

<<临床营养师指南>>

图书基本信息

书名：<<临床营养师指南>>

13位ISBN编号：9787509133347

10位ISBN编号：7509133343

出版时间：2010-2

出版时间：人民军医

作者：李清亚 编

页数：465

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>

## <<临床营养师指南>>

### 前言

不论是营养学家还是普通百姓，都知道饮食营养与健康关系是非常密切的。饮食营养好不仅能促进身体健康、预防疾病发生，还可以起到治疗疾病的作用，使患者加快康复。在我国百姓中广为流传的病后“三分治，七分养”，就充分说明了饮食营养对于患者病后康复的重要作用。

营养学在我国医学中占有很重要的地位。

我国很早就提出“食药同源”的观点。

唐代孙思邈在《备急千金要方》中提出“夫为医者，当须先洞晓病源，知其所犯，以食治之，食疗不愈，然后命药”，可见古代医学非常重视食物治疗疾病的作用。

中医饮食养生用中医理论关于阴阳五行、脏腑学说来描述各种食物的生理、生化、营养作用以及食物如何促进人体健康，并用中医理论来解释机体对食物的消化、吸收、利用与代谢。

我国百姓对食物养生及治疗作用早有深刻的认识，很多医院甚至家庭已利用食物的中医功效与中药的协同作用制备药膳进行食疗。

利用食物治疗疾病，不仅是临床营养师的职责，也是患者及其家属应当学习的一门技术。

笔者自幼喜爱中医，十几岁便行医于乡间。

于第四军医大学毕业后，从事营养学科研工作，曾任北京军区军事医学研究所军队卫生科主任，兼任解放军临床营养专业委员会委员、北京军区临床营养专业委员会副主任委员、河北省营养学会常务理事，曾为医学院校学生、营养师讲授营养学专业课2500多课时，受到好评。

同时，一直开展饮食营养与中医药保健课题的研究，取得了一些成绩，获得多项军队科技进步奖和医疗成果奖。

由本人主编的《营养师手册》等专业书籍，受到了广大读者的好评。

根据读者的需求，本人与同仁一道编写了这本《临床营养师指南》。

## <<临床营养师指南>>

### 内容概要

本书由著名营养学专家李清亚主编。

全书分上、下两篇。

上篇为总论，共8章，介绍了饮食营养与健康、能量与营养素、各类食物的营养价值、患者常用饮食、中医学理论的基本特点、中医常用辨证方法、中医基本治则、中医营养学与药膳等营养与中医基础知识。

下篇为各论，共40章，分别讲解了40种常见病的饮食治疗原则、食谱举例、中医辨证施治、食疗药膳方举例。

对危重疾病以及对饮食要求严格的疾病，比较详细地介绍了饮食方法。

本书内容丰富、针对性强，注重临床实用性，是营养学专业工作者理想的案头常备书，也是营养学爱好者难得的良师益友。

## &lt;&lt;临床营养师指南&gt;&gt;

## 书籍目录

上篇 总论 第1章 饮食营养与健康 一、营养与营养素 二、饮食营养好对人体健康的好处  
三、我国百姓饮食营养的根本问题是营养不合理 四、怎样才是合理营养 第2章 能量与营养素 一、能量 二、营养素 三、各种营养素之间的相互关系 第3章 各类食物的营养价值  
一、谷类 二、豆类 三、蔬菜与水果 四、肉类食物 五、水产品 六、蛋类 七、奶类  
八、调味品 第4章 患者常用饮食 一、普通饮食 二、软食 三、半流质饮食 四、流质饮食  
第5章 中医学理论的基本特点 一、整体观念 二、辨证论治 第6章 中医常用辨证方法  
一、八纲辨证方法 二、病因辨证方法 三、气血津液病辨证方法 四、脏腑辨证方法  
五、辨经络病证方法 六、辨伤寒六经病证方法 七、辨温病卫气营血证方法 八、辨温病  
三焦证方法 第7章 中医基本治则 一、扶正祛邪 二、标本先后 三、调整阴阳 四、正治  
反治 五、因人、因时、因地制宜 第8章 中医营养学与药膳 一、营养学在我国医学中占有重要  
地位 二、中医营养学与现代营养学的比较 三、食物的性味和作用 四、药膳配制原则及注意事  
项 五、常用保健药膳 六、药食两用物质下篇 各论 第9章 急性支气管炎 一、饮食治疗原  
则 二、食谱举例 三、中医辨证施治 四、食疗药膳方举例 第10章 慢性支气管炎 一、饮  
食治疗原则 二、食谱举例 三、中医辨证施治 四、食疗药膳方举例 第11章 支气管哮喘  
一、饮食治疗原则.....

## &lt;&lt;临床营养师指南&gt;&gt;

## 章节摘录

饮食营养好，可以增长智力，很多营养素与人的智能有非常密切的关系，妇女怀孕时，如果缺乏某种营养素可使孩子造成先天性智能低下，并且这种先天性的智能低下，后天是无法改变的；孩子上学后，如果饮食不好而造成某种营养素缺乏，可使他们的注意力不能集中，理解能力下降，记忆力减退。饮食营养好，可以使人的抵抗力增强，可以预防很多疾病的发生，在同样的致病条件下，有的人发病，有的人不发病，有的人病重，有的人病轻，这就是人的抵抗力不同造成的，很多营养素与人体抵抗力有直接关系，所以饮食营养好可以使人不得病，或者是即使得病，但病情会较轻。

饮食营养好可以使人延年益寿。

人为什么会衰老，有多种学说，其中最主要的学说就是人体自身氧化的结果，自身氧化产物在体内堆积会使人衰老，很多种营养素有抗氧化和清除氧化产物的作用，所以可以使人衰老推迟而保持旺盛的精力和体力。

三、我国百姓饮食营养的根本问题是营养不合理目前，我国老百姓的饮食营养状况不尽如人意，这与我国国民经济的发展不相平衡。

我国在今后相当长的一段时间内，仍将面临营养不足与营养失衡的双重挑战。

虽然，随着经济发展，贫困人口逐年减少，长期困扰我们的蛋白质和能量缺乏的问题已基本解决，但有些营养素缺乏的问题却仍很严重。

在我国，钙、铁、锌、碘、维生素A、维生素B<sub>1</sub>和维生素B<sub>2</sub>。

等营养素的缺乏问题仍相当普遍地存在，在妇女、儿童及老年人群中尤为严重。

另外，随着经济的发展，人均寿命的延长，我国已进入老龄化社会（我国人口中60岁以上老年人已占到总人口的10%以上），疾病构成情况也将随着改变。

近年来，我国慢性疾病尤其是肿瘤、心脑血管病、糖尿病、阿尔茨海默病（老年性痴呆）的发病率呈显著增长趋势。

虽然这是由生活方式中多种因素的综合作用所致，但膳食结构不合理、肥胖、营养不均衡是其中特别重要的因素。

这就是说，老百姓的饮食营养不好，已经给人们的身体健康带来了非常严重的不良影响。

<<临床营养师指南>>

编辑推荐

《临床营养师指南》由人民军医出版社出版。

<<临床营养师指南>>

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>