

<<实用营养师手册>>

图书基本信息

书名：<<实用营养师手册>>

13位ISBN编号：9787117117722

10位ISBN编号：7117117729

出版时间：2009-12

出版单位：人民卫生

作者：蔡东联

页数：2326

字数：2630000

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>

<<实用营养师手册>>

前言

饮食是生命活动的表现，也是治疗疾病和健康长寿的保证。

“民以食为天”，“安谷则昌，绝谷则危”；只有足食，才能安居乐业，“安民之本，必资于食”；只有身体健康，才能有所成就，有所贡献。

因此，饮食不仅维系着个体的生命，而且也关系到种族延续、国家昌盛、社会繁荣和人类文明。

对患者来说，合理平衡的营养饮食极为重要；“医食同源，药食同根”，表明营养饮食和药物对于治疗疾病有异曲同工之处；故营养科又有“第二药房”之称。

合理的营养饮食可提高机体预防疾病、耐受手术和麻醉的能力，减少并发症，促进疾病的康复。

在医学模式发生变化的今天，营养饮食的治疗作用显得越来越重要。

临床营养学作为新兴的边缘学科，介于临床医学和基础医学、预防医学和临床医学之间，具有强大的生命力。

合理的、及时的营养治疗，是临床综合治疗中的重要部分，对于提高临床医护救治水平有很大作用。

“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补精益气”，仍是当今营养学家一致公认最合理的营养饮食原则，这是我们祖先数千年前就已经提出的至理名言。

而“虚则补之，药以祛之，食以随之”，更进一步指出疾病除了药物治疗外，还应重视营养饮食；“三分治，七分养”，营养饮食也在其中。

随着社会的发展，生活水平的提高，临床营养备受重视。

《实用营养师手册》10年前出版，在当时来说是内容比较新的、全面的，但10年的变化很大。

在编写过程中，笔者补充了当前学科领域内最新的教学和研究成果，介绍食物、饮食对疾病的发生及发展的影响和治疗作用；营养饮食基础知识；某些疾病，如营养缺乏症、肥胖症、高脂血症、糖尿病、肿瘤等的营养治疗和中医食疗与药膳治疗方法；食物和药物之间的关系，某些药物对饮食和营养有影响；拟从营养饮食对疾病治疗效果的角度介绍营养治疗方法、食物禁忌和食谱；加强营养咨询和指导，利用现代科学技术，提高临床营养治疗水平，计算机对临床营养治疗的辅助作用；器官衰竭和移植时营养饮食治疗等内容；并将患者的营养状况评价单独成章列出。

总之，我们意在尽力介绍营养治疗的新成果、新技术、新方法。

<<实用营养师手册>>

内容概要

本书根据“古为今用，洋为中用”的原则，把现代营养学知识和祖国医学中的食疗和药膳紧密地结合起来，系统地介绍营养饮食基础知识，医院基本饮食、试验饮食、代谢饮食及各种治疗饮食，食谱的编制，营养饮食调查的方法和评价，信息技术在营养治疗中的应用，各种疾病的营养治疗，不同人群的饮食营养，不同环境的饮食营养要求及食品卫生、营养科室管理等方面的内容。

章节编排和写作力求科学性、实用性、新颖性，反映当代临床营养学的新理论、新方法和新技术。本手册可作为医院、疗养院、康复院的营养科，中医院食疗科的专业或管理人员的参考书，也可作为非营养专业人员的参考书及家庭藏书。

