

營養評估

Nutritional Assessment

吳幸娟 · 吳佳娟 · 金惠民 · 胡淑惠

陳惠欣 · 章樂綺 · 張 琳 · 黃惠煥

曾美智 · 劉慧蓉 · 蔡秀玲 合 著

五版

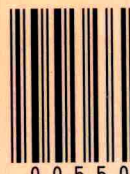




ISBN 978-986-6115-87-5



9 789866 115875



0 0 5 5 0

營養評估

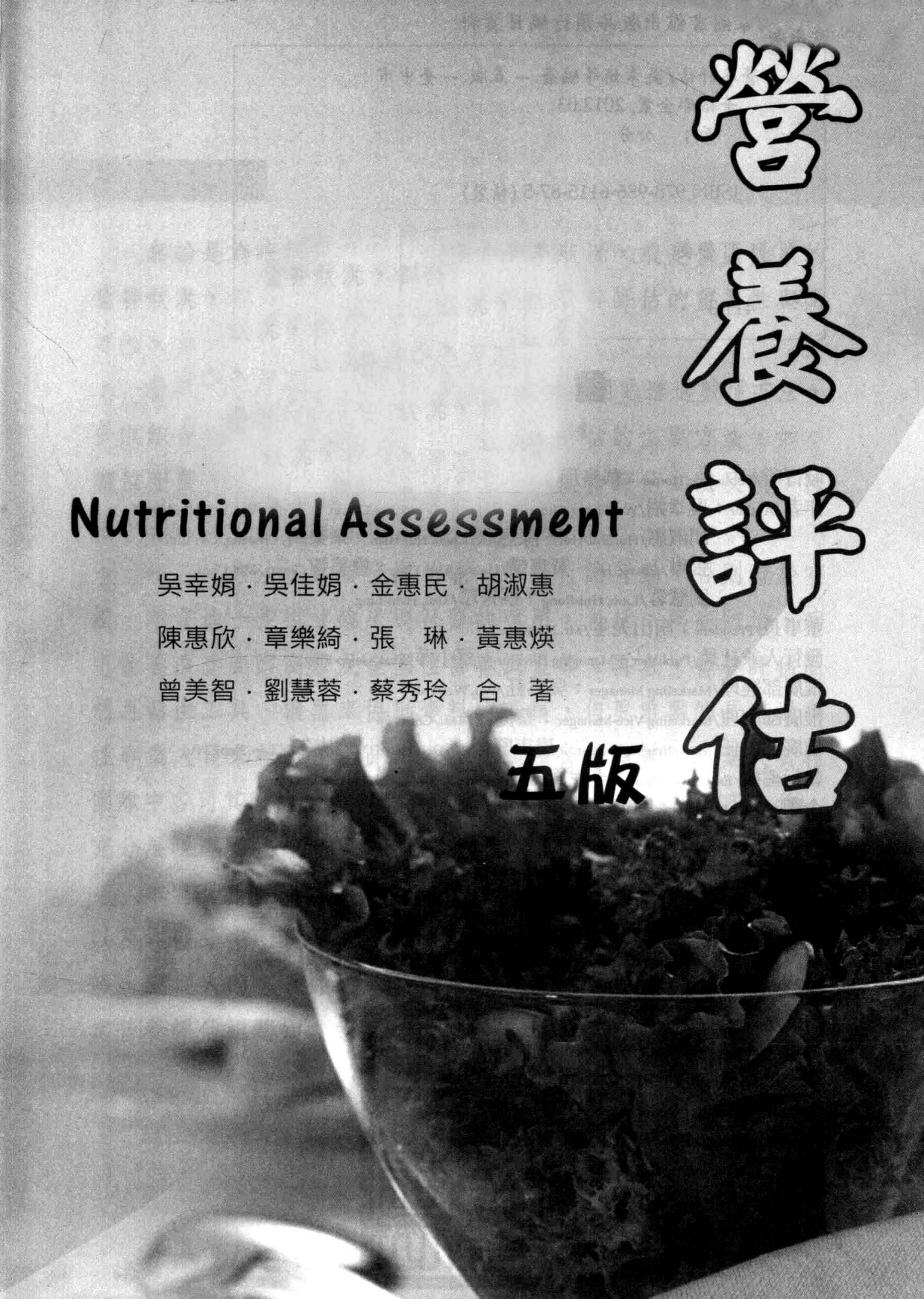
Nutritional Assessment

吳幸娟 · 吳佳娟 · 金惠民 · 胡淑惠

陳惠欣 · 章樂綺 · 張 琳 · 黃惠煥

曾美智 · 劉慧蓉 · 蔡秀玲 合 著

五版



營養評估/吳幸娟等編著.--五版.--臺中市：

華格那企業, 2012.03

面；公分

ISBN 978-986-6115-87-5 (精裝)

