

Zenyang Xuanyong Yingyouer Peifang Naifen

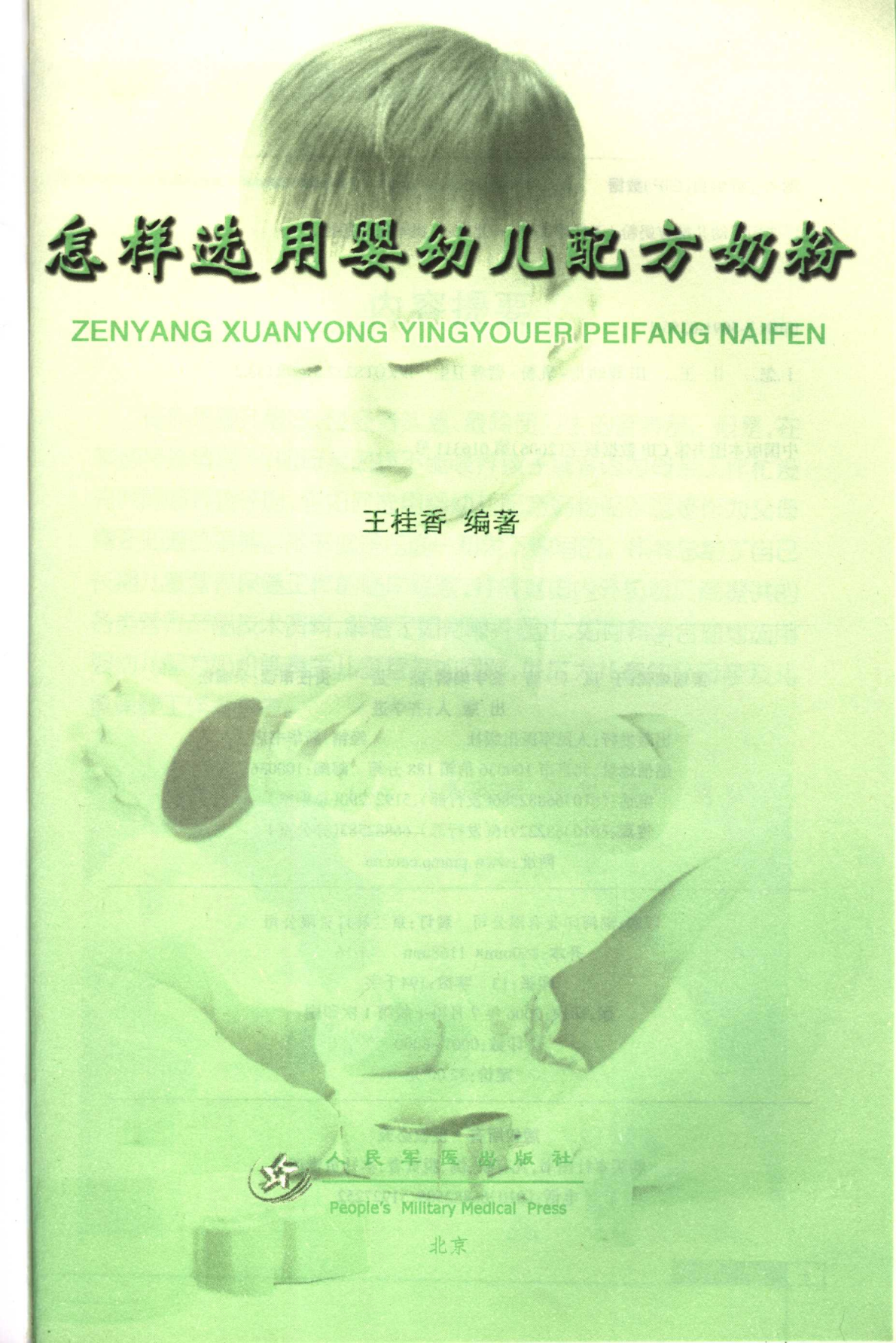
怎样选用

婴幼儿配方奶粉

编著 王桂香



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



怎样选用婴幼儿配方奶粉

ZENYANG XUANYONG YINGYOUER PEIFANG NAIFEN

王桂香 编著



人民军医出版社

People's Military Medical Press

北京

图书在版编目(CIP)数据

怎样选用婴幼儿配方奶粉 / 王桂香编著. —北京:人民军医出版社,
2006.7

ISBN 7-5091-0256-1

I. 怎... II. 王... III. 婴幼儿 - 乳粉 - 营养卫生 IV. ①TS252.51②R153.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 016311 号

策划编辑:于 岚 贝 丽 文字编辑:路 弘 责任审读:余满松

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:潮河印业有限公司 装订:京兰装订有限公司

开本:850mm× 1168mm 1/16

印张:13 字数:194千字

版、印次:2006 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~6000

定价:32.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252

内容提要

母乳是婴儿最好、最经济实惠、最简便卫生的营养品。但是,在某些特殊情况下,如母亲患病不能喂养孩子或者因为母亲工作忙没有时间喂养孩子时,应如何选用婴幼儿配方奶粉呢? 这是作为父母需要知道的事情。本书就是在这一初衷下编写的。作者总结了自己长期儿童营养保健工作的临床经验,并根据国内外奶粉厂商提供的各类营养产品技术资料,解答了如何喂养婴儿,如何科学合理地选用婴幼儿配方奶粉等有关儿童营养的问题,供广大儿童的父母亲及儿童保健工作者参考。

