

护理营养学

(第2版)

主编 孙桂菊 李群

 东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

• 南京 •

图书在版编目(CIP)数据

护理营养学 / 孙桂菊, 李群主编. —2 版. —南京：
东南大学出版社, 2020. 7

ISBN 978 - 7 - 5641 - 8959 - 4

I. ①护… II. ①孙… ②李… III. ①临床营养—营
养学 IV. ①R459.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 109724 号

护理营养学(第 2 版)

| | |
|------|-----------------------------------|
| 主 编 | 孙桂菊 李 群 |
| 出版发行 | 东南大学出版社 |
| 出版人 | 江建中 |
| 社 址 | 南京市四牌楼 2 号(邮编:210096) |
| 印 刷 | |
| 开 本 | 787 mm×1 092 mm 1/16 |
| 印 张 | 22.25 |
| 字 数 | 560 千字 |
| 版印次 | 2020 年 7 月第 2 版 2020 年 7 月第 1 次印刷 |
| 书 号 | ISBN 978 - 7 - 5641 - 8959 - 4 |
| 定 价 | 49.00 元 |
| 经 销 | 全国各地新华书店 |
| 发行热线 | 025 - 83790519 83791830 |

(本社图书若有印装质量问题, 请直接与营销部联系, 电话: 025 - 83791830)

《护理营养学》编委会

主 编 孙桂菊 李 群

副主编 邵继红 马向华 乜金茹 张 红

编 委 (按姓氏笔画排序)

马东波 王少康 卢 姗 杨立刚

李春玉 宋志秀 宋 悅 张小强

赵 婷 徐冬连 曾 珊

前 言

随着医学模式的变化和医学教育的现代化发展,医护人员希望了解更多的临床营养知识,尤其护士在指导病人饮食平衡和健康咨询中发挥越来越重要的作用,可以在病人的康复中起到关键性的作用。许多医学院校(包括本科院校、高等卫生职业院校及中等卫生学校)设有护理专业,把临床营养学作为必修或选修课程。然而,多数《临床营养学》教材是针对临床医学专业的,我们编写组在教学及实践中体会到需要一本专门针对护理专业的营养学教材。为了满足这种需求,我们编写的《护理营养学》教材第一版于2013年2月出版,重点突出基础营养及各种疾病人群的营养护理,为学生走向工作岗位后开展营养咨询和疾病的营养护理奠定基础。

《护理营养学》第一版出版即将八年,近年来营养学发展迅速,营养素新功能不断发展。2013年中国营养学会颁布了新的《中国居民膳食营养素参考摄入量》,2016年又颁布了新版的《中国居民膳食指南》。另外《食品安全国家标准 特殊医学用途配方食品通则》(GB 29922—2013)颁布及《特殊医学用途配方食品注册管理办法》于2016年7月1日正式实施。所以《护理营养学》教材中许多内容需要更新,为此我们组织编写出版第二版《护理营养学》。

本书共20章。第1章至第3章为营养学基础部分,包括能量、蛋白质、脂类、碳水化合物、维生素、矿物质和水的相关知识,也包括近些年被广泛关注和研究的植物性非营养生物活性物质和近年来研究很热的肠道菌群相关内容。第4章为各类食物营养价值,第5章为不同生理阶段的营养问题。第6章为营养教育在护理中的应用,这一章体现营养教育在临床护理中的重要性。第7章至第10章为住院病人的营养与膳食,内容包括住院病人的营养调查及营养评价、病人的各种膳食和营养支持(如肠内、肠外营养)以及食物与药物的相互作用。第11章至第20章为营养与各种疾病的内容,主要介绍膳食、营养与常见临床疾病的发生、发展、预防、治疗和康复的关系,在介绍每一种疾病的营养治疗的同时,从营养和



饮食角度介绍每一种疾病的护理原则,突出营养护理在疾病康复中的作用,增加特殊医学用途配方食品的相关内容。

本次修订为了增加护理专业学生学习本门课程的实践性,同时编写出版配套的实习教材《护理营养学实习与学习指导》,供大家选用。

由于我们学识和经验有限,在编写过程中难免有不当之处,恳请各位读者和同行批评指正。

编者
2020年6月

目 录

| | |
|----------------------------------|------------|
| 绪论 | 1 |
| 第1章 宏量营养素和能量 | 7 |
| 第1节 蛋白质 | 7 |
| 第2节 碳水化合物 | 17 |
| 第3节 脂类 | 24 |
| 第4节 能量 | 31 |
| 第2章 微量营养素和水 | 36 |
| 第1节 维生素 | 36 |
| 第2节 矿物质 | 55 |
| 第3节 水 | 71 |
| 第3章 食物中的生物活性成分、肠道菌群 | 76 |
| 第1节 植物化学物 | 76 |
| 第2节 动物食物中的生物活性成分 | 87 |
| 第3节 肠道菌群 | 88 |
| 第4章 各类食物的营养价值 | 97 |
| 第1节 概述 | 97 |
| 第2节 食物营养价值的评价及意义 | 97 |
| 第3节 谷薯及杂豆类的营养价值 | 99 |
| 第4节 大豆及其制品的营养价值 | 101 |
| 第5节 蔬菜、水果类的营养价值 | 103 |
| 第6节 畜肉、禽肉、水产品的营养价值 | 105 |
| 第7节 乳及乳制品的营养价值 | 107 |
| 第8节 蛋类及其制品的营养价值 | 109 |
| 第9节 坚果类的营养价值 | 111 |
| 第10节 食物营养价值的影响因素 | 111 |
| 第11节 食品标签与营养标签 | 113 |
| 第5章 不同生理阶段人群的营养 | 116 |
| 第1节 孕妇和乳母的营养与膳食 | 116 |

