

<<孕产妇营养方案>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇营养方案>>

13位ISBN编号：9787810601160

10位ISBN编号：7810601164

出版时间：2001-12

出版时间：第二军医大学出版社

作者：荫士安,李春德

页数：329

字数：226000

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>

<<孕产妇营养方案>>

内容概要

本书根据孕产妇的生理特点和营养需要，系统地介绍了孕期和哺乳期的膳食安排，常见食谱的制作方法，孕期和哺乳期营养缺乏病的预防方法，食物的营养价值以及常用食物中营养素含量等几个方面的内容，适用于准做妈妈的妇女和喂奶的妈妈阅读，用于指导科学、合理地安排孕期和哺乳期的膳食。

<<孕产妇营养方案>>

作者简介

荫士安，医学博士，博士研究生导师，中国预防医学科学院营养与食品卫生研究所研究员，妇幼营养研究室主任，现为中国营养学会理事、中国营养学会妇幼营养分会副主任委员、中国学生营养促进会理事。

1998年获国家政府特殊津贴。

承担国家级、部级或国际合作项目10多项，在

<<孕产妇营养方案>>

书籍目录

第一章 孕期的生理变化 人体胚胎发育概况 孕期各期的生理特点 孕期的生理变化 胎儿畸形的预防第二章 孕期的营养需求 孕期营养原则 孕期饮食调节 孕期营养需求第三章 乳母的生理特点及营养需求 乳母的生理特点和推荐的每日营养素摄入量 乳母营养状况对乳汁营养成分的影响 乳母的膳食安排第四章 食物营养价值及营养素含量分布特点 谷类 豆类、坚果类及油料 蔬菜和水果 奶类及其制品 肉类 水产类 蛋类及其制品第五章 孕期营养方案 孕初期营养方案 孕中期营养方案 孕晚期营养方案第六章 分娩期和产褥期的营养方案 分娩期和产褥期的营养方案 产褥期常用食谱的制作方法 产妇宜选用哪些滋补食品第七章 哺乳期营养方案 食物选择 哺乳期常用食谱的制作方法第八章 营养缺乏病的预防及常见病的营养方案 补充钙和维生素D的营养方案 预防和治疗贫血的营养方案 补充维生素A的营养方案 其他营养食谱制作方法 预防便秘的营养方案 妊娠高血压综合征孕妇的营养方案 妊娠合并糖尿病孕妇的营养方案附录一 中国居民膳食指南及平衡膳食宝塔附录二 简易食物成分表

<<孕产妇营养方案>>

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>