

# 《饮食与健康》

## 图书基本信息

书名：《饮食与健康》

13位ISBN编号：9787506008334

10位ISBN编号：7506008335

出版时间：1997-03

出版社：东方出版社

作者：向春阶

页数：282

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

## 书籍目录

### 序

#### 一、吃 生命的基础

1. 食物在体内的作用
2. 生命的基础 蛋白质
3. 能量的来源 糖
4. 十分重要的脂肪
5. 维生素的生理功能
6. 不可低估的水
7. 奇妙的微量元素

#### 一、食 营养的来源

1. 谷类
2. 豆类及豆制品
3. 蔬菜与水果
4. 肉类
5. 水产类
6. 蛋类及其制品
7. 奶

#### 三、合理膳食

1. 调配平衡膳食
2. 合理烹调
3. 膳食制度
4. 食物禁忌

#### 四、因人择食

1. 孕妇膳食
2. 乳母膳食
3. 婴幼儿膳食
4. 儿童青少年膳食
5. 中老年人膳食
6. 特殊职业人员膳食
  - (1) 运动员合理膳食
  - (2) 高温作业人员膳食
  - (3) 低温工作人员膳食
  - (4) 飞行员、航空乘客的饮食调整
  - (5) 铝作业人员膳食
  - (6) 放射线作业人员膳食
  - (7) 知识分子膳食
  - (8) 航海人员膳食

#### 五、患者膳食与食疗

1. 病人的基本膳食
  - (1) 普通饭
  - (2) 软饭
  - (3) 半流质
  - (4) 流质
2. 特殊的膳食
  - (1) 高蛋白膳食
  - (2) 高热能膳食
  - (3) 低蛋白膳食

- (4) 少油膳食
- (5) 少渣膳食
- (6) 多渣膳食
- (7) 要素饮食

### 3. 常见疾病的饮食治疗

#### (1) 胃肠道疾病的饮食治疗

- 胃、十二指肠溃疡的饮食治疗
- 急性肠道传染病的饮食治疗
- 便秘的饮食治疗

#### (2) 肝、胆、胰疾病的饮食治疗

- 病毒性肝炎的饮食治疗
- 肝硬化病人的饮食治疗
- 胆囊炎及胆石症的饮食治疗
- 胰腺炎的饮食治疗

#### (3) 肾脏病的饮食治疗

- 急性肾小球肾炎的饮食治疗
- 慢性肾小球肾炎的饮食治疗
- 尿毒症的饮食治疗

#### (4) 常见外科疾病的饮食治疗

- 口腔疾患术后的饮食治疗
- 扁桃体切除术后的饮食治疗
- 腹部一般手术后的饮食治疗
- 骨折病人的饮食治疗
- 烧伤病人的饮食治疗

#### (5) 消耗性疾病的饮食治疗

- 发烧病人的饮食治疗
- 贫血的饮食治疗
- 结核病人的饮食治疗
- 甲状腺机能亢进的饮食治疗
- 肿瘤病的饮食治疗

#### (6) 糖尿病的饮食治疗

#### (7) 婴幼儿常见疾病的饮食治疗

- 消化不良症的饮食治疗
- 营养不良的饮食治疗

#### (8) 心脑血管疾病的饮食治疗

- 高血压疾病的饮食治疗
- 脑溢血的饮食治疗
- 冠心病的饮食治疗

#### (9) 合理饮食与健美

- 怎样才能使皮肤健美
- 美发食品
- 如何通过饮食保持身材美

# 《饮食与健康》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)