责任编辑 于 岚 贝 丽 路 弘



前 言

合理均衡的营养不仅有利于孩子体格生长发育,而且还能促进婴幼儿心理健康。母乳是婴儿最好、最经济实惠、最简便卫生的营养品,尤其在经济不发达地区更是如此。但是,在某些特殊情况下,如母亲患病不能喂养孩子或者因为母亲工作忙没有时间喂养孩子时,应如何选用婴幼儿配方奶粉呢?这也是父母需要知道的事情。前几年,我国安徽阜阳地区发生的劣质奶粉事件,使许多原本健康活泼的孩子,付出了惨痛的代价,有些孩子不幸死亡,有些孩子体格和智力发育不良,留下终生残疾。这些惨痛的教训,使作为儿童保健工作者的我和广大父母终生难忘。本书参考国内外大量有关医学营养文献,结合儿童营养保健临床实践,并根据国内外奶粉厂商提供的各类营养产品技术资料,解答如何喂养婴儿、如何科学合理地选用婴幼儿配方奶粉等有关儿童营养问题,供广大儿童的父母亲及儿童保健工作者参考。此书在编写过程中,得到许多业内朋友的关心帮助,特此表示感谢。不当之处,欢迎读者提出宝贵意见。

北京首都儿科研究所附属儿童医院保健科 王桂香

2006年2月

目 录

第1章 怎样选用婴幼儿配方奶粉

1. 什么是配方奶粉 (3)
2. 常用的配方奶粉主要有哪几种 (3)
3. 中国 1~10 岁儿童膳食营养素推荐摄入量(RNIS)是多少 (4)
4. 国际食品法典标准包括有哪些内容 (5)
5. 婴儿配方豆制奶粉有什么特点 (6)
6. 母乳不足或者没有母乳喂养的孩子为什么要选用配方奶粉 (6)
7. 冲调配方奶粉要注意哪些问题 (7)
8. 给孩子转换配方奶粉要注意哪些问题 (7)
9. 对牛奶蛋白质过敏的孩子怎样选用配方奶粉 (8)
10. 山羊奶配方奶粉与牛奶配方奶粉有什么区别 (8)
11. 山羊奶配方奶粉内含有哪些营养素 (9)
12. 腹泻的孩子怎样选用配方奶粉 (11)
13. 便秘的孩子怎样选用配方奶粉 (12)
14. 苯丙酮尿症的孩子饮食要注意哪些问题 (12)
15. 乳糖酶缺乏的孩子选用哪种配方奶粉比较合适 (13)
16. 单纯性肥胖的孩子选用哪些配方奶粉比较合适 (14)

