

<<公共营养师>>

图书基本信息

书名：<<公共营养师>>

13位ISBN编号：9787504599964

10位ISBN编号：7504599964

出版时间：2012-9

出版时间：中国劳动社会保障出版社

作者：中国就业培训技术指导中心 编

页数：470

字数：451000

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>

## <<公共营养师>>

### 内容概要

杨月欣主编的《公共营养师（第2版）》由中国就业培训技术指导中心按照标准、教材、题库相衔接的原则组织编写，是国家职业技能鉴定推荐辅导用书。

书中内容根据《国家职业标准·公共营养师（试行）》要求编写，是三级公共营养师职业技能鉴定国家题库命题的直接依据。

《公共营养师（第2版）》介绍了三级公共营养师应掌握的能力要求和相关知识，涉及食物摄入量调查、膳食调查结果的计算与评价、常见生物样品的收集和保存、营养不良的症状和体征判别、营养与食品安全知识咨询、营养教育、营养和食物需要目标设计、食谱编制、食谱营养评价和调整、食品营养标签的制作、食品营养价值分析、食品营养资料编辑、营养干预方案设计和实施等内容。

## &lt;&lt;公共营养师&gt;&gt;

## 书籍目录

## 第1章 膳食调查和评价

## 第1节 食物摄入量调查

学习单元1 膳食摄入量调查——24 h回顾法

学习单元2 膳食摄入量调查——24 h回顾和膳食史结合方法

学习单元3 膳食摄入量调查——记账法

学习单元4 膳食摄入量调查——称重记账法

## 第2节 膳食调查结果的计算与评价

学习单元1 膳食结构分析与评价

学习单元2 膳食能量摄入量计算与评价

学习单元3 膳食营养素计算与评价

学习单元4 膳食调查结果计算与分析

学习单元5 数据库的建立和结果保存

学习单元6 人群膳食调查报告的撰写

学习单元7 膳食调查方法应用练习

## 思考题

## 第2章 人体营养状况测定和评价

## 第1节 人体体格测量

学习单元1 体格测量的标准化

学习单元2 婴幼儿身高、头顶至臀长、头围、胸围和体重的测量

学习单元3 上臂围和皮褶厚度的测量

## 第2节 常见生物样品的收集和保存

学习单元1 尿液样品的收集和保存(24 h尿样)

