

<<老年营养学>>

图书基本信息

书名：<<老年营养学>>

13位ISBN编号：9787309091793

10位ISBN编号：7309091795

出版时间：2012-9

出版时间：复旦大学出版社

作者：（美）伯恩斯坦，（美）罗根 著，孙建琴 等译

页数：369

字数：602000

译者：孙建琴

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>

## <<老年营养学>>

### 内容概要

伯恩斯坦、罗根原著的《老年营养学》以营养本科学生、营养专业研究生为主要对象，充分考虑到所获信息的深度和广度，以及将来营养学继续拓展和深入研究的需要，为他们提供广泛且专业的营养知识，以便将来使他们能胜任老年人营养保健工作。

本书也是营养和健康专业人员手中一部实用的参考书，帮助他们不断更新防治老年人常见疾病的营养知识和基本技术。

本书还介绍了与老年人健康密切相关的社会学，以及经济、行为科学和管理学等内容，可帮助政府和相关管理部门制定应对老龄化的适宜政策、完善老年人健康的保障体系。

## <<老年营养学>>

### 作者简介

主要著作有：《中国电视史》、《北美传播研究》、《传播论稿》、《中外广播电视史》、《传媒的历史与分析：大众媒介在加拿大》（译著）。

合作著作有：《传播理论：起源、方法与应用》（译著）、《聚焦“焦点访谈”》、《广播电视新闻概论》、《守望社会：电视暗访的边界线》、《第一媒介：全球化背景下的中国电视》等。

## <<老年营养学>>

### 书籍目录

#### 第一章 老龄化导论与人口学特征

人口统计学

膳食指南

健康人生2010

美国老年管理局

少数民族老年人群

西班牙裔美国人

非洲裔美国人

美国土著人

亚洲裔美国人与太平洋岛屿居民

高加索美国白人（非西班牙裔白人）

健康与幸福

保健工作者

#### 第二章 衰老引起的生理变化

衰老引起的全身性改变

皮肤、头发和指甲

眼睛和视力

耳部和听力

鼻和口

肺部和胸腔

心脏

腹部

肾脏

乳房和外生殖器

肌肉与骨骼

神经系统

睡眠和衰老

心理健康

老年人的营养问题

维生素D

钙

维生素K

年龄增长引起的实验室检测指标改变

#### 第三章 老年人宏量营养素的需求

营养素推荐量

膳食营养素参考摄入量

能量需求

膳食碳水化合物

碳水化合物推荐量

膳食纤维

水平衡和推荐摄入量

水的摄入

液体的排泄

脱水

水的推荐量

<<老年营养学>>

脂肪

必需脂肪酸

心脏病

蛋白质

生理衰老与蛋白质需求

膳食蛋白质

第四章 老年人对维生素的需求

维生素A

维生素形式及其前体

生理功能

吸收

代谢

膳食来源

推荐摄入量

缺乏

毒性

维生素D

形式

生理功能与代谢

吸收

推荐摄入量

膳食来源

缺乏

毒性

维生素E

形式和别名

生理功能

吸收

代谢

推荐摄入量

膳食来源

缺乏

毒性

维生素K

形式

生理功能

吸收

代谢

推荐摄入量

膳食来源

缺乏

毒性

B族维生素：维生素B12，维生素B6和叶酸

形式

生理功能

吸收

代谢

## <<老年营养学>>

推荐摄入量

膳食来源

缺乏

毒性

维生素C

其他B族维生素

### 第五章 老年人的矿物质需求

常量矿物质

营养缺乏：体重过轻

营养过剩：肥胖

老年人营养问题

老年营养学：一个公共卫生问题

营养是卫生保健体系的一部分

老年人的营养服务

公共医疗补助费用减免计划

### 第二十二章 老年人的健康促进与疾病预防

健康老龄化

病理老龄化

健康促进与疾病预防

病理老龄化中的虚弱和残疾

生存质量

成功老龄化——健康促进与疾病预防的产物

营养在老年健康促进与疾病预防中的作用

心脏疾病

心脏疾病的健康促进与预防

胆固醇与膳食脂肪

运动

戒烟

糖尿病

糖尿病与运动

肺疾病

营养干预

戒烟

控制体重

骨质疏松症

骨质疏松症患者的营养干预

负重运动

可导致骨质疏松症恶化的药物

肥胖

肥胖与饮食

肥胖和运动

营养产品和膳食补充剂

食品安全

生物危害

预防食源性疾病

食品操作与制备

食物储藏

## <<老年营养学>>

疾病预防和健康促进的具体策略

美国糖尿病协会

国家癌症研究所和美国癌症研究协会

美国心脏协会

国家胆固醇教育计划 (NHLBI)

