



165.-

500

TIPS FOR HAPPY LIVING!

เรื่องง่าย ๆ ที่คุณอาจจะไม่รู้
แต่รับรองว่าจะช่วยให้คุณง่ายขึ้น ประหยัดขึ้น
และทำให้ต้องทิ้งเพราะเป็นสิ่งที่คุณเองก็ทำได้โดยไม่ต้องเสียเงินมากมาย
ซึ่งเคล็ดลับเหล่านั้นเราสรรหาและรวบรวมมาให้คุณแล้วที่นี่
ทุกหมวดที่ควรรู้และทำได้จริง

โดย กองบรรณาธิการ



เคยไหม... เมื่อคิดจะทำอะไรสักอย่าง

แต่ก็ไม่รู้ว่าจะเริ่มต้นอย่างไร

โดยเฉพาะเรื่องในบ้านบางอย่าง ที่ควรจะรู้ แต่ก็นึกไม่ออก

บางทีก็ต้องเปลืองเงินที่ไม่ค่อยจะมีอยู่แล้ว

ไปกับเรื่องง่ายๆ ที่คุณเองก็ทำได้

จะดีกว่าไหมหาก 500 Tips ที่รวมอยู่ในหนังสือเล่มนี้

จะช่วย Save เงินในกระเป๋าของคุณได้อีกเยอะ!!!



500 TIPS FOR HAPPY LIVING!

โดย กองบรรณาธิการ

© สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามทำการลอกเลียนไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ นอกจากจะได้รับอนุญาต

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

กองบรรณาธิการ

500 TIPS FOR HAPPY LIVING!.-กรุงเทพฯ : แสบป๊อู้ด พับลิช, 2557.

192 หน้า

1. ความรู้ทั่วไป. I. ชื่อเรื่อง.

030

ISBN : 978-616-292-284-8

จัดพิมพ์โดย



บริษัท แสบป๊อู้ด พับลิชชิ่ง จำกัด

8 ถนนรามอินทรา แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0-5302-1320 โทรสาร 0-5302-1321

Homepage : <http://www.happybookpublishing.com>

พิมพ์ที่

บริษัท โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์กราฟฟิค จำกัด

520-530 ซอยเพชรเกษม 4 ถนนเพชรเกษม

แขวงท่าพระ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ 10600

จัดจำหน่ายโดย **PAILIN** บริษัท ไพลินบุ๊กเน็ต จำกัด (มหาชน)

81 ถนนเสรีไทย แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0-2540-1919 โทรสาร 0-2540-1818

www.pailinbooknet.com E-mail : info@pailinbooknet.com

ราคา 165 บาท

•ที่ปรึกษาเกิดติดขัดคัดัด พลเอกกิตติ รัตนฉายา ภาณุพงศ์ ศักดาทร อ.ดร.พิสิฐรุ้ โคตรสุโพธิ์ นายแพทย์ปริชา สิริจิตราภรณ์
•บรรณาธิการบริหาร• ภัระะ จลาดแพทย์ •รองบรรณาธิการบริหาร• โอธดา จลาดแพทย์ •ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร•
ภาณุศร เครือปัญญาดี •บรรณาธิการ• ซีร์ จลาดแพทย์ •ผู้อำนวยการฝ่ายผลิต• ปณิชา เครือปัญญาดี •ผู้จัดการฝ่ายผลิตและบรรณาธิการ•
สุกฤดา พลอยเหลี่ยม •ผู้ช่วยบรรณาธิการ• ภัทรธิดา ชัยเพ็ชร •กองบรรณาธิการ• นพมาศ วรรณวงศ์ กฤษฏา แสงฉาย
•ฝ่ายกราฟิกและรูปเล่ม• กรรพิก เข้าส์ นู๊ดเวิร์ม พับลิชชิ่ง นพดล ปัญญาคำ ทฤดมมณ ยศน้อย ศิลป์ สุขนาน •การตลาด กิจกรรมพิเศษ•
วาสนา ขัดศรี จารุวรรณ สุดสงวน วรพล ไร่แดง

คำนำ

เรื่องง่าย ๆ ที่คุณอาจจะไม่รู้
แต่รับรองว่าจะช่วยทำให้ชีวิตของคุณ
ง่ายขึ้น ประหยัดขึ้น และทำให้ต้องทิ้ง
ในสิ่งที่คุณเองก็ทำได้โดยไม่ต้องเสียเงินมากมาย
เคล็ดลับเราสรรหาและรวบรวมมาให้คุณแล้วที่นี่
ทุกหมวดที่ควรรู้และทำได้จริง
นอกจากนี้ต้องขอขอบคุณแหล่งข้อมูลทุกแหล่ง
ทั้งที่ได้เอ่ยและไม่ได้เอ่ยนามที่ช่วยให้เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้
สมบูรณ์ในทุกๆ หมวดมา ณ ที่นี้

