

《新编营养师手册(第二版)》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年04月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787122128966

内容简介

本书共分七章，包括营养学基础、各类食物的营养价值、人群营养、公共营养、临床营养、营养强化与保健食品以及食品卫生等。深入浅出地论述了人体需要的基础营养素，人的生活、工作需要的营养素；营养素不足或过量对健康的不良影响；适宜的营养素种类和数量；各种营养素的适宜比例以及食品的污染及防治等。特别对食品安全部分进行了着重介绍。

本书不仅是营养师的参考手册、工具书，也是广大居民的营养知识参考读本。

读者对象：

本书不仅是营养师的参考手册、工具书，也是广大居民的营养知识参考读本。

目录

第一章 营养学基础

第一节 人体构成及食物的消化吸收

一、人体中主要消化液

二、碳水化合物的消化、吸收与代谢

三、脂类的消化、吸收与代谢

四、蛋白质的消化、吸收与代谢

第二节 热能

一、概述

二、人体的热能消耗

三、人体一日热能需要量的确定

四、热能供给

第三节 蛋白质

一、概述

二、蛋白质的组成

[显示全部信息](#)

前言

营养学是研究食物营养与人体健康关系的一门学科，与国计民生关系密切，在增进人民体质、预防疾病、保护和提高健康水平等方面起着重要作用。营养师是普及营养知识、指导居民合理膳食的重要力量。当今社会需要大量合格的营养师，更需要优秀的营养师

。提高营养师的知识水平、普及营养知识，是我们面临的重要任务。编写本书的目的是让更多的营养师深入理解营养、食品与人体健康、疾病的关系，全面系统地掌握营养学和食品卫生学的基本理论和基本技能，并能结合实际工作中的问题和需求，进一步提高自己，为改善人民营养水平、保证食品的安全卫生、增进人民体质做出贡献。

本书共分七章，包括营养学基础、各类食物的营养价值、人群营养、公共营养、临床营养、营养强化与保健食品以及食品卫生等。深入浅出地论述了人体需要的基础营养素，人的生活、工作需要的营养素；营养素不足或过量对健康的不良影响；适宜的营养素种类和数量；各种营养素的适宜比例以及食品的污染及防治等。在第一版的基础上，本版特别对食品安全部分进行了着重的叙述，深入浅出地论述了食品的污染及防治等。此版还丰富了临床营养部分内容，对保健食品部分进行了精练。

该书不仅是营养师的参考手册、工具书，也是广大居民的营养知识参考读本。限于编者水平，书中疏漏及不当之处在所难免，敬请广大读者批评指正。

编者2011年8月

第1版前言 当今人们追求的是健康，只有拥有健康才会有完美人生，才能有家庭的幸福、事业的成功和社会的和谐发展。个体的生长、发育、成长和繁衍，需要的物质基础是营养素；人的生活、工作需要消耗营养素，所以必须不断地补充营养素。营养素的不足或过量都可能对健康造成不良影响，适宜的营养素种类和数量，各种营养素之间适宜的比例是健康长寿的基础。经过多年的改革开放，我国的经济有了长足的发展，物质供给极大地丰富，特别是食物、食品供给，应有尽有、琳琅满目。那么，我国的营养状况、健康状况是否随着物质供给的改善有同样的改善了呢？2002年全国营养调查资料表明，“营养缺乏病在不断减少，而营养过剩引起的慢性非传染性疾病不断增加”。造成这种状况的原因是，营养知识没有在人群中普及，不知道如何是“吃好”，如何是吃得合理，吃得科学。在居民日常生活习惯中有优良传统，也有陋习；有饮食文化的精髓，也有糟粕；有传统饮食习惯的误区，也有新出现、新遇到的问题，都需要科学的营养学知识来正确指引和发扬光大。国家对居民的营养状况、健康状况更为关注，卫生部将制定“营养改善条例”，为国民的营养改善提供法律保障。全国人民将更加关注健康，关注营养。人民需要营养知识。营养师是普及营养知识，指导居民合理膳食的重要力量。社会需要大量合格的营养师，需要优秀的营养师。2007年4月，中华人民共和国劳动和社会保障部制定的“公共营养师”国家职业标准，营养师的职业定义是“从事公众膳食营养状况的评价与指导、营养与食品知识传播，促进国民健康的专业人员”。提高营养师的知识水平，普及营养知识是我们面临的重要任务。本书对营养学作了系统、全面的介绍，深入浅出地讲解了营养学基础、各类食物的营养价值、人群营养、营养缺乏病的营养治疗等，内容与中华人民共和国劳动和社会保障部制定的“公共营养师”国家职业标准的要求一致，是营养师的参考手册、工具书，也是广大居民的营养知识普及读本。能为普及营养知识，改善我国广大居民的营养状况，提高人民群众的健康水平做些贡献是我们的心愿，也是我们的荣幸。营养学知识博大精深，并且发展迅速，由于编撰时间仓促，编者的学术造诣有限，缺点、错误在所难免。殷切希望营养学界前辈、同仁、读者不吝赐教，以使本书进一步完善。编者2007年11月

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)