

<<营养与膳食>>

图书基本信息

书名：<<营养与膳食>>

13位ISBN编号：9787030337290

10位ISBN编号：7030337298

出版时间：2012-4

出版时间：科学出版社

作者：魏玉秋 等主编

页数：150

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

本书内容包括绪论、人体的营养需要、食物的营养价值、合理营养与膳食、营养调查与评价、特殊人群的营养与膳食、常见病患者的营养与膳食、医院膳食等营养与膳食的基本知识。

此外，还介绍了《食物成分表》的使用方法、膳食中营养素的计算和评价、食谱编制的方法等营养学常用的工作方法。

各章有学习目标、小结和目标检测试题，以方便学生学习，附录中的中国居民膳食营养素参考摄入量和常用食物成分表可供学习时查阅。

本书适合中等职业教育三年制护理专业及其他医学相关专业学生使用。

<<营养与膳食>>

书籍目录

第1章 绪论

第1节 营养学的基本概念

第2节 营养学发展简史及在医学中的地位

第3节 营养与健康的关系

第4节 学习营养与膳食的目的与意义

第2章 热能与营养素

第1节 能量

第2节 蛋白质

第3节 脂类

第4节 糖类

第5节 维生素

第6节 无机盐及微量元素

第3章 不同生理人群的营养

第1节 孕妇和乳母的营养

第2节 婴幼儿营养

第3节 儿童与青少年营养

第4节 老年人营养

第4章 各类食物的营养价值

第1节 谷类食物的营养价值

第2节 豆类及豆制品的营养价值

第3节 蔬菜和水果的营养价值

第4节 畜禽肉及水产类的营养价值

第5节 奶类及奶制品的营养价值

第6节 蛋类及蛋制品的营养价值

第7节 菌藻类的营养价值

第5章 合理营养及评价

第1节 合理营养

第2节 膳食指南与平衡膳食宝塔

第3节 营养调查与评价

第6章 安全食品与食品科学

第1节 无公害农产品、绿色食品、有机食品

第2节 强化食品、保健食品、转基因食品

第7章 医院膳食

第1节 基本膳食

第2节 治疗膳食和营养途径

第3节 诊断试验膳食

第8章 常见疾病患者的营养与膳食

第1节 缺铁性贫血

第2节 心血管疾病

第3节 胃肠道疾病

第4节 肝胆疾病

第5节 肾脏疾病

第6节 糖尿病

第7节 肥胖病

第8节 骨质疏松

<<营养与膳食>>

第9节 痛风

第10节 恶性肿瘤

实习1 编制中职学生一日食谱

实习2 膳食调查与评价

实习3 糖尿病患者食谱编制

实习4 匀浆膳的配制

参考文献

目标检测选择题参考答案

营养与膳食教学基本要求

附录1 中国居民膳食营养素参考摄入量

附录2 常用食物成分表

<<营养与膳食>>

章节摘录

版权页:绪论人类作为地球上最成功进化的生物,站在了食物链的顶端。

作为地球的占有者、领导者和保护者,人类也一直为生存和繁衍不懈地努力着。

保证健康、延长寿命始终是人类共同追求的目标。

从古至今人们一直试图寻找长生不老的方法和药物。

然而,经过千百年的总结和积累,人类终于认识到,合理的营养与膳食是健康长寿最基本的手段和最有效的方法。

第1节 营养学的基本概念一、营养与膳食的含义营养是人体摄取、消化、吸收和利用食物中营养素维持生命活动的整个过程,也是人类通过摄取食物以满足机体生理需要的生物学过程。

也有人简单地说,营养是人类的摄食过程。

营养素是指食物中含有的能维持生命、促进机体生长发育和健康的化学物质。

目前已知必需的营养素有40余种,概括为七大类:蛋白质、脂肪、糖类(碳水化合物)、无机盐(包括微量元素)、维生素、水和膳食纤维。

蛋白质、脂类和糖类因为需要量多,在膳食中占的比重较大,称为“宏量营养素”;矿物质和维生素因需要量少,在膳食中占比重较小,称为“微量营养素”。

矿物质又分常量元素和微量元素,常量元素在人体内含量较多,微量元素在人体内含量较少。

<<营养与膳食>>

编辑推荐

《营养与膳食(第2版)》由科学出版社出版。

这本《营养与膳食(第2版)》由魏玉秋、左强主编,属于技能型紧缺人才培养培训教材、全国卫生职业院校规划教材,供中高职护理专业及其他相关专业教学使用。

本教材编写体现了“以就业为导向,以能力为本位,以发展技能为核心”的职业教育培养理念,理论知识强调“必需、够用”,强化技能培养,突出实用性,真正体现以学生为中心的教材编写理念。

<<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>