

التغذية الصحية للإنسان

تأليف
ر. ف. مونتيرام



ترجمة :

د. أمال السيد الشامي
د. منى خليل عبد القادر
د. حياة محمد شرارة

مراجعة

أ. د. عطيات محمد البهي



إدوارد أرنولد



الدار العربية للنشر والتوزيع

2-5-613-1

٤٠٥-٦١٣-١

التغذية الصحية

للإنسان

تأليف

ر.ف. موترام

ترجمة

الدكتورة/ منى خليل عبد القادر

أستاذ التغذية المساعد

كلية الاقتصاد المنزلي

الدكتورة/ أمال السيد الشامي

رئيس قسم التغذية وعلوم الأطعمة

كلية الاقتصاد المنزلي

الدكتورة/ حياة محمد شرارة

مدرس الكيمياء الحيوية

كلية العلوم - جامعة حلوان

مراجعة

الدكتورة/ عطيات محمد البهي

أستاذ التغذية

وعميدة كلية الاقتصاد المنزلي

جامعة حلوان



الدار العربية للنشر والتوزيع

المحتويات

صفحة

١٥	الجزء الأول : تغذية الإنسان
١٧	١ - علم التغذية
٢١	٢ - أساسيات التغذية
٢٧	٣ - التركيب الكيميائي للكربوهيدرات والدهون والبروتينات
٣٣	٤ - الهضم والامتصاص والتمثيل الغذائي للطعام
٤٥	٥ - الطاقة والتغذية
٦٣	٦ - بعض الأطعمة المتناولة بغرض الحصول على الطاقة
٨١	٧ - البروتينات والتغذية
٩١	٨ - الأطعمة البروتينية
٩٩	٩ - بعض العناصر والمركبات غير العضوية في الغذاء
١١٣	١٠ - الفيتامينات
١٣٥	١١ - بعض النظريات والاعتبارات الهامة في علم التغذية
١٤٣	١٢ - الغذاء الكامل
١٤٩	١٣ - التغذية من الناحية العملية
١٦١	١٤ - الحساسية للطعام والأغذية غير الشائعة
١٦٧	١٥ - النظام الصحي للغذاء
١٧٥	١٦ - تأثير طهي وإعداد وتخزين الطعام على قيمته الغذائية

الجزء الثاني : التغذية العلاجية

١٨٩	١ - دراسة المقننات الغذائية اليومية
١٩٥	٢ - تقدير احتياجات المريض الغذائية
١٩٩	٣ - التغذية العلاجية بعد جراحات الجهاز الهضمي
٢٠١	٤ - إختلال وظائف الأمعاء الدقيقة
٢٠٧	٥ - أمراض الكبد

٢١٣	٦ - البول السكرى
٢٢٣	٧ - العلاج الغذائى لأمرض الكلى
٢٢٩	٨ - الرعاية الغذائية بعد العمليات الجراحية
٢٣٥	٩ - الرعاية الغذائية فى حالة الحروق
٢٣٧	١٠ - مشاكل المعوقين
٢٤١	١١ - التغذية وأمراض الطفولة
٢٤٥	١٢ - الاستشارات الغذائية
٢٤٩	١٣ - تغذية مرضى المستشفيات
٢٥٥	١٤ - دور أخصائى التغذية
٢٦١	١٥ - نماذج لأنماط جداول التغذية المناسبة لبعض الأمراض الشائعة
٢٧١	المراجع
٢٧٣	قائمة أهم المصطلحات العلمية