กองบรรณาธิการ



500 TIPS
FOR HAPPY
LIVING!



500 TIPS FOR HAPPY LIVING!

คำแนะนำนักพิมพ์

หนังสือเล่มนี้

ได้ทำการอัปเดตข้อมูลใหม่ๆ ให้ทันสมัย

เพื่อประโยชน์ต่อทุกท่านแล้วในทุกๆ หมวด

ตั้งแต่เคล็ดลับคู่ครัว เทคนิคทำความสะอาดบ้าน วิธีดูแลสัตว์เลี้ยง
ไปจนถึงทิปส์ดีๆ เกี่ยวกับสมาร์ทโฟนหรือแท็บเล็ตที่นิยมมากในยุคนี้

เรียกได้ว่าเหมาะอย่างยิ่งสำหรับเป็นหนังสือประจำบ้าน

ทางสำนักพิมพ์หวังเป็นอย่างยิ่งว่า

หนังสือเล่มนี้จะช่วยให้ชีวิตของคุณง่ายขึ้นได้แบบไม่ต้องจ่ายแพง!

บรรณาธิการสำนักพิมพ์

CONTENT

8 ทมวดสัตว์เลี้ยงแสนรัก

- เคล็ดลับดูแลสุนัขตั้งท้อง
- เทคนิคกำจัดเห็บร่าย
- “รังแคแมว” เรื่องน่ากวนใจ
- อันตรายจาก “พาราเซตามอล” กับแมว
- เคล็ดลับสานสัมพันธ์ “หมก” “เหมียว”
- วิธีป้อนยาเม็ดให้เจ้าตูบ
- ความสะอาดของกรงสำคัญนะ!
- เทคนิคขจัดกลิ่นสัตว์เลี้ยง
- คุณเข้าใจอะไรผิดหรือเปล่ากับการเลี้ยงกระต่าย?



36 ทมวดเทคโนโลยี

- ใช้สมาร์ทโฟนอย่างไรให้ยาวนาน
- ปัญหาเมื่อสมาร์ทโฟนไม่ “สมาร์ท” อย่างที่คิด
- เทคนิคถนอมสายตาเวลาใช้แท็บเล็ตนานๆ
- ระวัง! ไอโฟนระเบิด
- เจ้าเครื่องหมายนี้ # คืออะไร?
- ตอนนี้เราเสพติดสมาร์ทโฟนมากเกินไปหรือเปล่า?



CONTENT



- เทคนิคการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กให้เซฟๆ
- เคล็ดลับใช้แท็บเล็ตอย่างไรให้ยาวนาน
- ทิปส์แก้ปัญหาเบื้องต้นสมาร์ตโฟน
แท็บเล็ต ระบบปฏิบัติการแอนดรอยด์

66 หมวดความงาม

- เคล็ดลับด้วยมะเขือเทศ
- ทาครีมกันแดดอย่างไรให้ได้ผลเยี่ยม
- กินอะไรไม่อ้วนเมื่อพริกกลางดึก!
- DIY ลิปสติกพาลาเลตง่ายๆ คุณก็ทำได้
- บอกลาผิวแห้งในหน้าหนาว
- ทิปส์ความงามสไตล์คุณแม่ฮอลลีวูด
- เทคนิค Make-up รับมือกับหน้าฝน
- วิธีดูแลตัวเองแบบผู้ชายๆ



88 หมวดห้องน้ำแสนสุข

- การดูแลทำความสะอาดห้องน้ำ
- การกำจัดกลิ่นในห้องน้ำ

- การซ่อมกระเบื้องที่ชำรุดด้วยตัวเอง
- วิธีแก้ปัญหาหากเชื้อราลามไปถึงฝ้าเพดานห้องน้ำแล้ว
- แก้ปัญหาห้องน้ำที่มีมด ทัพ และอึดอัด
- การแก้ไขปัญหากรณีเกิดปัญหาส้วมตันด้วยตัวเองง่ายๆ
- วิธียาแนวห้องน้ำแก้ปัญหาคราบดำบนร่องกระเบื้องด้วยตัวเองง่ายๆ
- แก้ไขปัญหาชักโครกกดไม่ลงด้วยตัวเอง
- การติดตั้งเครื่องทำน้ำอุ่นด้วยตัวเอง

