

<<营养与食品安全宝典>>

图书基本信息

书名：<<营养与食品安全宝典>>

13位ISBN编号：9787309064094

10位ISBN编号：7309064097

出版时间：2009-1

出版时间：复旦大学出版社

作者：郭红卫 主编

页数：199

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>

<<营养与食品安全宝典>>

前言

食品营养和食品安全与健康有着密切的关系，尤其是近代科学技术水平的发展、人们生活方式的改变，带来了新的食品营养与食品安全问题，表现为营养缺乏、营养不平衡和某些营养素过剩，以及食品的微生物污染、化学性物质污染、放射性物质污染等，这些仍然威胁着人类的健康。

缺乏某些营养素会引起营养不足，如在贫困地区儿童的蛋白质营养不良、缺铁引起的机体铁营养不良或缺铁性贫血仍然存在；而某些营养素摄入过多又是造成慢性疾病的重要因素之一，如肥胖、高脂血症、恶性肿瘤、心脑血管疾病等。

与食品安全相关的健康问题如三聚氰胺奶粉事件在中国已经成为重大的公共卫生问题。

因此，食品营养与食品安全始终是各国政府关注的重点，更与每一个人的生活息息相关。

<<营养与食品安全宝典>>

内容概要

本书针对大众所关心的食品营养与食品安全等方面的内容进行了详细介绍。

在第一篇“食品的营养与健康”中，从膳食推荐摄入量与膳食指南开始，在介绍合理营养膳食的要求和各种食物特点的基础上，再介绍各类营养素以及与营养相关的健康问题。

在第二篇“食品安全与健康”中，分别讨论了食品的细菌污染、天然毒素、化学污染、食品添加剂与食品安全，同时介绍了转基因食品的安全与营养评价、食品加工对食品的营养与卫生质量的影响等。

本书文字描述力求通俗易懂、深入浅出，具有可读性和普及性，使读者从中学到科学的健康知识，在日常生活中避免营养缺乏或某些营养素过剩的营养不平衡，以及食品污染等问题，真正做到科学营养、健康生活。

<<营养与食品安全宝典>>

作者简介

郭红卫，教授，博士生导师。

现为上海营养学会副理事长兼秘书长、中国营养学会常务理事、中华预防医学会食品卫生专业委员会常务委员，上海预防医学会理事、上海预防医学会食品卫生专业委员会主任委员、上海微量元素学会理事等。

主编《营养学》、《医学营养学》，《公共卫生监督学》、《营养与食品卫生》。

副主编《卫生学》、《营养失衡与健康》。

参加《营养与食品卫生学》、《分子毒理学基础》和《高级营养学》等的编写。

主要研究领域为营养与健康、食品安全与健康等。

现已发表相关论文50余篇。

曾获国家教委科技进步奖二等奖、三等奖，卫生部科技进步奖三等奖，吴阶平医学研究奖一保罗·杨森药学研究奖营养与食品安全专业三等奖，上海市教育系统比翼双飞奖。

<<营养与食品安全宝典>>

书籍目录

第一篇 食品的营养与健康 1 合理营养膳食的要求 一、中国居民膳食指南 二、中国食物与营养发展纲要(2001—2010年) 2 食品的主要营养成分与特点 一、植物性食物 二、动物性食物 3 碳水化合物与健康 一、碳水化合物的作用与参考摄入量 二、膳食纤维的作用与参考摄入量 三、血糖生成指数与高血糖负荷 四、机体糖代谢与糖尿病 4 脂类与健康 一、脂类的分类及特点 二、脂肪的消化与吸收 三、脂类对健康的影响(地中海饮食) 四、脂类代谢与动脉粥样硬化的形成 五、动脉粥样硬化患者的膳食营养治疗 5 蛋白质与健康 一、蛋白质的功能与代谢 二、蛋白质的食物来源与参考摄入量 三、蛋白质摄入不足与摄入过多 6 维生素与健康 一、维生素的特点 二、主要维生素的参考摄入量与食物来源 7 矿物质与健康 一、基本概念 二、常量元素 三、微量元素 8 能量平衡与健康 一、能量的来源 二、机体能量的消耗及影响因素 三、体重过低的危险性 四、肥胖的危险性 9 饮酒与健康 一、乙醇的吸收与代谢 二、饮酒对人体的不良影响 三、对饮酒的科学态度 四、营养与酒精性肝病 10 营养与健康 一、营养与免疫 二、营养与原发高血压 三、营养与肿瘤 第二篇 食品安全与健康 11 食品的细菌污染与食品安全 一、食品细菌的主要来源 二、影响食品腐败变质的因素 三、几种细菌性食源性疾病的疾病 12 食品的化学污染与食品安全 一、N-亚硝基化合物的毒性及预防措施 二、有毒金属污染及预防措施 三、杂环胺化合物的危害性及预防措施 四、农药对食品的污染 五、二英污染及其毒性 13 天然毒素与食品安全 一、霉菌毒素 二、水产品中的生物毒素 三、植物性食物中的天然毒素 14 食品添加剂与食品安全 一、食品添加剂的种类和特性 二、食品添加剂的选用原则 三、食品添加剂的安全使用 15 转基因食品安全性与应营养评价 一、转基因食品的概念 二、转基因食品的主要功能 三、国外对转基因食品的评价 四、我国对转基因食品的管理 附录一 食品卫生与食品安全的基本概念 附录二 中国食品卫生安全法律体系

章节摘录

插图：1 合理营养膳食的要求一、中国居民膳食指南膳食指南或称膳食指导方针或膳食目标，是针对各国各地区存在的问题而提出的一个通俗易懂、简明扼要的合理膳食基本要求，是一个有效的宣传普及材料。

根据两次全国营养调查结果和卫生部有关疾病状况的统计，发现我国人民中既有因食物品种单调或短缺、挑选不当或食用方法不科学而引起的营养缺乏病，如缺铁、缺维生素A、缺钙，也有因膳食成分搭配不合理，以致营养成分不平衡而形成的营养失调性疾病，如心血管疾病、脑血管疾病和恶性肿瘤等。

肥胖或超体重也已成为我国经济发达地区的主要营养问题。

因此，对膳食进行科学指导已成为十分迫切的社会需求。

中国营养学会紧密结合我国居民膳食消费和营养状况的实际情况，修订了1997年发布的《中国居民膳食指南》。

2008年1月颁布的《中国居民膳食指南》（2007）由一般人群膳食指南、特定人群膳食指南和平衡膳食宝塔三部分组成。

<<营养与食品安全宝典>>

编辑推荐

《营养与食品安全宝典》由复旦大学出版社出版。

<<营养与食品安全宝典>>

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>