

<<营养与膳食>>

图书基本信息

书名：<<营养与膳食>>

13位ISBN编号：9787117061353

10位ISBN编号：7117061359

出版时间：2004-6-1

出版时间：人民卫生出版社

作者：李胜利

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：<http://www.tushu007.com>

<<营养与膳食>>

内容概要

职业教育是社会发展的必然趋势，医学高等职业教育也成为社会关注的热点。为了适应教学发展需要，根据教育部颁布的有关指导性文件和卫生部教材办公室对我国医学职业教育的现状调查研究成果，组织了部分学校教师编写了此教材。

本教材共分八章，第一章绪论，第二章营养素与能量，第三章各类食物的营养，第四章不同生理人群的营养与膳食，第五章营养调查与评价，第六章合理营养，第七章营养与疾病，第八章疾病营养。基本上能包括目前营养与膳食所涉及的全部内容。

为了培养学生的实践能力，设立了四次课间实习，四次实习分别为膳食调查、食谱制定、匀浆膳的配置和糖尿病人食谱的制定。

本教材以职业技能的培养为根本，着重体现了高等职业技术教育的特色，教材内容考虑到学科的需要、教学的需要和社会的需要，在教材中强调了以应用为目的，必需、够用为度，以讲清概念、强化应用为教学重点，突出针对性和实用性。

为了突出职业教育特点，在教材中增加了食品科学的内容，如强化食品、保健食品、绿色食品、有机食品和转基因食品等，增加了教材的先进性和实用性，在合理营养中，为了满足学生毕业后从事社区服务的知识要求，增加了社区营养宣传教育和营养干预的内容，并对我国目前饮食习惯进行客观评价，突出了教材的针对性。

<<营养与膳食>>

书籍目录

第一章 绪论 一、营养与膳食的基本概念 二、营养与膳食和其它学科的关系 三、我国营养与膳食的发展与现状 四、营养与膳食的研究展望 五、学习营养与膳食的要求、方法和意义

第二章 营养素与能量 第一节 蛋白质 一、生理功能 二、氮平衡 三、必需氨基酸 四、食物蛋白质营养价值的评价 五、食物来源与供给量 六、生理与病理情况下的蛋白质供给 第二节 脂类 一、生理功能 二、必需脂肪酸 三、胆固醇与磷脂 四、食物来源与供给量 五、脂类与健康的关系 第三节 碳水化合物 一、碳水化物的分类与组成 二、生理功能 三、食物来源与供给量 四、碳水化合物与健康 第四节 能量 一、能量单位与能量系数 二、决定能量需要的主要因素 三、能量的供给 四、能量与健康 第五节 维生素 一、维生素A(视黄醇) 二、维生素D(钙化醇) 三、维生素E(生育酚) 四、维生素B1(硫胺素) 五、维生素B2(核黄素) 六、维生素PP(尼克酸) 七、叶酸 八、维生素C(抗坏血酸) 九、类维生素 第六节 无机盐及微量元素 一、钙 二、铁 三、锌 四、硒 第七节 各种营养素之间的关系 一、三大产热营养素之间的关系 二、维生素与产热营养素之间的关系 三、维生素之间的关系 四、无机盐之间和其它营养素的关系

第三章 各类食物的营养 第一节 谷类 一、谷类的结构与组成 二、谷类的营养特点 三、加工与烹调对营养的影响 四、谷类食物缺点与不足 第二节 豆类 一、豆类的分类 二、豆类的营养价值 三、豆制品的营养价值 四、豆类食品在我国膳食中的地位 第三节 动物性食物 一、畜肉类的营养价值 二、禽肉类的营养价值 三、鱼类的营养价值 四、蛋类的营养价值 五、奶类的营养价值 第四节 蔬菜和水果类 一、蔬菜水果的营养价值 二、加工烹调对营养的影响 三、蔬菜水果与健康的关系 第五节 食物的合理搭配 第六节 食物中的抗氧化作用 一、概述 二、食物中抗氧化剂的作用 第七节 无公害食品、绿色食品、有机食品 一、无公害食品 二、绿色食品 三、有机食品 第八节 保健食品、强化食品、转基因食品 一、保健食品 二、强化食品 三、转基因食品

