

<<有毒有害作业人员营养与膳食>>

图书基本信息

书名：<<有毒有害作业人员营养与膳食>>

13位ISBN编号：9787122118950

10位ISBN编号：7122118959

出版时间：2012-1

出版时间：化学工业出版社

作者：唐细良，杨乐华 主编

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>

## <<有毒有害作业人员营养与膳食>>

### 前言

俗话说得好：人是铁，饭是钢，一顿不吃饿得慌。

可见，人们对“吃饭”的重视非同一般。

通常人们所说的“营养”是人类摄取食物满足人体生理需要的过程。

随着社会经济的发展和人民群众生活水平的提高，人们对饮食、营养、健康、幸福的追求越来越高，传统的吃饱喝好已不能满足现代人的健康需求，特别是从事有毒有害工种作业人群和职业病患者的营养膳食问题，需要有科学的对策。

我国中医饮食营养学历史源远流长。

早在2000多年前的《周礼》中就有了食医的记载，“以五味、五谷、五药养其病”。

《黄帝内经》在饮食治疗和养生方面有明确的治则。

长沙马王堆汉墓出土的医书《五十二病方》中有大量食物入药的记载。

《神农本草经》记载有50种左右的药用食物。

《伤寒杂病论》中的食疗内容也很丰富，其中的当归生姜羊肉汤、猪肤汤等，至今仍是临床常用的食疗处方。

唐代孙思邈的《备急千金要方》中列有食治篇，是现存最早有关饮食疗法的专著。

孟诜著的《食疗本草》，全面总结了唐代以前的营养学和食治经验，是那一时期最有代表性的食疗专著。

元代忽思慧所著《饮膳正要》是饮食疗法的专门著作，记录了不少回、蒙民族的食疗方药和元蒙宫廷食物的性质及有关膳食的烹饪方法，至今仍有较高的参考价值。

明清时期，章穆的《调疾饮食辨》、丁其誉的《类物》、王孟英的《随息居饮食谱》等都属于较好的食疗专著。

中国是发展中大国，也是世界上从事有毒有害作业人数和职业病患者最多的国家之一。

为保护有毒有害作业人员免受职业危害和促进职业病患者的康复，我国政府十分重视对有毒有害作业人员和职业病患者的营养保健膳食。

早在1963年，原劳动部、卫生部、商业部、粮食部、财政部、国家统计局和全国总工会就联合下发了“关于贯彻国务院批转国家经委报告实行保健食品制度的联合通知”文件。

实践证明，科学的营养膳食对增强有毒有害作业人员和职业病患者的抵抗力，保护受到毒物特殊损害的器官或系统，发挥某些营养成分的解毒作用，补充人体的特殊消耗，增强食欲及促进吸收等方面有着十分重要的作用。

为使广大有毒有害作业人员和职业病患者对科学的营养膳食有较为全面的了解，本书在编写过程中始终贯彻“科普性”这样一个主题。

在内容与写作风格方面力求内容全面、通俗易懂，并注重实用性。

全书系统地介绍了有毒有害作业人员的职业危害、主要工种分布，以及重体力劳动、高温、噪声、异常气压、放射线、粉尘、有机磷农药、锰和汞等有毒有害作业人员和职业病患者的营养膳食问题。

参加本书编写、资料收集和文字审核的人员有唐细良、杨乐华、聂云峰、许明佳、余志林、严薇、王多多、何卫红、李华文、张丽娜、蒋然子、段玉娟、李蕾、陈坚峰、曹贤文和杨金星等，全书由唐细良和杨乐华审定。

本书文字简洁易懂，科普性、实用性强，是从事有毒有害作业人员和职业病患者以及营养师和食品加工工作人员的实用参考书。

由于作者受实践经验和知识水平的限制，书中不当之处恳请读者批评指正。

编者2011年5月

## <<有毒有害作业人员营养与膳食>>

### 内容概要

本书是关于有毒有害作业人员和职业病患者营养与膳食方面的科普书。全书系统地介绍了有毒有害作业人员的职业危害、主要工种分布,以及重体力劳动、脑力劳动、高温、噪声、异常气压、放射线、粉尘、有机磷农药、苯、锰和汞等有毒有害作业人员和职业病患者的营养膳食问题。