1. 營養

411.3

101003203

營 養 評 估(五版)

Nutritional Assessment

發行所/Publishing House：華格那企業有限公司/Wagner Co. Ltd

作者/Author：吳幸娟/Wu, Hsing-Chuan、吳佳娟/Wu, Chia-Chuan、金惠民/Chin, Hui-Min、
胡淑惠/Hu, Shu-Hui、陳惠欣/Chen, Hui-Hsin、章樂綺/Chwang, Leh-Chii、
張琳/Chang, Lin、黃惠煥/Huang, Hui-Ying、曾美智/Tseng, Mei-Chih、
劉慧蓉/Liou, Hui-Rong、蔡秀玲/Tsai, Hsiu-Ling

董事長/President：南山先生/Mr. Nanshan

發行人兼社長/Publisher & Managing Director：蔡小萍/Tsai, Hsiao-Ping

推廣部經理/Marketing Manager：吳為鈺/Wu, Wei-Yuh

推廣部副理/Marketing Vice-Manager：蔡健發/Tsai, Chien-Fa

推廣部主任/Marketing Supervisor：周東賢/Chou, Don-Hsien、詹庚午/Chan, Keng Wu

執行編輯/Executive Editor：李悅鳳/Li, Yue-Fong、黃麗瑾/Huang, Li-Chin

企劃/Project Director：劉曉玲/Liu, Hsiao-Ling

電腦排版/Typesetting：蘇綉雯/Su, Shiu-Wen

封面設計/Cover Designer：侯愛慈/Hou, Ai-Tzu

電腦顧問/Computer Consultant：大葉大學資管系副教授 吳為聖/Wu, Wei-Shen

地址/Add：台中市南區 402 仁義街 21 號

/No.21, Renyi St., South District, Taichung City, 402, Taiwan (R.O.C.)

電話/Tel：886-4-2285-7299

傳真/Fax：886-4-2285-9783

網址/Website：http://www.wagners.com.tw

電子信箱/E-mail：wagners@ms28.hinet.net

郵政劃撥帳號/Account Number：22183873

戶名/Account Name：華格那企業有限公司

出版日期/Publishing Date：2012 年 3 月 5 版

定價/Price：NT550 元

登記字號/Registration Number：局版臺省業字第 928 號

作者序

無論是為瞭解醫療院所病患的營養狀況，或是社區民眾的營養狀況，都需要透過營養評估，可見營養評估的重要性與必要性。

營養評估不能單由一種方法就可顯示，而是透過數種方法，予以綜合判斷。本書的架構是介紹營養評估的主要方法，如：體位測量、生化檢驗、臨床營養評估、飲食評估；以及較少採用，但也提供重要訊息的心理、機能等評估。

任何的方法，如要發揮功能，勢需付諸行動，否則流於空談。本書進一步撰述臨床與社區的應用，包括：疾病防治、病患營養療養與諮商以及全國性營養調查等。再者，營養評估固然可藉由工具、儀器來協助資料的蒐集，但更重要的是透過各種專業人員來執行，因此，本書特闡釋營養與其他專業人員在團隊中各司其職的功能與角色，以期在實際應用時能分工合作，充分展現專業技能。

本書是由多位在大專院校營養科系從事營養教學的教師，以及在醫學中心從事營養專業服務，並身兼教職的營養師與醫師，就個人的專長領域，共同撰稿執筆，期盼能引導研讀者奠定營養評估相關知識的基礎，也增進對本學門的興趣。