130 หมวดห้องน้ำนอนแสนสบาย

- การดูแลและทำความสะอาดห้องนอน

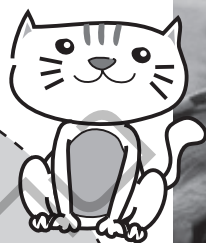
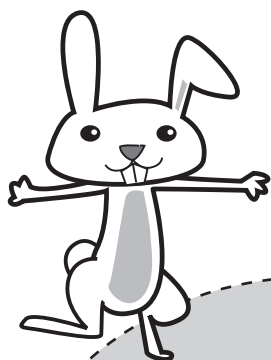
156 หมวดเคล็ดลับงานบ้าน

- เคล็ดงานบ้านง่ายๆ สบาย ไม่เปลืองแรง
- เคล็ดลับน่ารู้จิปาละคู่งานบ้าน

178 หมวดเคล็ดลับคู่ครัว

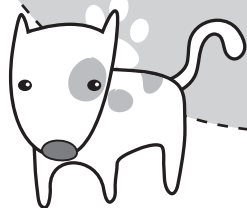
- หมวดอาหาร
- หมวดอุปกรณ์เครื่องครัว

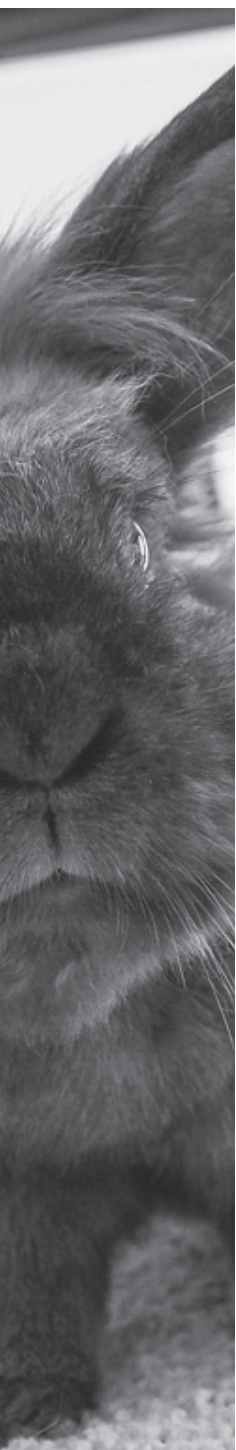




หมวด

สัตว์เลี้ยงแสนรัก







เคล็ดลับ

ดูแลสุนัขตั้งท้อง



โดยปกติแล้วสุนัขจะใช้เวลาในการตั้งท้อง 61-65 วัน (หากมีจำนวนลูกในท้องมากก็จะทำให้คลอดเร็วขึ้น) ดังนั้นหากคุณสามารถจดจำวันที่มีการผสมพันธุ์ของสุนัขได้ก็จะสามารถประเมินวันคลอดได้เป็นเบื้องต้น ในระหว่างที่สุนัขตั้งครรภ์คุณสามารถดูแลเพิ่มเติมได้ดังต่อไปนี้

- การเพิ่มอาหารที่เหมาะสม โดยเฉพาะอาหารที่มีคุณค่าโภชนาการ เช่น โปรตีน ไขมันสูง (อาจเปลี่ยนจากอาหารปกติมาใช้อาหารสูตรลูกสุนัขแทน เพราะมีสารอาหารสูงกว่าอาหารสูตรปกติ)

- การให้อาหารเสริมที่มีกากใยอาหารมากขึ้นในช่วงใกล้คลอด เพื่อช่วยลดอาการท้องผูกเนื่องจากการขยายตัวของมดลูกที่ดันส่วนของลำไส้ใหญ่

- การเสริมวิตามินและแร่ธาตุที่จำเป็น อันได้แก่ แคลเซียม ฟอสฟอรัส เป็นต้น เนื่องจากลูกสุนัขจะดูดซึมวิตามินและแร่ธาตุกลุ่มนี้จากแม่ โดยปริมาณการให้สารเหล่านี้ที่เหมาะสมสามารถปรึกษาสัตวแพทย์ได้

- สุนัขตั้งท้องนั้นสามารถอาบน้ำได้ แต่หากใกล้ท้องแก่แล้วอาจใช้วิธีเช็ดตัวให้แทน หลังคลอดแล้วค่อยจับอาบน้ำก็ได้