本书文字简洁易懂,科普性、实用性强,是从事有毒有害作业人员和职业病患者以及营养师和食品加工工作人员的实用参考书。

## <<有毒有害作业人员营养与膳食>>

### 书籍目录

- 一 有毒有害作业与职业病基本概念
  - 二 职业性有害因素分类与工种分布
  - 三 人体所需营养素简介
  - 四 有毒有害作业人员对营养的特殊需求
  - 五 食疗在预防和治疗职业病方面的重要性
  - 六 高温作业人员的营养与膳食
  - 七 低温作业人员的营养与膳食
  - 八 异常气压作业人员的营养与膳食
  - 九 高原低压缺氧环境作业人员的营养与膳食
  - 十 夜班及轮班作业人员的营养与膳食
  - 十一 脑力劳动人员的营养与膳食
  - 十二 电脑作业人员的营养与膳食
  - 十三 重体力劳动作业人员的营养与膳食
  - 十四 井下作业人员的营养与膳食
  - 十五 建筑人员的营养与膳食
  - 十六 汽车驾驶员的营养与膳食
  - 十七 噪声作业人员的营养与膳食
  - 十八 放射性工作人员的营养与膳食
  - 十九 粉尘作业人员及尘肺患者的营养与膳食
  - 二十 汞作业人员的营养与膳食
  - 二十一 铅作业人员的营养与膳食
  - 二十二 锰作业人员的营养与膳食
  - 二十三 镉作业人员的营养与膳食
  - 二十四 无机磷作业人员的营养与膳食
  - 二十五 有机磷农药作业人员的营养与膳食
  - 二十六 苯作业人员的营养与膳食
  - 二十七 苯胺类作业人员的营养与膳食
- 参考文献

## <<有毒有害作业人员营养与膳食>>

### 章节摘录

版权页：插图：在高温环境下劳动时，体内血液重新分配，皮肤血管扩张，腹腔内脏血管收缩，可能出现消化液（唾液、胃液、胰液、胆汁、肠液等）分泌减少，使胃肠消化过程所必需的游离盐酸、蛋白酶、脂酶、淀粉酶、胆汁酸的分泌量减少，胃肠消化功能减退；同时大量排汗以及氯化物的损失，使血液中形成胃酸所必需的氯离子储备减少，也会导致胃液酸度降低。

因此高温作业条件下常会出现食欲减退、食欲不振、消化不良以及其他胃肠疾病。

而在高温环境下，胃的排空加速，使胃中的食物在其化学消化过程尚未充分进行的情况下就被过早地送进十二指肠，从而使食物不能得到充分的消化。

此外，高温可使小肠的蠕动减慢，形成其他胃肠道疾病。

高温环境下食欲也会降低，除了消化液分泌减少外，另一方面，高温刺激下的体温调节中枢兴奋、饮水中枢兴奋，而摄食中枢因而受到抑制性影响，食欲下降。

4.循环系统的影响高温作业时大量出汗，水分大量丢失，从而使血液浓缩，同时高温使皮肤血管扩张，末梢血液循环增加，加上劳动的需要，肌肉的血流量也增加，造成心脏活动增加、心跳加快、血压升高、心血管负担增加，心血管系统经常处于紧张状态，可导致血压发生变化。

据报道高血压患者随着高温作业工龄的增长而增加。

5.神经系统的影响在高温和热辐射作用下，大脑皮质体温调节中枢的兴奋性增加，而中枢神经系统运动功能受抑制，因而，肌肉工作能力、动作的准确性、协调性、反应速度及注意力会降低，易发生工伤事故。

6.其他此外，长期从事高温作业的人员由于人体汗液蒸发较多，尿液浓度高，尿垢容易沉积形成结石。

高温还可降低机体对化学物质毒性作用的耐受度，使毒物对机体的毒作用更加明显。

高温也可以使机体的免疫力降低，抗体形成受到抑制，抗病能力下降。

## <<有毒有害作业人员营养与膳食>>

### 编辑推荐

《有毒有害作业人员营养与膳食》是由化学工业出版社出版的。

<<有毒有害作业人员营养与膳食>>

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>