

<<孕产妇同步营养方案>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇同步营养方案>>

13位ISBN编号：9787810603362

10位ISBN编号：7810603361

出版时间：2003-12-1

出版时间：第二军医大学出版社

作者：荫士安

页数：324

字数：223000

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>

<<孕产妇同步营养方案>>

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，适用于准备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。

<<孕产妇同步营养方案>>

作者简介

荫士安，医学博士，博士研究生导师，中国疾病预防控制中心营养与食品安全所研究员，妇幼营养研究室主任，现为中国营养学会理事、妇幼营养分会主任委员、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十多项，在国内外发表科研论文一百

<<孕产妇同步营养方案>>

书籍目录

目录第一章 孕期的生理变化与营养代谢特点 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 孕期的营养需要 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要 乳母的生理特点和推荐的每日营养素摄入量 乳母的营养状况对乳汁中营养成分的影响 乳母的膳食安排第四章 食物的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 孕期营养方案第六章 分娩期和产褥期营养方案第七章 哺乳期营养方案第八章 营养缺乏病的预防及常见的营养方案 附录1 中国居民膳食指南及平衡膳食宝塔附录2 简易食物成分表附录3 中国儿童素质早教工程简介附录4 中国早教网介绍

<<孕产妇同步营养方案>>

媒体关注与评论

书评孕妈咪的营养好坏不仅关系着孕妈咪的身体健康，还间接影响到以后的乳汁分泌和宝宝的健康，如何安排孕妈咪的饮食才是科学的？国内知名营养专家将为您揭开这个答案。

<<孕产妇同步营养方案>>

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>