| | |
|------------------------------|-----|
| 第 2 节 婴幼儿、学龄前、学龄儿童及青少年的营养与膳食 | 124 |
| 第 3 节 更年期的营养与膳食 | 130 |
| 第 4 节 老年人的营养与膳食 | 133 |
| 第 6 章 营养教育在护理中的应用 | 136 |
| 第 1 节 营养教育的形式与方法 | 136 |
| 第 2 节 合理膳食与健康的关系 | 138 |
| 第 3 节 膳食结构与膳食指南 | 140 |
| 第 7 章 住院病人的营养调查及营养评价 | 152 |
| 第 1 节 概述 | 152 |
| 第 2 节 膳食调查 | 156 |
| 第 3 节 人体测量 | 157 |
| 第 4 节 临床检查 | 161 |
| 第 5 节 实验室检查及辅助检查 | 162 |
| 第 6 节 病人营养状况的综合评价 | 166 |
| 第 7 节 营养不良的分类及诊断 | 168 |
| 第 8 章 医院膳食 | 171 |
| 第 1 节 基本膳食 | 171 |
| 第 2 节 治疗膳食 | 173 |
| 第 3 节 试验膳食 | 181 |
| 第 4 节 特殊医学用途配方食品 | 184 |
| 第 9 章 营养支持 | 186 |
| 第 1 节 概述 | 186 |
| 第 2 节 肠内营养 | 188 |
| 第 3 节 肠外营养 | 194 |
| 第 10 章 食物与药物的相互作用 | 201 |
| 第 1 节 概述 | 201 |
| 第 2 节 饮食对药物作用的影响 | 204 |
| 第 3 节 药物对营养作用的影响 | 207 |
| 第 4 节 食物与药物不利作用的预防 | 209 |
| 第 11 章 营养与烧伤 | 210 |
| 第 1 节 烧伤患者的营养代谢特点 | 210 |
| 第 2 节 烧伤患者的营养需要 | 211 |
| 第 3 节 烧伤患者的营养治疗 | 213 |
| 第 12 章 营养与手术和短肠综合征 | 216 |
| 第 1 节 创伤和围术期患者的营养支持 | 216 |

| | |
|-------------------------------|------------|
| 第 2 节 短肠综合征的营养支持 | 220 |
| 第 13 章 营养与呼吸系统疾病 | 223 |
| 第 1 节 营养不良对呼吸系统的影响 | 223 |
| 第 2 节 营养与慢性阻塞性肺疾病 | 224 |
| 第 3 节 营养与支气管哮喘 | 226 |
| 第 4 节 营养与肺结核 | 228 |
| 第 5 节 营养与呼吸衰竭 | 229 |
| 第 14 章 营养与循环系统疾病 | 231 |
| 第 1 节 营养与脂质代谢异常 | 231 |
| 第 2 节 营养与冠心病 | 234 |
| 第 3 节 营养与高血压 | 238 |
| 第 4 节 营养与脑卒中 | 241 |
| 第 15 章 营养与消化道疾病 | 244 |
| 第 1 节 营养与胃食管反流 | 244 |
| 第 2 节 营养与胃炎 | 246 |
| 第 3 节 营养与消化性溃疡 | 251 |
| 第 4 节 营养与炎症性肠病 | 255 |
| 第 5 节 营养与腹泻、便秘 | 258 |
| 第 16 章 营养与肝胆胰疾病 | 262 |
| 第 1 节 营养与肝炎 | 262 |
| 第 2 节 营养与脂肪肝 | 264 |
| 第 3 节 营养与肝硬化、肝功能衰竭 | 266 |
| 第 4 节 营养与胆石症、胆囊炎 | 269 |
| 第 5 节 营养与胰腺疾病 | 271 |
| 第 17 章 营养与肾脏疾病 | 275 |
| 第 1 节 概论 | 275 |
| 第 2 节 营养与肾小球肾炎 | 277 |
| 第 3 节 营养与肾病综合征 | 280 |
| 第 4 节 营养与肾衰竭 | 281 |
| 第 5 节 营养与泌尿系结石 | 284 |
| 第 6 节 营养肾脏透析、肾移植 | 285 |
| 第 18 章 营养与代谢性疾病 | 290 |
| 第 1 节 营养与肥胖 | 290 |
| 第 2 节 营养与糖尿病 | 298 |
| 第 3 节 营养与高尿酸血症、痛风 | 309 |

| | |
|-------------------------------|------------|
| 第 4 节 营养与骨质疏松症 | 313 |
| 第 19 章 营养与癌症 | 318 |
| 第 1 节 膳食营养在癌症发生发展中的作用 | 319 |
| 第 2 节 植物化学物与癌症 | 323 |
| 第 3 节 癌症病人营养代谢的变化和癌症恶病质 | 326 |
| 第 4 节 癌症病人的营养治疗 | 329 |
| 第 5 节 膳食营养与癌症预防 | 335 |
| 第 20 章 营养与血液系统疾病 | 339 |
| 第 1 节 营养与缺铁性贫血 | 339 |
| 第 2 节 营养与巨幼红细胞性贫血 | 340 |
| 第 3 节 营养与再生障碍性贫血 | 342 |
| 参考文献 | 344 |

