

<<孕产妇饮食营养宝典>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇饮食营养宝典>>

13位ISBN编号：9787534543821

10位ISBN编号：7534543827

出版时间：2004-10

出版时间：窦国祥、 窦勇 江苏科学技术出版社 (2005-01出版)

作者：窦国祥

页数：426

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>

<<孕产妇饮食营养宝典>>

内容概要

饮食营养在怀孕、生育和产后恢复过程中的重要性尽人皆知，本书结合中西医之精心指导孕产妇如何合理平衡地从膳食中摄取营养。针对孕产妇不同阶段的特殊情况，为她们提供了丰富合宜的保健食谱和科学的营养标准，书中还介绍了孕产妇常见并发症的饮食调理方式和药膳的食谱配方，同时对乳母育婴常识亦作了扼要讲解。全书内容充实，针对性强，是孕产妇的保健顾问。

<<孕产妇饮食营养宝典>>

书籍目录

第一章 孕妇的生理功能 第一节 生殖系统及乳房 第二节 血液循环系统 第三节 呼吸系统 第四节 消化系统 第五节 泌尿系统 第六节 内分泌系统 第七节 代谢功能 第八节 皮肤变化 第九节 妊娠生理第二章 孕妇的营养与优生 第一节 营养与孕妇的健康 第二节 孕妇营养与胎儿的正常发育 第三节 孕妇营养不良与胎儿宫内生长迟缓 第四节 孕妇营养不良与胎儿畸形第三章 孕妇营养的供给 第一节 蛋白质和孕妇的需求量 第二节 脂助记词和孕妇的需求量 第三节 碳水化合物(糖类)和孕妇的需求量 第四节 维生素和孕妇的需求量 第五节 无机盐和孕妇的需求量第四章 孕妇的膳食 第一节 孕妇的合理营养 第二节 孕妇的食品选择第五章 孕妇膳食的食谱编制 第一节 如何做好平衡膳食 第二节 食谱的编制第六章 妊娠早期膳食营养及食谱 第一节 孕早期膳食营养特点与饮食安排 第二节 孕时期常用食(菜)谱第七章 妊娠中期膳食营养及食谱 第一节 孕中期膳食营养特点与饮食安排 第二节 孕中期常用食(菜)谱第八章 妊娠晚期膳食营养及食谱 第一节 孕晚期膳食营养特点与饮食安排 第二节 孕晚期常用食(菜)谱第九章 孕妇常见营养缺乏病的防治第十章 孕妇常见并发症的饮食调治 第十一章 产妇的生理功能第十二章 产妇的营养与膳食第十三章 乳母的营养与膳食第十四章 产妇、乳母常见病症的饮食调治第十五章 乳母育婴常识附录1 婴儿的生长发育附录2 婴幼儿不同时期的体重和身高参考表附录3 中国儿童膳食指南附录4 1-3岁幼儿每日合理饮食安排附录5 中国儿童免疫接种程序表

<<孕产妇饮食营养宝典>>

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>