台北榮民總醫院
營養部主任

章榮綺

謹誌

致 謝

本公司出版之宗旨與目標，在於提供最新資訊與知識，以利莘莘學子之學習與研究；茲鑑於當今市面上有關營養評估之相關教材並不多見，為推陳出新，因此特別敦請吳幸娟、吳佳娟、金惠民、胡淑惠、陳惠欣、章樂綺、張琳、黃惠煥、曾美智、劉慧蓉及蔡秀玲等諸位先進就其各人專業領域之精華及最新資訊，共同編纂成冊，以利學校教學及學生之學習，承蒙諸位先進慨然應允，特於教學與研究中，抽空執筆付梓，使本書得以順利出版，本公司特此謹致謝忱。

同時誠摯感激中央研究院生物醫學研究所潘文涵教授授權使用其所發展之食物散狀模型照片及抽象模型照片，使本書於內容上更趨完整、生動，於此由衷表達感謝之意。

華格那出版有限公司董事長

南山

先生

作者簡介

吳幸娟

- ▶ 中國文化大學家政研究所食品營養碩士
- ▶ 現任中華醫事科技大學食品營養系副教授

吳佳娟

- ▶ 中興大學化學工程博士
- ▶ 曾任中國醫藥學院北港附設醫院營養師
- ▶ 現任中國醫藥大學營養學系助理教授

金惠民

- ▶ 美國哥倫比亞大學人體營養碩士
- ▶ 教育部部訂副教授
- ▶ 現任台北市立聯合醫院營養部主任
- ▶ 現任輔仁大學兼任副教授
- ▶ 現任中華民國營養師公會全國聯合會理事長

胡淑惠

- ▶ 成功大學生命科學所博士班
- ▶ 靜宜大學食品營養研究所碩士
- ▶ 曾任高雄醫學大學附設醫院營養部主任
- ▶ 現任高雄醫學大學助理教授兼附設醫院營養師

陳惠欣

- ▶ 台灣師範大學人類發展與家庭研究所博士
- ▶ 美國杜蘭大學公共衛生碩士
- ▶ 現任元培科技大學食品科學系助理教授

章樂綺

- ▶ 美國德州大學公共衛生營養學博士
- ▶ 曾任中華民國營養師公會全國聯合會理事長
- ▶ 曾任中華膳食營養學會理事長
- ▶ 現任台北榮民總醫院營養部主任
- ▶ 現任輔仁大學／中國文化大學／中國醫藥大學兼任副教授

張琳

- ▶ 國立嘉義大學家庭教育研究所碩士
- ▶ 中國文化大學實業計畫研究所碩士
- ▶ 曾任台北市私立財團法人宏恩醫院營養師
- ▶ 現任中華醫事科技大學食品營養系講師

黃惠煥

- ▶ 台北醫學大學藥學系食品化學組博士
- ▶ 現任中國醫藥大學營養學系副教授兼系主任
- ▶ 現任台中市營養師公會理事長
- ▶ 現任中華民國營養師公會全國聯合會理事

曾美智

- ▶ 台北醫學大學醫學系畢
- ▶ 國立台灣大學醫學院精神部主治醫師兼心身醫學科主任
- ▶ 國立台灣大學醫學院精神部臨床助理教授

劉慧蓉

- ▶ 美國奧本大學營養博士
- ▶ 曾任弘光科技大學食品營養系教授
- ▶ 現任國立台中科技大學休閒事業經營系教授

蔡秀玲

- ▶ 國立成功大學生命科學研究所博士班
- ▶ 中國文化大學家政研究所營養組碩士
- ▶ 曾任台南師範學院兼任講師
- ▶ 現任中華醫事科技大學食品營養系專任助理教授

(依作者姓氏筆劃次序排列)

第一篇

緒論

第一章 營養評估之發展

第二章 全國營養調查

第三章 營養素建議攝取量
標準

目 錄

第一篇 緒論

第一章 營養評估之發展

劉慧蓉

- 第一節 健康與營養..... 1-4
- 第二節 營養師檢與營養評估..... 1-7
- 第三節 營養評估的重要與其應用..... 1-10
- 第四節 各種飲食指引..... 1-26
- 第五節 食品標示..... 1-63

第二章 全國營養調查

吳幸娟

- 第一節 第一次與第二次全國營養調查..... 2-4
- 第二節 第一次國民營養健康狀況變遷調查..... 2-11
- 第三節 第二次國民營養健康狀況變遷調查..... 2-35

