第一图书网, tushu007.com

<<营养与食品卫生学>>

图书基本信息

书名：<<营养与食品卫生学>>

13位ISBN编号：9787117160636

10位ISBN编号：7117160632

出版时间：2012-8

出版时间：孙长颢 人民卫生出版社 (2012-08出版)

作者：孙长颢 编

页数：533

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

内容概要

《卫生部“十二五”规划教材：营养与食品卫生学（第7版）》在严格遵循预防医学专业学生的培养目标和要求的基础上，密切结合高等医学教育改革中提出的培养创新性人才的需求，进行充分调研、又征求部分专家意见，最终确定了这次修订的指导思想。
本次教材修订主要是在编写框架和内容上进行了修订，又注重以下几点：①注重教材框架的逻辑合理性；②注重对营养学全貌的描述；③在保证“三基”、“五性”基本特点的同时，将该领域成熟的新理论、新知识写入教材，并根据营养与食品安全领域新颁布和新实施的公共政策、法规、标准及指南更新相应内容；④紧密联系实际，教材内容紧密结合预防医学和公共卫生的实际工作需求。

<<营养与食品卫生学>>

书籍目录

绪论 第一篇营养学 第一章营养学基础 第一节概述 一、食物成分 二、人体营养需要 第二节分子生物学在营养学中的应用 一、分子营养学概述 二、营养素对基因表达的调控 三、营养素对基因结构和稳定性的影响 四、基因多态性对营养素吸收、代谢和利用的影响 五、营养素与基因相互作用在疾病发生中的作用 第三节流行病学在营养学中的应用 一、营养流行病学概述 二、膳食暴露的测量 三、营养流行病学研究方法 第四节蛋白质 一、氨基酸 二、蛋白质的功能 三、蛋白质的消化、吸收和代谢 四、食物蛋白质营养学评价 五、蛋白质营养不良及营养状况评价 六、蛋白质的参考摄入量及食物来源 第五节脂类 一、脂肪及其功能 二、脂肪酸的分类及功能 三、类脂及其功能 四、脂类的消化、吸收及转运 五、膳食脂肪的营养学评价 六、脂类参考摄入量及食物来源 第六节碳水化合物 一、碳水化合物的分类 二、碳水化合物的消化、吸收及功能 三、碳水化合物的参考摄入量及食物来源 第七节能量 一、概述 二、人体的能量消耗 三、人体一日能量需要量的确定 四、能量摄入的调节 五、能量参考摄入量及食物来源 第八节矿物质 一、概述 二、钙 三、磷 四、镁 五、铁 六、锌 七、硒 八、铬 九、碘 十、其他 第九节维生素 一、概述 二、维生素A 三、维生素D 四、维生素E 五、维生素B1 六、维生素B2 七、烟酸 八、泛酸 九、维生素B6 十、生物素 十一、叶酸 十二、维生素B12 十三、维生素C 第二章食物中的生物活性成分 第一节概述 一、植物化学物的分类 二、植物化学物的生物活性 三、植物化学物吸收、代谢与排泄 第二节类胡萝卜素 一、结构与分类 二、生物学作用 第三节植物固醇 一、结构与分类 二、生物学作用 第四节皂苷类化合物 一、结构与分类 二、生物学作用 第五节芥子油苷 一、结构与分类 二、生物学作用 第六节多酚类化合物 一、黄酮类化合物的结构与分类 二、黄酮类化合物的生物学作用 第七节蛋白酶抑制剂 一、结构与分类 二、生物学作用 第八节单萜类 一、结构与分类 二、生物学作用 第九节植物雌激素 一、结构与分类 二、生物学作用 第十节有机硫化物 一、结构与分类 二、生物学作用 第十一节植酸 一、结构与分类 二、生物学作用 第十二节其他动物性来源的生物活性成分 一、辅酶Q 二、硫辛酸 三、褪黑素 第三章各类食物的营养价值 第一节食物营养价值的评价及意义 一、食物营养价值的评价及常用指标 二、评价食物营养价值的意义 第二节各类食物的营养价值 一、谷类及薯类 二、豆类及其制品 三、蔬菜、水果类 四、畜、禽、水产品 五、乳及乳制品 六、蛋类及其制品 七、坚果类 第三节食物营养价值的影响因素 一、加工对食物营养价值的影响 二、烹调对食物营养价值的影响 三、食物保藏对食物营养价值的影响 第四节食物成分数据库 一、概述 二、食物成分数据库概念和基本原则 三、食物成分主要研究内容和出版 四、食物成分数据应用 第四章公共营养 第一节概述 一、公共营养的特点 二、公共营养的目标和工作内容 三、公共营养问题的解决途径 第二节居民营养状况调查 一、营养调查的目的、内容与组织 二、营养调查方法 三、营养调查结果的分析评价 第三节公共营养监测 一、营养监测概述 二、营养监测系统 三、营养监测内容 第四节营养干预 一、营养教育 二、营养配餐与食谱制定 三、食品强化与新资源食品开发 四、慢性病的营养干预 第五节保证居民膳食营养的政策措施 一、中国居民膳食营养与健康现状 二、膳食结构对居民健康的影响 三、中国居民膳食指南与平衡膳食宝塔 四、食品营养标签 五、营养改善工作管理办法与营养立法 第五章特殊人群的营养 第一节孕妇和乳母的营养与膳食 一、孕妇 二、乳母 第二节特殊年龄人群的营养与膳食 一、婴幼儿营养与膳食 二、学龄前儿童营养与膳食 三、学龄儿童的营养与膳食 四、青少年营养与膳食 五、老年营养与膳食 第三节运动员的营养与膳食 一、运动员的生理特点 二、运动员的营养需要 三、不同运动项目的营养需要 四、运动员膳食 第四节特殊环境人群的营养与膳食 一、高温环境人群的营养与膳食 二、低温环境人群的营养与膳食 三、高原环境人群的营养与膳食 四、接触化学毒物人群的营养与膳食 五、接触电离辐射人群的营养与膳食 第六章临床营养 第一节病人的营养状况评价 一、膳食营养评价 二、人体测量 三、临床检查与实验室检查 第二节病人膳食管理 一、基本膳食 二、治疗膳食 三、诊断和代谢膳食 第三节围手术期营养 一、围手术期概念 二、围手术期病人的营养 第四节肠内与肠外营养 …… 第七章营养与营养相关疾病 第二篇食品卫生学 第八章食品污染及其预防 第九章食品添加剂及其管理 第十章食品新技术及其卫生学问题 第十一章各类食品卫生及其管理 第十二章食源性疾病及其预防 第十三章食品安全性毒理学评价及风险评估 第十四章食品安全监督管理 附录 参考文献 中英文名词对照索引