17. 出生体重过大的孩子喂养需要注意哪些问题 (15)
18. 早产低体重儿喂养需要注意哪些问题 (16)
19. 母亲食用配方奶粉对孩子有什么好处 (16)
20. 患有婴儿湿疹的孩子怎样选用配方奶粉 (17)
21. 蛋白质—能量营养不良的孩子怎样选用配方奶 (18)
22. 体格发育迟缓的孩子怎样选用配方奶粉 (19)
23. 营养性缺铁性贫血的孩子怎样选用配方奶粉 (20)
24. 有厌食症的孩子选用哪种配方奶粉比较好 (20)
25. 患有菌群失调的孩子怎样选用配方奶粉 (21)
26. 免疫力低下的孩子怎样选用配方奶粉 (22)
27. 患有维生素 D 缺乏性佝偻病的孩子怎样选用配方奶粉 (22)
28. 营养性大细胞性贫血的孩子怎样选用配方奶粉 (23)
29. 挑食或者偏食的孩子怎样选用配方奶粉 (23)
30. 智商低下的孩子选用配方奶粉要注意哪些问题 (24)
31. 有肾脏疾病的孩子选用配方奶粉要注意哪些问题 (24)
32. 患有结核病的孩子选用哪种配方奶比较好 (25)
33. 病毒性肝炎患儿选用配方奶粉要注意哪些问题 (25)
34. 糖尿病患儿选用配方奶粉要注意哪些问题 (26)
35. 铅中毒的孩子选用哪种配方奶粉比较合适 (27)
36. 有龋齿的孩子选用配方奶粉要注意哪些问题 (27)
37. 喝配方奶粉的孩子每天还要添加多少维生素 D (28)
38. 以配方奶粉为主要喂养方式的孩子每天还要补充多少矿物质 ... (29)

第2章 进口、合资、国产配方奶粉情况简介

1. 美国美赞臣公司生产的配方奶粉有哪几种 (33)
2. 安婴儿 A + 中的唾液酸对人体有什么重要作用 (37)
3. 安婴乐与其他不含乳糖奶粉有什么区别 (37)
4. 安婴儿早产儿配方奶粉有什么特点 (39)

5. 安婴儿婴儿配方奶粉内含有哪些营养素	(41)
6. 安婴宝较大婴儿配方奶粉中各种营养素含量是多少	(42)
7. 爱力大婴幼儿系列配方奶粉与中国婴幼儿配方奶粉标准有什么 区别	(44)
8. 妈妈适体健孕妇奶粉及哺乳妇女营养奶粉内的营养素含量有什 么特点	(45)
9. 美国雅培公司生产的配方奶粉有哪几种	(46)
10. 心美力、铁质心美力婴儿配方奶粉有什么共性和不同	(50)
11. 优质恩美力高蛋白幼儿奶粉有什么特点	(51)
12. 小安素为什么是儿童高营养素	(53)
13. 金装小安素与其他营养品相比有什么特点	(54)
14. 金装小安素内各种营养素的含量是多少	(55)
15. 爱心美高营养婴儿豆奶粉与其他婴儿奶粉有什么不同	(57)
16. 美国用于成人与4岁以上儿童的 RDAS 和相对应的1~6岁儿童 的 NAS~NRC RDAS 有什么不同	(57)
17. 中国1~10岁儿童膳食营养素推荐摄入量与金装小安素内的营 养素含量比较有什么不同	(59)
18. 喜康宝婴儿配方奶粉新添加了什么营养物质	(60)
19. 孕妇和喂奶母亲食用喜康素有什么好处	(61)
20. 美国惠氏公司生产的配方奶粉有哪几种	(62)
21. 惠氏爱儿乐 S-26 婴儿配方奶粉含有哪些营养素	(66)
22. 惠氏爱儿乐 S-26 低体重儿配方奶粉有什么特点	(68)
23. 孩子喝200ml 健儿乐配方奶液可以达到 RDA 的百分比是多少	(69)
24. 惠氏爱儿素豆类婴儿配方奶粉有什么特点	(71)
25. 金装爱儿乐 S-26 全新配方奶粉特别添加了哪些营养素	(72)
26. 每240ml 惠氏惠孕补高营养配方奶粉含有多少营养素	(74)
27. 惠氏幼儿乐1~3岁幼儿成长配方奶粉有什么特点	(75)