运动

医学营养治疗

其他营养干预

钙

磷

镁

钠

氯

钾

微量矿物质

铁

锌

铜

铬

硒

铝

钼

锰

镍

碘

氟

### 第六章 老年人的嗅觉和味觉

口腔

舌

唾液分泌障碍 (口干症)

牙和牙龈疾患

对化学风味物质的感觉能力

味觉

嗅觉

风味

老年人对化学风味物质感觉丧失的原因

能改善风味和提高感官享受的食材

味道浓郁的食物和调味料

浓缩水果汁和果酱

酸

香草和香料

拌入干香料

糖

脂肪

味精

葡萄酒或其他果酒

提升食物味道和饮食享受的技巧

## <<老年营养学>>

选择高质量的食物

注重外观

提高饥饿感

激活嗅觉记忆

对比质地、大小和形状

温度多样化

开放饮食

鼓励充分咀嚼

改善口味的实际应用

居家和保健机构食谱

饭店食谱

西班牙式浓郁烹饪技术

开胃食品

### 第七章 胃肠道衰老

与年龄相关的胃肠道变化

老年人的胃肠道问题

口腔

牙齿

吞咽困难及吞咽疼痛

异物吸入

食管

烧心

胃食管反流病

食管裂孔疝

上消化道疾病

消化性溃疡

应激性溃疡

恶心和呕吐

胃轻瘫

吸收障碍

老年人常见的下消化道疾病

抗生素相关性肠炎

乳糖不耐受（肠乳糖酶缺乏）

肠易激综合征

肠缺血

纤维在下消化道疾病中的作用

憩室病与憩室炎

便秘

嵌塞

腹泻

大便失禁

痔疮

胃肠道肿瘤

胃癌

结直肠癌

### 第八章 老龄化和心血管系统

心脏病的营养流行病学



## <<老年营养学>>

通过饮食预防心脏病的研究

心血管疾病的危险因子

心血管疾病的危险因素

高血压

烟草

锻炼

血脂异常

其他心血管疾病

心律失常

外周动脉疾病 (PAD)

心肌梗死

心力衰竭

心脏病性厌食

第九章 肾/泌尿生殖系统衰老

肾脏

尿路疾病

尿失禁

尿路感染

前列腺疾病

阳痿和勃起障碍

结石

泌尿生殖系统肿瘤

肾癌

前列腺癌

膀胱癌

肾脏疾病

高血压

液体和电解质问题

低钠血症

高钠血症

低钾血症

高钾血症

肾衰竭

慢性肾衰竭

终末期肾脏病

透析

第十章 老年血液系统疾病患者的营养管理

生理机制

血液组分

骨髓

红细胞的产生

B细胞和T细胞

粒系干细胞

老年造血系统

老年人贫血

贫血的症状和体征

综合性评估

## <<老年营养学>>

### 诊断

总铁结合力和转铁蛋白

缺铁性贫血

铁吸收的抑制因素

铁吸收的增强因素

疾病发展的阶段

缺铁性贫血的表现

铁的实验室检测

缺铁性贫血的管理

药物的相互作用可影响治疗成功和潜在的并发症

铁超载

含铁血黄素沉着症

原发性血色病

铁超载的管理

其他的疾病

慢性疾病性贫血

巨幼红细胞性贫血——维生素B12和叶酸的缺乏

维生素B12缺乏性贫血

叶酸缺乏

骨髓增生异常综合征

铁粒幼细胞贫血

难治性贫血

轻型地中海贫血

维生素和矿物质对血液疾病的重要性

高同型半胱氨酸血症

维生素C

维生素B1和维生素B12

维生素K

钙

铜

锌

蛋白质能量营养不良 (PCM)