第四章 不同生理人群的营养与膳食 第一节 孕妇、乳母的营养 一、孕妇的营养与膳食 二、乳母的营养与膳食 第二节 婴幼儿营养 一、婴幼儿的生理特点 二、婴幼儿的营养需要 三、婴幼儿的膳食 四、婴幼儿营养中应注意的问题 第三节 儿童、青少年营养 一、儿童、青少年的生理特点和营养要求 二、儿童、青少年的合理膳食 三、儿童、青少年营养中应注意的问题 第四节 中、老年人营养 一、中年人营养 二、老年人营养 三、中老年人营养中应注意的问题

第五章 营养调查与评价 第一节 膳食调查 一、膳食调查的目的 二、膳食调查的基本要求 三、膳食调查的方法 四、膳食调查的注意事项 五、膳食调查结果整理与评价 第二节 生化检查 一、营养生化指标检测的意义 二、营养生化指标检测的注意事项 第三节 体格检查 一、几种常用的人体测量指标 二、体格检查的各种评价指数 三、营养不足或缺乏的体格检查 四、体格检查的注意事项 五、营养调查结果分析与评价的内容

第六章 合理营养 第一节 合理营养的卫生要求 一、平衡膳食 二、合理加工与烹调 三、合理的膳食制度 四、保证食物安全 第二节 我国营养素需求标准 一、营养素生理需要量 二、营养素的供给量 三、我国居民膳食营养素参考摄入量 第三节 我国的膳食指南与营养政策 一、膳食结构 二、我国2001~2010年食物与营养发展纲要 三、我国居民膳食指南及平衡宝塔 第四节 我国饮食习惯的特点 一、我国饮食习惯中的优点 二、我国饮食习惯中的缺点 第五节 社区营养教育与干预 一、营养教育 二、营养干预

第七章 营养与疾病 第一节 蛋白质-热能营养不良 一、病因与分类 二、疾病代谢特点 三、临床表现 四、营养治疗及预防 第二节 缺铁性贫血 一、概述 二、病因 三、临床表现 四、营养治疗及预防 第三节 骨质疏松症 一、概述 二、病因及分类 三、骨质代谢特点 四、膳食因素与骨质疏松症 五、临床表现与诊断 六、营养治疗 七、预防 第四节 肥胖症 一、概述 二、病因及分类 三、肥胖对健康的影响 四、治疗 五、预防 第五节 动脉粥样硬化 一、概述 二、病因 三、膳食与动脉粥样硬化 四、膳食防治 第六节 肿瘤 一、概述 二、与肿瘤有关的膳食因素 三、预防肿瘤的膳食措施

第八章 疾病营养 第一节 医院营养膳食 一、基本膳食 二、治疗膳食 三、诊断试验膳食 第二节 营养支持 一、营养支持的途径 二、肠内营养与管饲 三、要素膳

<<营养与膳食>>

四、肠外营养 五、营养治疗的原则 第三节 心血管疾病的营养 一、冠心病的营养 二、原发性高血压的营养 第四节 胃肠道疾病的营养 一、胃炎的营养 二、消化性溃疡的营养 第五节 肝脏、胆囊、胰腺疾病的营养 一、肝脏疾病的营养 二、胆囊疾病的营养 三、胰腺疾病的营养 第六节 肾脏疾病的营养 一、急性肾炎的营养 二、慢性肾炎的营养 三、肾病综合征的营养 四、急性肾功能衰竭的营养 五、慢性肾功能衰竭的营养 第七节 糖尿病的营养 一、糖尿病的分型及治疗措施 二、糖尿病营养治疗的目的 三、糖尿病营养治疗的原则和要求 四、糖尿病营养治疗计划的制定 五、糖尿病病人食谱制定步骤 六、特殊情况下的营养供给 七、糖尿病的监测 八、营养咨询与膳食指导 第八节 肿瘤病人的营养治疗 一、发生营养不良的原因 二、肿瘤患者的营养治疗原则 实习指导 实习一 膳食调查 实习二 食谱制定 实习三 匀浆膳的配制 实习四 糖尿病人食谱制定 附表1 常见食物的一般营养成分 附表2 中国营养学会制定的膳食营养素推荐摄入量 附录 营养与膳食教学大纲

<<营养与膳食>>

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:<http://www.tushu007.com>