

<<婴幼儿食品安全通用手册>>

图书基本信息

书名：<<婴幼儿食品安全通用手册>>

13位ISBN编号：9787810864596

10位ISBN编号：7810864599

出版时间：2009-3

出版时间：柴一兵 第四军医大学出版社 (2009-03出版)

作者：柴一兵

页数：266

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>

<<婴幼儿食品安全通用手册>>

前言

婴幼儿的成长发育需要全面均衡的营养，而营养是从食物中获得的。

然而面对丰富的物质供应和琳琅满目的食物，许多父母却不知道如何选择婴幼儿的食物，因为他们不知道哪些食物是安全的，哪些食物是存在安全隐患的。

婴幼儿对食物的安全要求很高，因为这关系到孩子的健康。

然而我们却经常在报道中看到这样的消息：蔬菜的农药残留超标、养殖的猪带瘦肉精、浙江海域污染严重海鲜吃不得……近来三鹿奶粉事件更是闹得沸沸扬扬，其实这已经不是第一次发生儿童食品安全问题了。

4年前的阜阳“大头娃娃”事件，3年前的果冻事件……每一件都使父母的记忆犹新。

那么，婴幼儿应该吃些什么食物、怎样吃才能健康成长呢？

为了回答这些父母急欲知道的问题，我们特别编写了这本《婴幼儿食品安全通用手册》。

本书本着科学实用和注重可操作性的原则，主要介绍了六个方面的内容：婴幼儿健康成长始于安全地吃；聚焦婴幼儿安全食物；婴幼儿怎样吃更安全；解析婴幼儿食物过敏和食物不耐受性；婴幼儿营养不良的解决之道；婴幼儿生病用食疗方。

本书内容翔实，方便父母查询，能解决婴幼儿在日常生活中遇到的食物安全问题，从而使您的孩子更健康的成长。

<<婴幼儿食品安全通用手册>>

内容概要

婴幼儿的健康成长关键在于安全地吃，哪些食物对婴幼儿来说是可以放心吃的，怎样吃更安全？如何预防、解决婴幼儿食物过敏和食物不耐受性？

怎样才能使自己的孩子避免营养不良，针对婴幼儿常见疾病，有哪些食疗方法可供父母选择？

《婴幼儿食品安全通用手册》以科学为基础，注重实用性与可操作性，是一本指导妈妈注意孩子饮食与营养的健康读物。

<<婴幼儿食品安全通用手册>>

书籍目录

导言：三鹿奶粉事件VS父母反思：我的孩子要吃什么？

第一篇 婴幼儿健康成长始于安全地吃了解婴幼儿消化系统发育特点了解新生儿消化系统的生理特点婴幼儿的消化器官。

幼儿消化系统发育的特点婴幼儿的营养需求婴儿的营养阶梯婴儿的营养需求1-3岁幼儿的营养需求4-6岁儿童的营养需求婴幼儿安全饮食存在的误区不利于婴幼儿成长的饮食误区让宝宝远离危险食品让宝宝远离饮食误区婴幼儿五星级危险食品排行榜易使宝宝中毒的不安全食物怎样留住食物的营养科学烹制食物留住营养如何为宝宝留住食物中营养食物正确配对，营养加倍宝宝口味的食物婴幼儿大便凸显食物安全学会透视宝宝的大便宝宝经常便秘怎么办？

评价婴幼儿营养状态的方法第二篇 聚焦婴幼儿安全食物婴幼儿的最佳健康食物——母乳妈妈的乳汁，最营养的食物怎样判断母乳够不够吃？

不宜母乳喂养的10种情况妈妈提高母乳质和量的方法哺乳妈妈的禁忌食物关于牛奶的是是非非营养全面的牛奶婴幼儿喝牛奶的学问婴幼儿配方奶粉的是与非揭秘三聚氰胺婴幼儿的安全食物——蔬菜婴幼儿的安全食库——蔬菜为婴幼儿选择安全的蔬菜食品婴幼儿护眼多吃深绿色蔬菜科学制作婴幼儿的蔬菜食品婴幼儿吃蔬菜全攻略让宝宝多吃蔬菜的妙招婴幼儿要科学吃菠菜、土豆婴幼儿的营养源泉——水果婴幼儿吃水果的学问婴幼儿水果可以这样吃常见水果的营养价值婴幼儿主食不能忽视为婴幼儿选择安全的主食宝宝不能只吃素食婴幼儿吃主食的原则科学吃零食保健康幼儿成长离不开零食控制婴幼儿过度吃零食的妙方婴幼儿吃零食的禁令婴幼儿的晚间食物——夜宵婴幼儿该不该吃夜宵呢？

幼儿睡前食物“黑名单”婴幼儿应该喝什么婴幼儿喝饮料害处多给婴幼儿喝什么好婴幼儿喝水要科学第三篇 婴幼儿怎样吃更安全 新生儿及婴儿安全喂养方案新生儿及婴儿的安全饮食原则人工喂养新生儿和婴儿ABC为宝宝增添辅食科学断奶的方法婴儿喂养中的安全误区科学服用鱼肝油和钙1-3岁幼儿婴儿安全喂养方案1-3岁幼儿安全饮食法则危害1-3岁幼儿健康的食品1-3岁幼儿要多食益智食物安全健康喝酸奶吃鸡蛋有学问4-6岁儿童安全喂养方案4-6岁的儿童的安全饮食法则4-6岁儿童饮食禁忌……第四篇 解析婴幼儿食物过敏和食物不耐受性第五篇 婴幼儿营养不良的解决之道第六篇 婴幼儿疾病的食疗

<<婴幼儿食品安全通用手册>>

章节摘录

第一篇 婴幼儿健康成长始于安全地吃了解婴幼儿消化系统发育特点刚刚出生的新生儿的消化系统还未发育完全，要安全喂养，首先就要了解新生儿消化系统的生理特点。

专家指导胎儿胃肠道内无气体，新生儿吞咽功能完善，出生后不久胃囊中就见气体，整个消化道尤其是下消化道运动较快，出生时咽下的空气3-4小时内到达直肠。

新生儿的胃肠道在出生时是无菌的，但出生后几小时便经口将空气中的细菌传入，而在肠道培养出细菌来，这些细菌是合成维生素K的重要物质。

新生儿在解剖上，肠比例较成人长，因此有较大的吸收面积，而肌层薄弱，蠕动又快，只能适应流食的消化吸收。

出生时新生儿的胃容积为60-80毫升，排空时间为2-4小时，故需少量多餐。

新生儿生后24小时内排出胎便，胎便是由胎儿吞入羊水水中的胎脂，肠黏膜脱落上皮细胞，肠黏膜分泌物及胆汁组成，黏稠、无味，呈墨绿色；出生后12小时开始排泄，3-4天排完，转为棕黄色、疏松大便，此期为过渡便；到第4天出现典型的奶便。

若24小时未解胎粪，应检查是否有肛门闭锁或消化道畸形，偶有胎粪性肠梗阻和腹膜炎。

早产儿由于胎便形成较少和肠蠕动无力，胎便排出常延迟。

新生儿肝脏酶活力低，易致新生儿生理性黄疸。

早产儿肝脏更不成熟，生理性黄疸程度较足月儿严重，且持续时间长；另外，肝内糖原储存少，肝合成蛋白质亦不足，常亦发生低血糖和低蛋白血症。

<<婴幼儿食品安全通用手册>>

编辑推荐

一书在手，育儿无求。

关注孩子健康从婴幼儿的饮食开始！

《婴幼儿食品安全通用手册》是一本正确指导您注意宝宝饮食的科学宝典！

<<婴幼儿食品安全通用手册>>

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>