学习单元2 粪便的收集和保存

学习单元3 血样的收集和保存

## 第3节 营养不良的症状和体征判别

学习单元1 蛋白质—能量营养不良判断

学习单元2 营养性贫血的判断

学习单元3 维生素A缺乏的判断与评价

学习单元4 骨软化病(维生素D缺乏)的判断与评价

学习单元5 儿童佝偻病的判断与评价

学习单元6 维生素C缺乏的判断与评价

学习单元7 维生素B2缺乏的判断与评价

学习单元8 锌缺乏的判断与评价

## 思考题

## 第3章 营养咨询和教育

## 第1节 营养与食品安全知识咨询

学习单元1 食品选购指导

学习单元2 烹饪营养的指导

学习单元3 平衡膳食测评

学习单元4 膳食纤维摄入量的评估

学习单元5 健康生活方式测评

学习单元6 体力活动水平测评

学习单元7 家庭食物中毒及其预防

## 第2节 营养教育

学习单元1 家庭食品安全教育

## &lt;&lt;公共营养师&gt;&gt;

学习单元2 食品卫生检验问题解答

学习单元3 体重控制的营养教育

学习单元4 平衡膳食的营养教育

学习单元5 科普文章的编写

思考题

## 第4章 膳食指导和评估

第1节 营养和食物需要目标设计

学习单元1 儿童膳食能量和营养目标设计

学习单元2 个体膳食目标设计

学习单元3 均匀性群体膳食营养目标设计

第2节 食谱编制

学习单元1 个体营养食谱编制

学习单元2 幼儿园食谱编制

学习单元3 学校营养食谱的设计

学习单元4 大学生食堂食谱的编制

第3节 食谱营养评价和调整

学习单元1 食谱餐次比例和修改

学习单元2 膳食蛋白质和脂肪调整

学习单元3 膳食蛋白质互补的原则和评价

学习单元4 个体食谱的综合分析和评价

学习单元5 群体食谱编制和评价

思考题

## 第5章 食品营养评价

第1节 食品营养标签的制作

学习单元1 谷类产品分析计划的制订

学习单元2 液态奶的营养标签制作

学习单元3 饼干的营养标签制作

学习单元4 产品说明书的制作

第2节 食品营养价值分析

学习单元1 食品能量密度和营养质量指数评价方法

学习单元2 食物蛋白质质量评价

学习单元3 食物蛋白质互补作用评价

学习单元4 食物碳水化合物评价——血糖生成指数

学习单元5 食物脂肪评价——脂肪酸比例

第3节 食品营养资料编辑

学习单元1 产品宣传资料的编写

学习单元2 市场需求调查以及调查表设计

学习单元3 市场调查报告的撰写

思考题

## 第6章 社区营养管理和营养干预

第1节 营养与健康信息的收集

学习单元1 专项调查表编制

学习单元2 综合信息调查表的编制

学习单元3 社区卫生基本资料的收集

第2节 营养与健康档案的建立和管理

学习单元1 个人健康档案的建立

学习单元2 人群基本资料的计算分析

## <<公共营养师>>

### 第3节 营养干预方案设计和实施

#### 学习单元1 社区营养干预方案设计

#### 学习单元2 普通人群运动方案设计和运动能量消耗指导

#### 思考题

#### 附录

#### 附录1 能量和蛋白质的RNIs及脂肪供能比

#### 附录2 常量和微量元素的RNIs或AIs

#### 附录3 脂溶性和水溶性维生素的RNIs或AIs

#### 附录4 营养改善工作管理办法

#### 参考文献

## &lt;&lt;公共营养师&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：2) 提问式。

先把问题提出来，再作简要回答，以引起读者的关注、深思，如《谈谈具有双重欺骗性的植物类固醇》。

3) 结论式。

把结论放在开头，先叙述结论，再作详细阐述。

4) 描写式。

对主要事实或某一侧面作特别的描写，以酿成气氛，引人入胜。

(2) 主体 1) 按时间顺序写。

根据事情发生的先后，按时间顺序排列，这种写法能比较清楚地反映事物的原委始末。

2) 按逻辑顺序写。

根据事物的内在联系、逻辑关系安排材料，或者是因果关系，或者是并列关系，或者是主次关系，或者是点面关系。

可以围绕某个具体问题，步步深入地写；也可以并列出几个问题，一个个阐述。

3) 详略得当，突出重点。

医学科普作品文章不能不分主次、没有重点。

那种教科书式的文章不可能赢得广大读者。

医学科普的内容很多、很广、很深，许多专家、教授在写科普文章时，总想把该说的都说清楚，免得别人、同行指责，结果搞得读者云里雾里，本来想了解清楚的东西，反而越看越糊涂。

一篇文章只有一个主题，只谈一个问题，不该说的问题涉及了，蜻蜓点水一掠而过；应该说清楚的，要用通俗易懂的语言，运用举例、打比方等手法，把深奥的科学知识通俗化。

4) 背景材料要巧妙。

要多角度看事物，从纵的方面看，每件事都有发展变化的来龙去脉；从横的方面看，每件事又和周围的事物发生联系，这就产生了背景。

其作用是对主题内容作说明，有助于主题思想的阐述和发挥，起到充实内容，烘托、深化主题的作用。

。

背景材料大致有三类：对比性材料。

过去与现在、正面与反面、正确与错误、甲地与乙地对比等。

说明性材料。

介绍发病机制、地理环境、历史演变、物质条件等，说明事物产生的原因、条件和环境。

注释性材料。

如产品的性能、作用、使用方法，人物的出身经历、性格特点，以及专业术语、技术性问题的解释等，以便读者更好地了解事物的本质，增强可读性、知识性。

引起变形杆菌食物中毒的食品主要是动物性食品，凉拌菜、剩饭、水产品等也有引起中毒的可能。其潜伏期短，多为12~16h，主要表现也为急性胃肠炎症状，常有上腹部或脐周阵发性绞痛，腹泻多为水样便，可伴有黏液和恶臭，并常有不同程度的发热。

某些变形杆菌可分解组胺酸生成组胺，故所引起的食物中毒还可伴有不同程度的过敏症状。

## <<公共营养师>>

### 编辑推荐

《国家职业资格培训教程:公共营养师(国家职业资格3级)(第2版)》是公共营养师国家职业资格培训系列教程(第2版)中的一本,适用于对三级公共营养师的职业资格培训,是国家职业技能鉴定推荐辅导用书,也是三级公共营养师职业技能鉴定国家题库命题的直接依据。

<<公共营养师>>

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>