### 第十一章 老年人内分泌和代谢变化与营养

糖尿病

流行病学

糖尿病的分类

危险因素

糖尿病的预防

糖尿病前期

糖尿病症状和诊断

糖尿病并发症

糖尿病管理

饮食

运动

药物治疗

糖尿病小结

内分泌系统

## <<老年营养学>>

垂体和下丘脑

甲状腺

甲状腺功能失调

甲状旁腺

低钙血症

骨质疏松

佩吉特病

肾上腺

水代谢

肾上腺皮质疾病

肾上腺功能不全：阿迪森病

库欣综合征

### 第十二章 老年人的癌症与营养

流行病学

存活

预防

食用水果和蔬菜

体重

低脂饮食

反式脂肪酸

降胆固醇药物

叶酸及钴胺素

纤维

    3脂肪酸

胡萝卜素

维生素D

阿司匹林和维生素E

多种维生素的使用

咖啡

肉类诱变剂

常见癌症和饮食建议

前列腺癌

乳腺癌

肺癌和支气管癌

结肠癌和直肠癌

癌症治疗

手术

化疗

放疗

免疫疗法

治疗的不良反应：营养和症状处理

蛋白质能量营养不良

免疫功能不全的患者

厌食

恶病质

疲劳

虚弱与跌倒

## <<老年营养学>>

味觉改变

口干症（口干）

黏膜炎和口腔炎

吞咽困难

恶心和呕吐

腹泻

便秘

晚期癌症

营养的供给途径

姑息治疗

### 第十三章 老年人的神经功能变化及其对营养状况的影响

食欲和厌食

厌食的体质原因

策略

癌症恶病质和厌食

老年抑郁症

治疗

孤独

长期护理

阿尔茨海默病和其他痴呆与营养

治疗

帕金森病和膳食问题

帕金森病和进餐

帕金森病的治疗

药物不良反应的营养管理

老年脑卒中患者

脑卒中的预防

脑卒中后遗症

维生素B12缺乏性痴呆

脊髓灰质炎后综合征

### 第十四章 老年人的体重减轻和肥胖

营养不足与体重减轻的重要性

营养不良的促成因素

衰老的生理变化

机械屏障导致营养不良

疾病状况导致营养不良

心理因素导致营养不良

与营养不足有关的社会因素

老年人体重减轻的后果

干预

肥胖

生理变化

肥胖相关问题

肥胖的其他后果

减肥还是不减肥

### 第十五章 老年人饮酒

酒精和饮酒的定义

## <<老年营养学>>

流行病学

性别

酗酒相关理论

遗传学

年龄相关的变化, 影响酒精摄入量

营养摄入

危险因素

酒精及其生理与病理生理学

大脑和神经系统

维生素和营养缺乏

肝脏

食管癌

胃

胰腺

心脏

肌肉骨骼

免疫系统

癌症

睡眠

药物和酒精的交互作用

酒精依赖的筛查

饮酒对老年人的积极作用

骨密度

心血管益处

痴呆

建议

酒精依赖的管理

维生素

药物

非药物干预: 治疗和教育

### 第十六章 老年人营养状况评价

营养状况

营养筛查

营养筛查目标

营养筛查工具

其他营养筛查方法

营养评估

定义和目的

营养评估的组成

人体测量

体重

身高

人体成分

围度测定

生物电阻抗测定

肌酐身高指数

双能X线骨密度仪 (DXA)

## <<老年营养学>>

生化检测/实验室数据

影响生化指标的因素

临床评估

身体功能评定

口腔状况

药物使用

酗酒

身体残疾和功能状态

功能下降

功能依赖

日常生活活动 (ADLs) 和工具性日常生活活动 (IADLs)

认知和心理功能 (精神状态)

精神状况的评估

社会、心理和经济因素

收入

社会隔离

文化因素, 食物喜好和宗教信仰

膳食评估

膳食评估的目的

分类

回顾性方法

前瞻性方法

食品安全

### 第十七章 营养、药物与老年人：相互作用和影响

老年人常用药物分类

医疗保险D部分

补充剂和替代药物的使用

食物和药物的相互作用

老年人药代动力学和药效学的变化

吸收

分布

代谢

清除

药物对靶细胞的动态平衡效应

受体

营养的正常生理(营养生理)

意识

影响中枢神经系统的药物

食欲

机体运转

咀嚼, 形成食团, 吞咽

协调和运动功能

蠕动

引起胃肠道反应的药物

药物引起胃肠道损伤

影响胃肠道运动的药物

影响胃酸的药物

## <<老年营养学>>

营养素的吸收和利用

### 第十八章 老年人的营养支持

营养支持适应证

口服补充剂

肠内营养支持

肠内喂养方案

肠内喂养输注设备

肠内营养支持的并发症

肠外营养

家庭营养支持

伦理与营养支持

### 第十九章 老年人的运动——营养指导

锻炼对老年人的重要性

影响运动能力的衰老生理变化

老年人营养紊乱及其对锻炼的影响

功能性变化

运动使老年人体成分得到优化

老年病人运动能力和需求评估

体力活动和运动指南

运动处方的医学筛查

运动在预防和治疗常见老年症状中的应用

营养方面的考虑

锻炼项目的实施方法

### 第二十章 老年人的饮食与文化多样性

食物选择与老年群体

伴随老龄化的食物选择变化

不同民族/种族老年人的膳食模式

膳食模式：营养教育和干预的启示

适宜文化的老年方案

### 第二十一章 美国老年人的营养服务

营养在健康老龄化中的作用

老龄化的营养挑战

<<老年营养学>>

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>