นอกจากสิ่งที่ควรทำแล้วต้องดูถึงสิ่งที่ไม่ควรทำด้วย อันได้แก่

- เลี่ยงการให้สุนัขตั้งท้องกับสุนัขที่ป่วยอยู่ร่วมกัน เพื่อลดการแพร่เชื้อไปยังลูกสุนัขในท้อง

- หากพบว่าสุนัขป่วยในช่วงตั้งครรภ์ควรบอกให้สัตวแพทย์ทราบก่อนทุกครั้ง เพื่อเลี่ยงการฉีควัคซีน

- ยากำจัดเห็บหมัดบางชนิดอยู่ในกลุ่มยาฆ่าแมลง ซึ่งห้ามใช้สำหรับสัตว์ตั้งท้อง

บทความนี้กำลังเตือนร้าย



สิ่งหนึ่งที่เป็นเรื่องน่ารำคาญใจสำหรับคนเลี้ยงสุนัขทั้งหลายก็คือ เรื่องของ “เห็บ” ที่สร้างความรำคาญใจ ก่อให้เกิดการระคายเคืองแก่ ผิวน้ำ และเป็นพาหะของโรคร้าย เช่น โรคพยาธิในเม็ดเลือดบางชนิด ที่เป็นสาเหตุของโรคโลหิตจาง ตับม้ามบวม และดีซ่าน เป็นต้น ซึ่งเป็นอันตรายกับน้องหมาสุดที่รักของเรา และกับตัวคนเลี้ยงด้วย (คุณทราบ หรือไม่ว่าเห็บนั้นก็สามารถดูดเลือดคนเราได้!)

ฉะนั้นถือเป็นเรื่องสำคัญสำหรับคนเลี้ยงสุนัขทุกท่านที่จะต้องจำกัดตัวอันตรายนี้ออกไปให้หมด โดยเบื้องต้นอาจจะใช้สารกำจัดเห็บในรูปของผลิตภัณฑ์ที่วางขายทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นแชมพู สบู่ หรือแป้งฝุ่น นอกจากนั้นยังมียาฆ่าเห็บที่เป็นสารที่ใช้พ่นหรือผสมน้ำแล้วนำสุนัขลงจุ่มก็มีเช่นกัน

ส่วนวิธีที่ไม่จำเป็นต้องไปซื้อหาอุปกรณ์อะไรก็มี นั่นคือ “ใช้มือดึงเห็บออก” จากตัวสุนัขได้เลย โดยหาขวดพลาสติกเปล่าๆ ใส่น้ำมันเล็กน้อยมาไขรองรับเห็บที่ดึงออกมา ข้อควรระวัง **“ห้ามบีบหรือบีบตัวเห็บให้แตก เพราะจะเป็นการกระจายไข่โดยไข่เห็บ”** เมื่อเราจัดการเห็บบนตัวสุนัขออกแล้วก็ให้หันไปจัดการบริเวณที่สุนัขอยู่ประจำ เช่น กรง คอก หรือบริเวณใดๆ ก็ตามให้ปราศจากตัวเห็บและไข่ของมันออกให้หมดด้วยการใช้น้ำร้อนจัดหรือสารกำจัดแมลงพ่นก็ได้

สำหรับสุนัขที่คุณพบว่ามิเห็บมากกว่าปกติ หรือไม่ว่าจะทำการกำจัดมากแค่ไหนก็ยังคงมีเยอะอยู่อย่างนี้ก็ควรจะไปหาสัตวแพทย์เพื่อตรวจหา “พยาธิเม็ดเลือด” โดยเร็ว

♥ ขอขอบคุณข้อมูลจาก <http://www.dogacat.com/บทความสัตว์เลี้ยง-สุขภาพ-เคล็ดลับ-เรื่องแปลก-สุนัข-หมา-แมว/53-โรคสัตว์เลี้ยง/86-เห็บกับสุนัข> ♥



“รู้จบบบจว”

เรื่องหน้าจอนจว

เจ้าเหมียวที่บ้านของคุณเป็นรังแคหรือเปล่า? แม้ว่าการเป็นรังแคของแมวจะไม่ได้ก่อให้เกิดอันตราย แต่มันก็สร้างความรำคาญใจให้กับสัตว์เลี้ยงแสนรักของเราได้ไม่น้อย เพราะรังแคของแมวนั้นจะว่าไปก็คล้ายกับรังแคที่เกิดขึ้นกับมนุษย์เรา อธิบายง่ายๆ ก็คือเกิดจากสภาพผิวหนังที่แห้งจนหลุดลอกออกเป็นแผ่น อันเนื่องจากสาเหตุ เช่น