章节摘录

版权页： 插图： 5.维生素 （1）维生素A：妊娠期妇女缺乏维生素A与胎儿宫内发育迟缓、低出生体重及早产有关。
但妊娠早期增加维生素A摄入应注意不要过量，因为大剂量维生素A可能导致自发性流产和胎儿先天畸形。
故中国营养学会及世界卫生组织（WHO）均建议孕妇通过摄取富含类胡萝卜素的食物来补充维生素A。
中国营养学会建议妊娠早期和妊娠中晚期维生素A的RNI分别为：800μgRE／d和900μgRE／d，可耐受最高摄人量（tolerabIe upper intake Level，UL）值为2400μgRE／d。
（2）维生素D：维生素D可促进钙的吸收和钙在骨骼中的沉积。
故妊娠期对维生素D的需要量增加，这一时期缺乏维生素D与孕妇骨质软化症及新生儿低钙血症和手足抽搐有关；但过量也可导致婴儿发生高钙血症而产生维生素D中毒。
中国营养学会建议妊娠早期维生素D的RNl与非孕妇女相同，为5μg／d，妊娠中、晚期为10μg／d，UL值为20μg／d。
（3）B族维生素：维生素B1与能量代谢有关。
妊娠期缺乏或亚临床缺乏维生素B1时孕妇可能不出现明显的脚气病症状，而新生儿却有明显脚气病表现。
维生素B1缺乏也可影响胃肠道功能，尤其在妊娠早期由于早孕反应使食物摄人减少，易引起维生素B1缺乏，从而导致胃肠功能下降，进一步加重早孕反应。
中国营养学会建议妊娠期妇女维生素B1的RNI为1.5mg／d。
维生素B2也与能量代谢有关。
妊娠期维生素B2缺乏与胎儿生长发育迟缓、缺铁性贫血有关。
中国营养学会建议妊娠期妇女维生素B2的RNl为1.7mg／d。
临床上常用维生素B6辅助治疗早孕反应；维生素B6还与叶酸、维生素B12联用可预防妊娠高血压。
中国营养学会建议妊娠期妇女维生素B6的AI为1.9mg／d，维生素B12的AI为2.6mg／d。
叶酸不足与新生儿神经管畸形（无脑儿、脊柱裂等）的发生有关。
补充叶酸可预防神经管畸形已得到多项研究的证实。
研究表明，妇女在孕前1个月和孕早期每天补充叶酸400μgDFE可有效地预防大多数神经管畸形的发生。
中国营养学会建议妊娠期妇女叶酸的RNl为600μg DFE／d，UL为1000μg DFE／d。
（三）妊娠期营养对母体和胎儿的影响 1.妊娠期营养不良对母体的影响 （1）营养性贫血：包括缺铁性贫血和缺乏叶酸、维生素B12引起的巨幼红细胞贫血。
妊娠期贫血以缺铁性贫血为主，在妊娠末期患病率最高。
主要原因是膳食铁摄人不足；来源于植物性食物的膳食铁吸收利用率差；母体和胎儿对铁的需要量增加；某些其他因素引起的失血等。

编辑推荐

第一图书网, tushu007.com

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