

<<食品营养学>>

图书基本信息

书名：<<食品营养学>>

13位ISBN编号：9787122091857

10位ISBN编号：7122091856

出版时间：2011-1

出版时间：化学工业

作者：李铎

页数：338

字数：567000

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>

## <<食品营养学>>

### 前言

全基因组学研究显示，人类起源于南非，历经万余年之变迁而形成了99%的相同基因，而仅有不足1%不同基因导致了今天的不同种族、不同肤色、不同相貌、不同身高、不同发质的人种。

人们一定会问：究竟什么原因导致如此大的不同？

回答很简单——环境，而环境中饮食是最主要的影响因素。

食物是人类赖以生存的基础，其膳食结构随环境的变化而改变。

一个地区或民族的膳食模式和烹饪方法是人们为了适应当地环境而逐渐形成的。

随着科技的飞速发展和全球一体化进程的推进，人们之间的交流日趋频繁，我国传统的膳食模式和烹饪方法受着外来文化的冲击。

研究发现膳食模式和烹饪方法与健康及寿命密切相关。

营养学应以膳食为基础，其定义和研究内容正在不断地发展及完善。

循证最佳的膳食模式和烹饪方法，研究其食物成分对健康和寿命的影响机理，通过膳食干预提高人类的生命质量，这无疑是营养科学工作者的共识。

感谢在本书的撰写过程中给予我大力支持和帮助的我的博士研究生谢勇、袁高峰、黄涛、李归浦、李华、邹祖全、张治国、宗红、宋薇、扈晓杰、张京顺；硕士研究生周赐琴、蔡贞贞、郑钜圣、杨斌、陈莹、寿天星；访问学者张旭副教授。

## &lt;&lt;食品营养学&gt;&gt;

## 内容概要

本书共分为二十章，内容包括：简述了世界和我国的营养学发展史以及吉森宣言提出的新营养科学；今天营养学工作者的共识是如何以循证的方法理解和应用已有的营养学信息：通过食品生产加工使所有人在任何时候均可在物质和经济上获得足够、安全以及富有营养的食物，以满足其积极和健康生活的膳食需要及食物偏好；食物为人体提供了必需的营养素和一些具有生物活性的功能成分，但某些食物也含有一些天然毒素，如摄入过量会引起中毒或不良反应；一些人对食物中的某种成分敏感，可能会引起过敏反应；食物是人类赖以生存的基础，其成分与各种非传染性流行病相关，然而，许多疾病是完全可以合理的膳食结构来预防的；膳食中的营养素和功能成分，例如n-3多不饱和脂肪酸会影响体内多种与健康有关的基因的表达；鉴于对营养基因相互作用研究的不断深入，使通过对基因个体特异性的人群进行营养诊断、干预以及治疗成为可能；经个性化及社团化的营养评价与监测获得的结论是制定营养政策和膳食指南的基础；通过宣传和普及现有的循证营养知识是每一位营养人的神圣使命。

本书是一部本科生的专业教科书，也可作为研究生、营养师、科研人员、临床医务人员以及与食品营养相关人士的参考书。

## <<食品营养学>>

### 作者简介

营养学博士(澳大利亚RMIT大学)。

现任浙江大学食品科学与营养系教授、博士生导师、亚太临床营养学会营养与食品安全中心主任、联合国粮农组织和世界卫生组织(FAO/WHO)营养专家组专家、WHO营养指导专家顾问组专家、亚洲素食联盟副主席、《Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition》杂志主编、《Annals of Nutrition and Metabolism》等7份国际杂志和4份国内杂志编委。

目前主要从事食品营养与非传染性流行病的研究。

回国前任澳大和亚RMIT大学食品科学系营养学高级研究员。

共发表论文240余篇，著作7部/章，专利12项。

十一度被美国Who's Who(世界名人录)收录；获亚太临床营养学会2007年度奖；获英国剑桥国际传记中心授予的2005年健康工作者年度奖；获中国学生营养与健康促进会授予的2004年学生营养与健康工作贡献奖。

