

<<公共营养学实务>>

图书基本信息

书名：<<公共营养学实务>>

13位ISBN编号：9787122145697

10位ISBN编号：7122145697

出版时间：2012-9

出版时间：李莘莘 化学工业出版社 (2012-09出版)

作者：李莘莘 编

页数：223

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>

<<公共营养学实务>>

内容概要

《公共营养学实务》广泛收集了公共营养领域大量的实操案例，并结合编者多年的教学与实践经验，针对公共营养师职业活动的领域和真实情境编写而成。

共设以八个学习情境；膳食调查与营养评价，食品营养评价，人体营养状况测定的评价，食谱编制，食物的合理利用，食品污染的调查、分析与防制，食物中毒的诊断及处理，社区营养管理和营养干预等。

《公共营养学实务》是食品、营养相关专业学生学习公共营养学的适用教材，亦可作为公共营养师岗前、就业、转岗的培训教材。

<<公共营养学实务>>

书籍目录

情境一 膳食调查与营养评价 项目一 食物及营养素摄入量调查 任务一 估计食物重量 任务二 中国食物成分表的使用 项目二 膳食摄入量调查与膳食评价 任务一 询问法进行膳食摄入量调查及膳食评价 任务二 称重法进行膳食摄入量调查 任务三 记账法进行膳食摄入量调查 任务四 称重记账法进行膳食摄入量调查 任务五 化学分析法进行膳食摄入量调查 任务六 食物频率法进行膳食摄入量调查 任务七 营养专用软件在膳食调查中的应用 项目三 撰写膳食调查报告【技能练习题】 情境二 食品营养评价 项目一 食品营养价值的分析 任务一 营养质量指数算法 任务二 三大产能营养素的评价 项目二 典型食品营养标签的制作【技能练习题】 情境三 人体营养状况测定和评价 项目一 人体体格测量和评价 任务一 婴幼儿体格测量和评价 任务二 成年人体格测量和评价 项目二 医学检测结果分析 任务一 尿液检测结果分析 任务二 粪便检测结果分析 任务三 血样检测结果分析 项目三 营养不良的症状和体征判别 任务一 蛋白质—能量营养不良的症状和体征判别 任务二 维生素A缺乏病的症状和体征判别 任务三 维生素B1缺乏病的症状和体征判别 任务四 维生素B2缺乏病的症状和体征判别 任务五 维生素C缺乏病的症状和体征判别 任务六 维生素D缺乏病的症状和体征判别 任务七 锌缺乏病的症状和体征判别 任务八 铁缺乏病的症状和体征判别 任务九 硒缺乏病的症状和体征判别【技能练习题】 情境四 食谱编制 项目一 计算法编制食谱 任务一 计算法编制高考学生一日食谱 任务二 计算法编制孕妇一日食谱 任务三 计算法编制老年人一日食谱 项目二 食物交换份法编制食谱 任务一 食物交换份法编制学龄前儿童一日食谱 任务二 食物交换份法编制学龄前儿童一周食谱 项目三 计算机法编制食谱简介【技能练习题】 情境五 食物的合理利用 项目一 食物的营养 任务一 各种食物的营养价值特点 任务二 各种食物的合理选择 项目二 食物的合理加工、烹调与贮藏 任务一 谷类的合理加工、烹调与贮藏 任务二 豆类的合理加工、烹调与贮藏 任务三 蔬菜水果的合理加工、烹调与贮藏 任务四 畜禽类的合理加工、烹调与贮藏 任务五 蛋类的合理加工、烹调与贮藏 任务六 乳类的合理加工、烹调与贮藏 任务七 水产类的合理加工、烹调与贮藏【技能练习题】 情境六 食品污染的调查、分析与防制 项目一 食品的生物性污染 任务一 细菌污染及其防制 任务二 霉菌污染及其防制 任务三 寄生虫污染及其防制 任务四 昆虫污染及其防制 项目二 食品的化学性污染 任务一 农药污染及其防制 任务二 有毒金属污染及其防制 任务三 N—亚硝基化合物污染及其防制 任务四 多环芳烃类化合物污染及其防制 任务五 杂环胺类化合物污染及其防制 任务六 二噁英类化合物污染及其防制 任务七 食品容器和包装器材污染及其防制 项目三 食品的物理性污染 任务一 食品的杂物污染及其防制 任务二 食品的放射性污染及其防制【技能练习题】 情境七 食物中毒的诊断及处理 项目一 细菌性食物中毒 任务一 沙门菌食物中毒的诊断及处理 任务二 大肠埃希菌食物中毒的诊断及处理 任务三 葡萄球菌食物中毒的诊断及处理 任务四 副溶血性弧菌食物中毒的诊断及处理 任务五 变形杆菌食物中毒的诊断及处理 任务六 肉毒梭菌食物中毒的诊断及处理 任务七 蜡样芽孢杆菌食物中毒的诊断及处理 任务八 李斯特菌食物中毒的诊断及处理 项目二 真菌毒素和霉变食物中毒 任务一 赤霉病麦食物中毒的诊断及处理 任务二 霉变甘蔗中毒的诊断及处理 项目三 动物性食物中毒 任务一 河豚中毒的诊断及处理 任务二 鱼类组胺中毒的诊断及处理 任务三 麻痹性贝类中毒的诊断及处理 项目四 植物性食物中毒 任务一 毒蕈中毒的诊断及处理 任务二 含氰苷类食物中毒的诊断及处理 任务三 粗制棉油棉酚中毒的诊断及处理 项目五 化学性食物中毒 任务一 亚硝酸盐食物中毒的诊断及处理 任务二 砷中毒的诊断及处理 任务三 有机磷农药中毒的诊断及处理 任务四 锌中毒的诊断及处理【技能练习题】 情境八 社区营养管理和营养干预 项目一 营养与健康信息的收集 任务一 编制专项调查表 任务二 编制综合信息调查表 任务三 收集社区基本资料 项目二 营养与健康档案建立和管理 任务一 建立个人健康档案 任务二 人群基本资料的计算分析 项目三 营养干预方案设计和实施 任务一 社区食物营养干预方案设计 任务二 普通人群运动方案设计和运动能量消耗指导【技能练习题】 附录一 公共营养师职业标准 附录二 中国居民膳食营养素参考摄入量 参考答案 参考文献