第三章 營養素建議攝取量標準

劉慧蓉

- 第一節 早期的飲食標準與飲食攝取建議..... 3-5
- 第二節 美國日常飲食建議攝取量..... 3-9
- 第三節 美國膳食營養素參考攝取量..... 3-27
- 第四節 中華民國每日營養素建議攝取量..... 3-48
- 第五節 中華民國國人膳食營養素參考攝取量..... 3-52

第二篇 營養評估常用之方法

第四章 體位測量

黃惠煥

第一節	身高及身長.....	4-4
第二節	體重.....	4-7
第三節	身高體重之應用.....	4-12
第四節	體圍.....	4-25
第五節	皮下脂肪厚度.....	4-33
第六節	身體組成.....	4-45

第五章 生化檢驗

吳佳娟

第一節	血液學檢查.....	5-5
第二節	蛋白質營養狀況檢測.....	5-10
第三節	礦物質營養狀況檢測.....	5-20
第四節	維生素營養狀況檢測.....	5-28
第五節	酵素檢驗.....	5-38

第六章 臨床營養評估

蔡秀玲

第一節	醫學病史詢問與收集.....	6-5
第二節	身體檢查.....	6-21
第三節	營養狀況評估工具.....	6-31

第七章 飲食評估

陳惠欣

第一節	飲食評估方法.....	7-5
第二節	飲食評估的定量工具.....	7-20
第三節	飲食資料的收集方式.....	7-27
第四節	飲食資料的分析.....	7-29

第八章 心理與行為評估

曾美智

第一節	心身醫學的理論與研究.....	8-5
第二節	營養狀態相關的精神疾病與藥物.....	8-9
第三節	評估的內容.....	8-13

第九章 機能評估

胡淑惠

第一節	紅血球效能評估.....	9-4
第二節	肝臟與凝血功能相關性評估.....	9-5
第三節	過敏反應評估.....	9-6
第四節	免疫機能評估.....	9-7
第五節	腎功能評估.....	9-8
第六節	營養代謝機能評估.....	9-9

第十章 住院病人之營養評估

吳佳娟

第一節	營養狀況篩檢.....	10-4
第二節	營養狀況評估方法.....	10-8
第三節	熱量需求評估.....	10-13
第四節	蛋白質需求評估.....	10-15
第五節	營養狀況評估表.....	10-16

第三篇 營養評估之應用

第十一章	營養狀況評估與疾病預防	黃惠煥
第一節	冠狀動脈心臟疾病.....	11-5
第二節	高血壓.....	11-23
第三節	骨質疏鬆症.....	11-27
第四節	糖尿病.....	11-33
第十二章	營養評估與諮商	金惠民
第一節	行為改變的階段.....	12-4
第二節	溝通的基本概念.....	12-7
第三節	傾聽的技巧.....	12-11
第四節	營養諮詢.....	12-12
第五節	追蹤.....	12-19
第十三章	營養評估的團隊作業	章樂綺
第一節	營養評估涵蓋的領域.....	13-5
第二節	營養評估的臨床作業.....	13-7
第三節	營養評估中營養師與醫師的角色.....	13-9
第四節	醫療團隊在營養服務的定位.....	13-11
第五節	營養評估的社區與學校作業.....	13-14
第六節	團隊作業的要素.....	13-17

第十四章	營養評估的臨床應用	張琳
第一節	認識檢驗單.....	14-4
第二節	糖尿病檢查.....	14-11
第三節	肝臟功能檢查.....	14-15
第四節	心臟功能檢查.....	14-30
第五節	血脂肪檢查.....	14-34
第六節	腎臟功能檢查.....	14-39
第七節	癌症檢查.....	14-49
第八節	免疫功能檢查.....	14-52
第九節	腸胃道疾病檢查.....	14-55
第十節	激素分析檢查.....	14-58
附錄	飲食評估方法之範例	A-1

第一章

營養評估之發展

Development of Nutritional Assessment

劉 慧 蓉 編 著

本章大綱

第一節 健康與營養

第二節 營養篩檢與營養評估

第三節 營養評估的重要與其應用

第四節 各種飲食指引

第五節 食品標示