## &lt;&lt;食品营养学&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 食品营养概论 第一节 食品营养学的发展史 一、化学与改革 二、食品营养学理论的形成 第二节 现代食品营养学 第三节 中国营养学 一、中国古代营养学 二、中国现代营养学 第四节 吉森宣言 一、生物、社会和环境领域 二、个人、人口与星球健康 三、食物体系和营养科学 四、21世纪的总体挑战 五、21世纪营养学的挑战 六、总则 七、定义和目的 参考文献第二章 循证营养学与营养信息学 第一节 循证营养学 第二节 最佳证据 第三节 食品营养学论文的评价 第四节 营养信息学 一、互联网 二、对营养专家的评价 参考文献第三章 食品保障 第一节 人口增长与限制增长 一、马尔萨斯 二、世界人口增长 三、世界人口增长的影响因素 第二节 食物生产的环境和资源 一、农业耕作 二、经济发展和分配问题 三、农业体系的可持续性 四、贫穷、疾病和政治不稳定 五、未来前景和发达国家的角色 六、城市和日益增加的运输与贸易的重要性 第三节 中国的食品体系 一、农产品的生产 二、农产品加工 三、新的食品生产 四、方便食品 五、小吃及快餐 六、现代的超市和广告 七、休闲与外出就餐 参考文献第四章 食物成分与食品加工 第一节 食物的最初来源 第二节 食物成分表和数据库 第三节 食品烹饪 一、系统理解烹饪与饮食风格 二、中国烹饪 三、意大利烹饪 四、法国烹饪 五、膳食与菜单结构 六、饮食的改变 七、家庭生活角色 八、饮食改变的案例研究：意大利北部两个世纪以来的糙皮病 九、社会阶层的形成 十、饮食、文化、人类关系及健康 十一、加热食品的风味与色泽的变化 十二、发酵与腌制 第四节 规模化食品加工 一、早餐谷物类食品 二、食品的保存 参考文献第五章 食物中毒及风险控制 第一节 微生物对食物的影响 一、微生物的生长条件 二、微生物引起的食物腐坏 三、食物中毒 第二节 病毒对食物的影响 第三节 天然食物毒素 一、植物膳食中的天然毒素 二、鱼类中毒 三、污染物 第四节 食源性疾病的控制 一、与食源性疾病相关的因素 二、食品卫生的五点关键准则 三、危害分析和关键控制点系统 第五节 食品添加剂 一、食品添加剂的安全评估 二、食品添加剂应用的历史 三、中华人民共和国食品卫生法第六章 现代健康食品进展第七章 膳食能量与能量支出第八章 产能营养素第九章 非产能营养素第十章 食物的消化第十一章 特定人群营养第十二章 运动及生存营养第十三章 膳食营养与骨健康第十四章 膳食营养与体重第十五章 膳食营养与非传染性流行病第十六章 免疫功能与食物的敏感性第十七章 基因个体特异性和营养基因组学第十八章 Omega-3多不饱和脂肪酸第十九章 营养评价及监测第二十章 健康促进与营养指导参考文献

## 章节摘录

三、中华人民共和国食品卫生法 现代食品法是以法规和食物组成成分标准的形式出现的，主要用来保护消费者的健康和防止食品行业的欺诈销售行为。

这些法律的制定目的在于保证销售的食物是健康的、不含有有害的添加剂和污染物以及符合一定的组成标准或质量标准。

同时，这些食物的商标不得对消费者产生误导。

当商品被销售后，消费者有权认为，此商品应该满足他们对其质量和数量产生的合理期望，同时食品中不应含有未知的物质。

这些法律可防止食品制造商以高的价格提供劣质产品以获得不正当利益的行为。

以法规和标准形式出现的食品卫生法，根据法律允许向食品中添加的添加剂，并有明确规定某些食物不能含有该添加剂，从而杜绝了食品添加剂的滥用。

在我国，标准的食物（食品的品质和组成是经标准化委员会认定的）是仅含有GB2760 - 2007认证过的食品添加剂，而其含量不超过所规定的范围。

在新的食品添加剂通过验证之前，或对已通过验证的食品添加剂进行附加规定前，相关的提案必须经过卫生部卫生监督中心的评估，卫生部是负责制定食品规章和标准的法定机构。

在某种食品添加剂通过卫生部验证之前，必须证明同等品质的食品不能通过另外的不需添加剂的处理过程制造出来，或者使用已有的添加剂制造出来。

相对于那些能更改食品味道、质地和外观的添加剂而言，具有确切功效的添加剂更容易通过认证，如那些降低损耗、促进处理过程和抑制食品微生物生长的添加剂。

在新的食品添加剂通过认证之前，还须证明这种添加剂在食品中的应用及使用方式是安全的。

并采用《食品添加剂生产管理办法》中的测试流程对食品添加剂进行安全评估。

但并非所有的食品添加剂的安全评估均采用现代测试流程。

当某些食品添加剂经长期的普遍应用对健康未造成明显的危害时，则认为该添加剂是安全的。

而某种曾被认为是安全的食品添加剂，后被证实它具有潜在的危害时，往往会引起特别的关注。

此情况是因为这些添加剂在通过认证时，仅仅基于当时可利用的信息，但随着信息的不断增加或新的检测方法的不断建立，就需要对过去的决定进行重新修订。

结果将导致某种特定添加剂的应用受到限制，甚至认证被撤销。

例如，硫化钠、溴酸钾等已从食品标准编码中撤销。

.....

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>