- อากาศแห้ง

- เข้าเครื่องอบแห้งเมื่อไปอาบน้ำที่ร้านเสริมสวยสัตว์ ที่ทำให้ผิวหนังยิ่งแห้งไปใหญ่

แต่กระนั้นรังแคในแมวอาจจะเป็นเครื่องบ่งชี้ว่ามีบางอย่างผิดปกติเกิดขึ้นด้วยเช่นกัน โดยเฉพาะหากคุณสังเกตเห็นว่านอกจากรังแคแล้วยังมีรอยขีดข่วนตามตัว มีแผลเปิดบางที่ นั่นก็อาจจะเกิดการติดเชื้อเสียแล้ว ควรจะพาไปพบสัตวแพทย์โดยด่วนและทำตามคำแนะนำของสัตวแพทย์อย่างเคร่งครัด

นอกจากนี้คุณควรจะหมั่นตัดเล็บให้แมวเป็นประจำด้วย เพื่อลดการข่วนตัวเองจนเกิดแผลติดเชื้อดังที่กล่าวไปแล้ว

♥ ขอขอบคุณข้อมูลจาก <http://www.dogacat.com/บทความสัตว์เลี้ยง>
-สุขภาพ-เคล็ดลับ-เรื่องแปลก-สุนัข-หมา-แมว/50-สุขภาพของแมว/
190-รังแคแมว ♥



อันตรายจาก

“พาราเซตามอล” กับแมว

หากคุณเป็นอีกคนที่เมื่อเห็นสัตว์เลี้ยง โดยเฉพาะแมวนั้นป่วย หรือมีไข้ก็ใช้วิธีการให้ยาพาราเซตามอลก่อนเลย ขอบอกว่า... หยุด! พฤติกรรมนี้ดีกว่า!

แม้ยาพาราเซตามอลสำหรับคนนั้นจะถือว่าเป็นยาสามัญประจำบ้านที่หาซื้อได้ทั่วไป และมีการใช้แก้ปวดลดไข้กันเป็นเรื่องปกติ แต่สำหรับแมวนั้นคนละเรื่องกันเลย

เนื่องจากกลไกที่พาราเซตามอลกระทำกับร่างกายของแมวนั้นไม่เหมือนในของคน จึงมีโอกาสจะเกิดเป็นพิษเพราะร่างกายแมวไม่สามารถขับสารบางอย่างทิ้งได้

สำหรับอาการที่แมวจะเป็นเมื่อได้รับพาราเซตามอลในปริมาณที่ร่างกายไม่สามารถขับได้ก็คือ มีอาการซึม อ่อนแรง หายใจลำบาก เหงือกจากสีชมพูจะมีการเปลี่ยนเป็นสีเข้มหรือคล้ำขึ้น หน้าบวม ฯลฯ ซึ่งความรุนแรงก็จะแปรไปตามปริมาณยาที่ได้รับ

จากการวิจัยพบว่า สำหรับแมวนั้นการได้รับยาพาราเซตามอลเพียง 10 มิลลิกรัม (ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม) ก็ก่อให้เกิดพิษได้แล้ว ฉะนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงอย่างเด็ดขาด (รวมไปถึงยาคนชนิดอื่นๆ ด้วย)

♥ ขอขอบคุณข้อมูลจาก หมอเสลภูมิ โรงพยาบาลสัตว์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ♥



มาร่วมกันสร้าง "ความฝัน" ของคุณให้เป็นจริง!!!

คุณก็สามารถมีชื่ออยู่บนปกหนังสือได้เช่นกัน!

หากสนใจร่วมงาน สำนักพิมพ์รับทุกแนว ทุกสไตล์

ต้นฉบับใดที่จัดพิมพ์จะมีการจ่ายค่าลิขสิทธิ์ตอบแทนตามกฎหมาย

หนังสือของเรามีจำหน่ายในร้านหนังสือชั้นนำทั่วประเทศ

อากิ ร้านซีอีดับเบิลยูเซ็นเตอร์ ร้านนายอินทร์ ร้านเซเว่น อีเลฟเว่น ฯลฯ

โอกาสมาถึงแล้ว สำหรับนักเขียนหน้าใหม่

เรารอคุณอยู่!!!

สามารถส่งต้นฉบับมาให้พิจารณาได้ที่

happybookcm888@gmail.com

