

<<营养师考试指南>>

图书基本信息

书名：<<营养师考试指南>>

13位ISBN编号：9787509125052

10位ISBN编号：7509125057

出版时间：2009-2

出版时间：蔡东联 人民军医出版社 (2009-02出版)

作者：蔡东联 编

页数：215

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>

## <<营养师考试指南>>

### 前言

营养是健康的物质基础。

营养学是研究饮食、营养与人体健康关系的科学。

近几年来,随着我国社会经济发展,人民生活水平的提高,政府相关部门对营养日益重视,人们对营养与健康的关系越来越关注。

合理营养、平衡饮食、预防疾病、促进健康,已成为广大民众的迫切需求。

因此,在全国范围内已掀起学习营养学、改善生活质量的热潮。

实践证明,指导合理饮食、增进健康必须要有一定专业知识和工作经验的营养师执行。

为了广泛普及营养知识,提高全民营养素质,培养专业营养技术人才,培训合格的营养师是非常迫切的任务。

营养师应对营养学的基本理论、基本知识和基本技能有一定程度的理解和掌握。

本书以《中国营养科学全书》和《营养师必读》为主要参考书,适合参加营养师考试的人员阅读。

希望营养学爱好者能充分理解营养学知识,顺利通过考试,这是我们编写此书的初衷。

本书包括基础营养、社区营养、食品营养与卫生和营养与疾病4部分,每章的习题集分为重点、提要、习题和参考答案。

习题集包括名词解释、填空题、是非题、单选题、多选题、简答题和论述题7个部分。

本习题集可供营养师和营养学爱好者考试复习时作为参考。

我们力求精益求精、知识全面,对需要考试的营养师和营养学爱好者有启发和指导作用。

但营养学科是以营养生化为基础,包括人类营养学、营养与食品卫生学、公共营养学、临床营养学等,是一个多学科、内容全面的综合学科。

由于水平有限,难免有错漏之处,竭诚希望各位读者提出批评建议。

编者2009年1月1日

## <<营养师考试指南>>

### 内容概要

本书依据《国家公共营养师职业资格考试》要求编写，分为基础营养、社区营养、食品营养与卫生和营养与疾病四部分（共4章）。

每章分为4节，内容分别为：大纲要求，点明了考试重点；基本提要，对考点进行解析；习题，模拟7种考试题型；参考答案，帮助考生正确答题。

本书涵盖营养学的基本理论、基本知识和基本技能，适于参加营养师考试的人员复习阅读。

## <<营养师考试指南>>

### 作者简介

蔡东联，主任医师，教授，博（硕）士生导师。

任第二军医大学附属长海医院营养科主任、第二军医大学临床营养学教研室主任、中国人民解放军临床营养中心主任、上海职工医学院客座教授；兼任中国人民解放军临床营养专业委员会主任委员、中华临床医学会副理事长、上海茶叶学会副理事长兼科技工作委员会主任、中国茶叶学会理事、中国老年学会营养与食品分会理事、中华医学会肠外肠内营养分会常务理事兼营养师协作组组长、上海市预防医学会食品卫生专业委员会理事、上海市医学会科普专业委员会理事、上海市营养学会理事、中华名医协会理事、国际传统医学会理事，美中国际营养杂志总编辑、中国临床营养杂志编委、茶报编委、家庭用药编委、营养与食品卫生杂志编委、国外医学卫生学分册编委、氨基酸与生物资源杂志编委、中华实用医药杂志常务编委、中华现代临床医学杂志编委、肠外与肠内营养编委、中国临床康复常务编委、中国医学荟萃杂志编委、上海医学编委等。

上海宝钢餐饮服务公司首席营养师。

蔡东联教授为人正派，学风端正，多次被评为优秀党员和优秀教师，并荣立个人和集体三等功多次。

指导博（硕）士生已毕业的10余名，在读博士、博士后、硕士近20人。

对临床营养学和营养与食品卫生学造诣颇深，先后主持或参加30多项国家、军队、学校和医院等各类基金课题的研究，熟练掌握营养学、临床营养学的各种动物实验方法，以及毒理学急、慢性试验和特殊毒理学的畸变、突变和癌变研究的动物实验方法。

