

<<营养与食品卫生学 第三版>>

图书基本信息

书名：<<营养与食品卫生学 第三版>>

13位ISBN编号：9787117025614

10位ISBN编号：7117025611

出版时间：2001-8

出版时间：人民卫生

作者：林希贤 编

页数：203

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>

## <<营养与食品卫生学 第三版>>

### 内容概要

本书是1994年卫生部组织编写、修订的中等医学第三轮规划教材，主编和编者由卫生部教材办公室审定聘任。

该书是在第二版《营养与食品卫生学》教材的基础上，以1994年卫生部颁布的中等预防医学专业教学计划和教学大纲为依据进行修订的。

本教材突出体现专业培养目标和医学模式的转变，强化基础理论、基本知识和实践技能，适当反映本学科发展的新理论和新技术，注重理论知识与工作实践相结合的能力培养，为此，加强了食品卫生监督管理内容和实习实验部分，体现培养中级实用型卫技人才的目标。

本书也是该专业统编教材历届版本的延续，编写组担负着承前启后的任务，因此，在这次编写、修计过程中尽可能把前几版教材中的适宜内容继承下来，以对为本学科教材建设作出贡献的先辈们表示敬意。

## &lt;&lt;营养与食品卫生学 第三版&gt;&gt;

## 书籍目录

绪论第一章 营养学概论 第一节 人体营养基础 一、蛋白质 二、脂类 三、碳水化合物  
四、热能 五、无机盐与微量元素 六、维生素 第二节 各类食品的营养价值 一、植  
物性食品的营养价值 二、动物性食品的营养价值 第三节 合理营养 一、合理营养的概念  
与基本要求 二、食物结构与膳食指南 三、食物烹调的意义及合理烹调的要求 第四节 特殊  
生理人群的营养与膳食 一、孕妇、乳母的营养需要及膳食 二、小儿的营养需要与膳食特点  
三、中老年人的营养需要及膳食特点 第五节 营养调查 一、营养调查目的和内容 二、膳  
食调查的意义和方法 三、营养状况临床检查和生化检验 四、营养调查结果的分析与评价第二  
章 食品卫生学总论 第一节 食品污染及其对人体健康的影响 一、食品污染的概念和分类  
二、食品污染对人体健康的影响 三、防止食品污染的一般措施 第二节 食品的细菌污染与  
腐败变质 一、食品的细菌污染 二、食品腐败变质 第三节 食品保藏 一、低温保藏  
二、高温灭菌保藏 三、脱水保藏 四、盐腌、糖渍和酸渍保藏 五、辐照保藏 第四节  
真菌毒素对食品的污染及预防 一、概述 二、黄曲霉毒素 三、与食品污染关系密切的其它  
真菌毒素 第五节 农药对食品的污染与预防 一、农药污染食品的途径 二、常用农药对食品  
的污染和毒性 三、控制农药对食品污染的措施 第六节 有害金属对食品的污染及其预防 一  
、汞对食品的污染 二、镉对食品的污染 三、铅对食品的污染 第七节 N - 亚硝基化合物对  
食品的污染 一、N - 亚硝基化合物污染食品的来源及合成条件 二、N - 亚硝基化合物污  
染食品对人体的危害 三、防止食品污染措施 第八节 食品容器和包装材料的卫生 一、塑料  
容器、包装教材的卫生问题 二、橡胶、涂料、陶瓷和包装纸的卫生问题 第九节 食品添加剂  
一、食品添加剂的概念及使用要求 二、常用的食品添加剂第三章 各类食品的卫生 第一节  
谷类食品的卫生 一、谷类食品的主要卫生问题 二、粮谷贮存、加工中的卫生问题 第二节  
豆类与豆制品的卫生 一、大豆的合理加工 二、豆制品的卫生要求 第三节 蔬菜、水果的卫  
生 一、蔬菜水果的主要卫生问题 二、蔬菜水果的加工、贮存、运输和销售中的卫生要求 第  
四节 肉类食品的卫生 一、屠宰后肉品的理化变化 二、屠宰过程的卫生要求 .....第四章  
食物中毒及预防第五章 食品卫生监督和管理 实习指导附表 推荐每日膳食中营养素供给量

## 章节摘录

版权页：插图：1.碳水化合物的分类 碳水化合物又称糖类，是由碳、氢、氧三种元素组成的一大类化合物，其中多数糖类所含氢与氧的比例与水分子相同，故称之为碳水化合物。

根据碳水化合物的分子结构不同，可分为单糖、双糖和多糖三类。

(1) 单糖类：食物中主要的单糖有葡萄糖、果糖和半乳糖等。

单糖是碳水化合物的最简单组成形式，只含有一个糖分子，易溶于水，可直接被人体吸收和利用。

葡萄糖为单糖中最重要的一种，主要存在于植物性食物中，尤以水果中含量高。

人体血液中的糖类主要是葡萄糖，人体的血糖就是指血液中葡萄糖的含量。

人在饱食后大量葡萄糖将进入血液，血液中葡萄糖浓度可显著升高。

果糖是甜度很高的一种糖，其甜度为蔗糖的1.75倍。

果糖多存在各种水果中，而蜂蜜中含量很多，因此蜂蜜的甜度很高。

半乳糖是乳糖分解而成的，它不单独存在于天然食物中。

(2) 双糖类：这类糖是由两个分子单糖结合而成的，在食物中主要的双糖有蔗糖、麦芽糖和乳糖。

蔗糖为一分子葡萄糖和一分子果糖构成的，是人们日常多用的食糖，如红白砂糖、水果糖等。

蔗糖在甘蔗、甜菜中含量最高，其它水果如香蕉、菠萝、大枣、柿子中含量也较高。

它在人体消化道经酸和酶的作用后，分解为葡萄糖和果糖被吸收利用。

麦芽糖由两分子葡萄糖构成，在谷类种子芽中含量较多。

含淀粉的食物在口腔中经唾液淀粉酶分解后，即可变为麦芽糖，所以食物中的麦芽糖多来源淀粉的分解。

乳糖主要存在于人和动物的乳汁中，它是由一分子葡萄糖和一分子半乳糖构成。

乳糖不易溶于水，因此，吃入含乳糖食物后，乳糖在肠道吸收较慢，有助于乳酸菌的生长繁殖，可拮抗腐败菌的生长繁殖，这对防止婴儿肠道疾病是非常有益的。



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>