章节摘录

版权页：插图：由上表可以看出，几种动物性蛋白质必需氨基酸总量均高于或接近模式含量，氨基酸比值也接近模式，其中以全鸡蛋蛋白质更为理想。

大豆、面粉、大米的赖氨酸无论绝对值和相对值均低于模式，所以质量稍差。

4.氨基酸评分法（AAS）蛋白质营养价值的高低也可根据其必需氨基酸的含量以及它们之间的相互关系来评价。

食物蛋白质氨基酸模式与人体蛋白质构成模式越接近，其营养价值就越高。

氨基酸评分则能评价其接近程度，是一种广为采用的食物蛋白质营养价值评价方法。

氨基酸评分也可称为蛋白质评分和化学评分。

氨基酸评分不仅适用于单一食物蛋白质的评价，还可用于混合食物蛋白质的评价。

该法的基本步骤是将被测食物蛋白质的必需氨基酸组成与推荐的理想蛋白质或参考蛋白质氨基酸模式进行比较。

为了便于评定，最初将鸡蛋或人奶蛋白质中所含氨基酸作为参考标准，因为它们是已知营养价值最好的蛋白质，并称为参考蛋白质；1957年FAO提出人的暂定氨基酸需要量模式，并以此代替鸡蛋蛋白质标准；1973年FAO/WHO有关专家委员会再次对人体氨基酸需要量进行评价而制定新的计分模式，并且认为尽管尚无实验证据表明其是否优于乳与蛋等优质蛋白质的模式，但是一般认为比全蛋或乳蛋白质的模式更为合适，并被广泛采用；1985年FAO/WHO/UNU联合专家会议，根据新近资料分别对婴幼儿、学龄前儿童（2—5岁）、学龄儿童（10—12岁）和成人提出了新的必需氨基酸需要量模式，与此同时再次修订了氨基酸计分模式如下： $AAS = \frac{\text{被测食物蛋白质每克氮（或蛋白质）中氨基酸含量（mg）}}{\text{参考蛋白质每克氮（或蛋白质）中氨基酸含量（mg）}} \times 100$ 第一限制性氨基酸评分值即为该食物蛋白质的最终氨基酸评分。

例如，1g某谷类蛋白质中赖氨酸、苏氨酸和色氨酸含量分别为23mg、25mg和13mg，而1g参考蛋白质中这三种氨基酸含量分别为58mg，34mg和11mg，按上式则可计算出赖氨酸的比值最低为0.4，故赖氨酸为第一限制氨基酸，该谷类的氨基酸评分为40。

显然，由于婴儿、儿童和成人的必需氨基酸需要量不同，对于同一蛋白质的氨基酸评分亦不相同。

婴儿和儿童对必需氨基酸的需要量远比成人高。

故对婴儿和儿童来说，受试蛋白质中任何一种必需氨基酸的最低分（第一限制氨基酸），对成人而言，其蛋白质质量并不一定很低。

<<公共营养学实务>>

编辑推荐

《高职高专"十二五"规划教材:公共营养学实务》是食品、营养相关专业学生学习公共营养学的适用教材,亦可作为公共营养师岗前、就业、转岗的培训教材。

<<公共营养学实务>>

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>