多次获得国家、军队和院医疗或科技成果奖多项，2004年被评为全国茶叶科技优秀工作者。

主编出版《食疗·药膳》、《临床营养治疗学》、《临床营养学》、《现代饮食治疗学》、《实用营养师手册》、《老年饮食营养》、《家庭营养万宝全书》、《学校系列保健丛书》《新概念饮食营养系列丛书》等70多部专著，发表论文300余篇。

## &lt;&lt;营养师考试指南&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 基础营养第一节 大纲要求第二节 基本提要一、人体的构造与功能二、食物的消化与吸收三、能量四、营养素第三节 习题一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题六、简答题及答案七、论述题及答案第四节 参考答案一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题第二章 社区营养第一节 大纲要求第二节 基本提要一、社区营养的概念、特点、工作目的和内容二、营养素需要量与饮食营养素参考摄入量三、用饮食营养素参考摄入量评价饮食四、用饮食营养素参考摄入量计划饮食五、饮食结构和膳食指南六、营养配餐与食谱编制七、营养调查与评价 八、营养教育九、特殊人群和环境营养第三节 习题一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题六、简答题及答案七、论述题及答案第四节 参考答案一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题第三章 食品营养与卫生第一节 大纲要求第二节 基本提要一、食物营养二、食品污染及其预防三、各类食品的卫生要求四、食物中毒及其预防五、营养强化食品六、保健食品七、食品加工技术八、烹饪基础第三节 习题一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题六、简答题及答案七、论述题及答案第四节 参考答案一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题第四章 营养与疾病第一节 大纲要求第二节 基本提要一、营养缺乏和中毒二、医院饮食三、住院患者的营养评价四、疾病的营养治疗第三节 习题一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题六、简答题及答案七、论述题及答案第四节 参考答案一、名词解释二、填空题三、是非题四、单选题五、多选题

## &lt;&lt;营养师考试指南&gt;&gt;

## 章节摘录

- 第一章 基础营养第一节 大纲要求
1. 营养师、临床营养师和公共营养师的定义、工作内容与职业范围和营养师相关的法律法规。
  2. 人体的基本组成与系统构成；人体的基本生理功能；主要消化器官的功能；消化酶的种类及主要功能；食物吸收的主要形式；食物吸收的主要部位。
  3. 千焦(kJ)和千卡(kcal)的概念及换算关系；生热产能营养素的能量系数；能量来源的合理分配；人体能量消耗；能量缺乏和过剩的危害及表现。
  4. 氮折算成蛋白质的折算系数；蛋白质的生理功能；人体必需氨基酸的概念和种类，氨基酸模式及限制氨基酸的基本概念及意义；氮平衡的基本概念及其意义；蛋白质的营养评价；蛋白质的互补作用；蛋白质的主要食物来源；饮食蛋白质中优质蛋白质应占比例；评价蛋白质营养状况的常用方法和常用血、尿生化指标；蛋白质—能量营养不良的危害和表现。
  5. 脂类的分类、生理功能；脂肪酸的分类和命名规则；必需脂肪酸的概念与种类；多不饱和脂肪酸的生理功能；含磷脂丰富的食物；含胆固醇高的食物；常用食用油脂脂肪酸的组成特点；饮食脂肪的主要食物来源。  
糖类的分类、生理功能和主要食物来源。
  6. 常量元素的概念及人体需要的主要常量元素；人体必需微量元素的种类。  
钙的主要生理功能；促进和抑制钙吸收的因素；钙缺乏的危害、缺乏病常见症状及体征；饮食中钙的参考摄入量和钙的主要食物来源。  
食物中铁的存在形式、主要生理功能、主要食物来源；促进和抑制铁吸收的因素；饮食中铁的参考摄入量 and 评价铁营养状况的常用指标。  
碘的主要生理功能、在食物中的来源。  
锌的主要生理功能；锌缺乏的常见体征；饮食中锌的参考摄入量和含锌丰富的食物。  
硒的主要生理功能和含硒丰富的食物。  
铜、铬、钼、氟的主要生理功能。

## <<营养师考试指南>>

### 编辑推荐

《营养师考试指南》涵盖营养学的基本理论、基本知识和基本技能，适于参加营养师考试的人员复习阅读。

<<营养师考试指南>>

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>