<<实用营养师手册>>

书籍目录

第一篇 总论篇 第一章 绪论 第一节 临床营养学发展史 第二节 临床营养与疾病 第三节 临床营养治疗原则 第四节 临床营养学的内容和进展 第五节 基本概念 第二章 营养学基础 第一节 概述 第二节 能量 第三节 蛋白质及谷氨酰胺 第四节 脂肪与胆固醇 第五节 糖类与食物纤维 第六节 矿物质和微量元素 第七节 维生素 第八节 水 第九节 营养素的相互作用 第三章 食物营养与食疗作用 第一节 概述 第二节 谷类 第三节 豆类和坚果类 第四节 蔬菜和水果类 第五节 畜禽肉类 第六节 水海产品类 第七节 蛋类和奶类 第八节 调味品和饮料类 第九节 药食两用动植物 第十节 其他中药 第十一节 合理利用食物 第四章 食物烹调加工 第一节 烹饪基础 第二节 火候 第三节 调味 第四节 菜肴盛装 第五节 基本方法 第六节 宴席及菜谱举例 第五章 中国八大菜系简介 第一节 概述 第二节 菜系之首鲁菜 第三节 巴蜀美味川菜 第四节 金齏玉脍苏菜 第五节 清淡鲜活粤菜 第六节 香酥酸辣湘菜 第七节 古色古香徽菜 第八节 南料北烹浙菜 第九节 清鲜和醇闽菜 第十节 随水流动创新派 第六章 医院基本饮食 第一节 营养与临床治疗 第二节 普通饮食 第三节 软食 第四节 半流质饮食 第五节 流质饮食 第六节 调剂饮食 第七节 食谱制订 第八节 治疗饮食 第七章 试验和代谢饮食 第一节 试验饮食 第二节 代谢饮食 第三节 医院患者饮食管理 第八章 肠内营养治疗 第一节 肠内营养种类 第二节 肠内营养制剂 第三节 肠内营养应用 第四节 肠内营养器械 第五节 家庭肠内营养 第九章 肠外营养治疗 第一节 概述 第二节 常用肠外营养制剂 第三节 肠外营养液配制 第四节 肠外营养输入径路 第五节 肠外营养适应证和禁忌证 第六节 肠外营养并发症 第七节 肠外营养监测和护理 第八节 肠内和肠外营养的相互关系 第十章 食疗与药膳 第一节 简介 第二节 食疗基本原则 第三节 食物性味和作用 第四节 常见病食疗 第五节 小儿食疗 第六节 药膳 第七节 法定药食两用动植物 第十一章 保健、绿色和强化食品 第一节 营养保健食品及其进展 第二节 保健食品 第三节 保健功能的检验方法 第四节 食品强化与食物新资源开发 第五节 无公害、绿色和有机食品 第六节 方便食品 第七节 转基因食品 第八节 正确选用保健食品 第十二章 饮食、营养与疾病 第一节 营养与肿瘤 第二节 饮茶与疾病 第三节 饮酒与疾病 第四节 咖啡因与疾病 第五节 营养不良与疾病 第十三章 营养与免疫、遗传和氧化应激 第一节 营养与感染 第二节 营养与免疫 第三节 营养与遗传 第四节 营养与氧化应激 第五节 植物化学物质 第十四章 营养饮食与药物 第一节 营养素与药物间消化吸收相互作用 第二节 营养素与药物代谢的相互作用 第三节 营养素与药物功能性相互作用 第四节 营养素与药物间特殊相互作用 第十五章 营养治疗和营养咨询 第一节 营养治疗内容和方法 第二节 营养咨询 第十六章 饮食营养调查 第一节 饮食调查 第二节 体格检查 第三节 实验室检查 第四节 营养缺乏症状调查 第五节 营养调查综合评价 第十七章 住院患者营养评价 第一节 机体组成及测定 第二节 动态营养状况评价 第三节 营养不良诊断及预后性评价 第四节 身体组成评价法和主观全面评价 第五节 综合评价 第十八章 营养流行病学方法 第一节 概述 第二节 描述性研究 第三节 分析性研究 第四节 流行病学实验研究 第五节 统计学方法在营养流行病学中的应用 第六节 推荐饮食模式 第七节 未来方向 第十九章 信息技术在临床营养中的应用 第一节 营养计算机与软件 第二节 计算机临床应用第二篇 各论篇第三篇 食品卫生篇第四篇 营养管理篇第五篇 附录

<<实用营养师手册>>

章节摘录

插图：比1972年增加2倍。

1984年《中国卫生统计提要》指出，我国心脑血管疾病死亡率比1957年上升近3倍。

在防治疾病方面，面临着严重挑战，饮食营养与很多疾病有非常密切的关系。

合理饮食可预防和治疗疾病，而饮食不合理则可引起或加重疾病。

食物是人类赖以生存的物质基础，与生老病死休戚相关。

“民以食为天”，说明饮食在任何时代、任何社会、对任何人来说都是头等大事。

为开发食物资源，我们祖先不惜以生命为代价，终于确立日益丰富的动植物性食物。

史载“神农尝百草，日遇七十二毒”，表明选择药物和食物的艰辛。

对所选择动物或植物加以驯养和培植，不断地扩充完善，形成今天丰富多彩的食物谱。

经过世代筛选，流传至今，谷肉果菜、山珍海味，不仅味道鲜美、营养价值高，且很容易被机体消化和吸收。

人们只要能正常进食，便能供给机体足够的营养素，以满足生长发育和代谢消耗的需要。

这就是食物所特有的优点，也是比金石药草、充斥市场的营养保健品优越之处。

通常食物和食品概念混用，而有些专业书籍中则称食物是食品原料。

食品不需要改变即可食用；而食物是需要经过加工，或改变性状之后才可供给人食用的物质。

食品是人生活中不可缺少的必需品，是人类生命活动的能源物质。

食品种类繁多，各种食品有不同的特性和营养素；但食品品质和量的好坏，不仅视其气味、滋味、组织性状及各种营养素含量，且要看其是否有益于食用者的健康，故任何食品均不得含有对人体有害的物质，这也是《食品卫生法》所规定的基本要求。

合理饮食营养有助于健康已是众所周知的事实。

随着社会生产力的发展，人民生活水平不断提高，饮食结构正发生改变。

因饮食营养知识普及不够，多数人在吃饱的同时，并不知道如何才能吃好，吃得科学，吃得符合合理饮食和合理营养原则。

许多与饮食营养有关的疾病发病率明显升高。

世界范围内的系列研究均证实饮食和很多疾病发生、发展及治疗效果和预后都有很大关系。

食物提供人类所需的一切营养素，如蛋白质、脂肪、糖类、维生素、矿物质和微量元素等。

原始人类饮血茹毛，火的发现使得人类饮食发生了巨大革命。

生的食物的许多营养素在人体内不能被消化吸收，利用率不高。

经热烹调加工后，食物营养素变得容易消化吸收，营养价值大大提高，且可有效地减少因食物不清洁所致的疾病。

<<实用营养师手册>>

编辑推荐

《实用营养师手册》是由人民卫生出版社出版的。

<<实用营养师手册>>

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