的行前准备 / 200 二、选择登山路线的原则 / 202 三、登山技巧 / 203 四、结绳技巧 / 208 五、高海拔的危害 / 214 六、登山的注意事项 / 218 第五节 雪山探险 / 221 一、雪地行进的技巧 / 222 二、雪山生存法则与技巧 / 225 三、冻伤及其处理 / 230 四、登雪山的其他危险 / 233 第六节 溯溪、溪降 / 236 一、溯溪、溪降常识 / 236 二、行前的准备 / 237 三、溯溪的技巧 / 240 四、溪降的技巧 / 244 五、溯溪的危险与预防 / 245 六、溯溪、溪降的注意事项 / 249 第七节 漂流探险 / 251 一、漂流常识 / 251 二、河流分析 / 254 三、漂流技巧 / 256 四、漂流的注意事项 / 260 第6章 意外情况的处理 / 263 第一节 野外各种伤病处理 / 264 一、急救常识 / 264 二、蛇伤的预防及处理 / 272 三、中暑的处理 / 277 四、眼睛进入异物的处理 / 278 五、简单的外伤处理 / 279 六、出血的处理

# 《野外探险旅行必备手册》

/ 280 七、骨折的处理 / 284 八、踝关节扭伤的处理 / 291 九、抽筋的预防及处理 / 294 十、其他伤病的应急处理 / 298 第二节 自然灾害的处理 / 301 一、山火 / 301 二、山洪暴发 / 301 三、山体塌方 / 302 四、雷电 / 302 第三节 海上求生技巧 / 304 一、海上求生常识 / 305 二、防止脱水的方法 / 306 第四节 求救信号的使用 / 307

## 章节摘录

版权页：山地地形比较复杂，尤为常见的是碎石坡路，这时旅游鞋就显得力不从心了，极易导致脚部甚至腿部的伤痛。因此山间行走时应选择结实的鞋子，鞋底要厚，底部有大而深的轮胎形花纹，可以起到很好的防滑作用；鞋底用硬橡胶制成，在碎石及不平坦的路面上能有效地防止崴脚和对脚底的伤害；鞋帮要高且较硬，可以起到支持脚踝的作用，给脚踝提供舒适的支撑，而且水不易浸入鞋内，这种鞋通称为登山鞋。登山鞋的鞋面通常用牛皮或1000D尼龙面料制成，真皮本身有一定的防水透气功能，尼龙面加防水透气膜也可起到同样的作用。在选购登山鞋和徒步鞋时要注意以下几项原则：1.根据准备参与的活动进行选购根据参与活动的强度、地形、路况等决定鞋子的种类。如果参与的活动比较多样化，也就意味着需要几种不同类型的鞋来适应活动，千万别指望一双鞋能带给你全面的功能，穿着徒步鞋总不能去登雪山或是去攀岩吧。穿登山鞋无外乎去登低海拔的山或是进行山间的穿越、野营活动。在选择时可考虑轻量型的登山鞋或徒步鞋，高帮或低帮的选择要根据路况来决定。鞋底的防滑和耐磨总是一个矛盾，所有的鞋子都只是在这两者之间做到一个平衡而已。通常来说，登山鞋更注重耐磨及对脚的支撑性上，所以相对来讲会不太防滑。徒步鞋有些不使用V底，更强调在防滑的基础上相对耐磨，但这只是相对的，这样的鞋底和登山鞋的V底比起来在耐磨性上总是要差一些的。如果是经常在北方山区登山，那V底无疑是个好选择，如果喜欢在南方的山水间徒步旅行，一也许你应该更多的考虑防滑。

# 《野外探险旅行必备手册》

## 编辑推荐

《野外探险旅行必备手册》：野外探险旅行的必备工具书，告诉你实用的野外生存技巧。尽享野外探险旅行的乐趣，领略大自然的惊险与刺激。

# 《野外探险旅行必备手册》

## 精彩短评

- 1、有很多实用之处吧
- 2、书是好书，但人不知如何
- 3、很实用，但比较教科书，简直就是教科书，所以我还没耐心看，什么时候亲自操作的时候再临时翻吧。是在书店看了后来买的，性价比很高。不过~~买的人要确定是不是有这个耐心，都是文字，图画少。
- 4、印刷质量很差，页与页的清晰度不同，感觉是盗版书。
- 5、初级旅游必备
- 6、野外手册家庭必备
- 7、比较厚实，内容全面，没有照片，都是手绘图，更清晰直观，有较强的实用性。
- 8、不知道怎么样应该不错吧
- 9、很有用的一本书！向我们这种驴友太需要啦！，书的质量不差。

# 《野外探险旅行必备手册》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)