28. 惠氏爱儿素豆类婴儿配方奶粉用多少量比较有效	(76)
29. 倍力安力加配方奶粉中含有哪些营养素	(77)
30. 纽迪希亚公司生产的配方奶粉主要有哪几种	(78)
31. 法国达能公司生产的婴幼儿配方奶粉有几种	(79)
32. 培婴乐乳酸双歧杆菌奶粉有什么特点	(81)
33. 培婴乐 H. A. 低过敏婴儿配方奶粉含有哪些营养素	(82)
34. 荷兰菲士兰乳品厂生产的配方奶粉有哪几种	(84)
35. 美素恩妈咪奶粉内含有哪些营养素	(86)
36. 美素乐高蛋白质奶粉内的各种营养素含量是多少	(87)
37. 雀巢公司生产的配方奶粉有哪几种	(88)
38. 能恩 1 初生婴儿配方奶粉含有哪些营养素	(92)
39. 能恩 2 较大婴儿及幼童奶粉含有哪些营养素	(94)
40. AL 110 无乳糖婴儿配方奶粉有什么特点	(95)
41. 雀巢母恩配方奶粉有什么特点	(97)
42. 小百肽完全短肽型营养配方奶粉有什么特点	(98)
43. 小纽纯营养配方奶粉有什么特点	(100)
44. 纽纤素纤维型营养配方奶粉有什么特点	(101)
45. 纽纯素的营养素含量有什么特点	(103)
46. 多美滋公司生产的配方奶粉有哪几种	(104)
47. 多美滋婴儿奶粉有什么特点	(106)
48. 多美滋 1 加奶粉内的各种营养素含量是多少	(109)
49. 金装多美滋婴儿或者延续奶粉标注的“金领智”是什么意思	(110)
50. 多美滋早产儿特别配方奶粉有什么特点	(111)
51. 味全食品有限公司生产的婴幼儿配方奶粉有哪几种	(113)
52. 森永公司生产的婴幼儿配方奶粉有哪几种	(114)
53. 黑龙江完达山公司生产的婴幼儿配方奶粉有哪几种	(119)
54. 青岛圣元公司生产的婴幼儿配方奶粉有哪几种	(119)

第3章 儿童营养基础知识

1. 为什么要重视小儿营养	(123)
2. 母孕期营养不合理对胎儿有什么影响	(123)
3. 怎样根据身高、年龄、体重判断孩子的营养状况	(124)
4. 影响孩子生长发育的因素有哪些	(124)
5. 怎样估算婴幼儿的正常身高体重	(125)
6. 怎样评价孩子的体格发育	(126)
7. 小儿骨骼发育有什么特点	(126)
8. 孩子一生长多少牙齿	(127)
9. 小儿脂肪组织与肌肉发育的特点是什么	(127)
10. 孩子生殖系统发育有什么特点	(128)
11. 膳食营养素参考摄入量包括哪些内容	(128)
12. 不同方式喂养的婴儿需要多少能量	(130)
13. 孩子需要的能量包括哪几项	(131)
14. 中国居民膳食能量推荐摄入量是多少	(132)
15. 蛋白质对人体有什么重要作用	(133)
16. 人体需要多少蛋白质	(134)
17. 什么是牛磺酸	(135)
18. 核酸对人体有哪些重要作用	(135)
19. 孩子从哪里获得核酸	(136)
20. 为什么说脂类对人体特别重要	(137)
21. 人体需要食用多少脂肪	(138)
22. 什么是必需脂肪酸	(138)
23. DHA 对人体有什么重要作用	(140)
24. 糖类对人体有什么作用	(140)
25. 什么是益生菌	(141)
26. 什么时候人体需要服用益生菌	(142)

27. 服用益生菌要注意哪些问题	(142)
28. 什么是抗氧化营养素	(143)
29. 怎样为儿童选择安全食品	(143)
30. 什么是低聚糖	(144)
31. 木糖醇有什么作用	(145)
32. 什么是合生元	(145)
33. 什么是常量元素	(145)
34. 钙对人体有什么重要作用	(146)
35. 孩子每日补充多少盐比较合适	(148)
36. 人体需要哪些微量元素	(149)
37. 缺铁对孩子有什么影响	(150)
38. 缺锌的孩子早期有哪些表现	(151)
39. 孩子吃哪些食品可以补碘	(152)
40. 硒对人体有什么重要作用	(153)
41. 氟摄入量过少或者太多对牙齿有什么影响	(154)
42. 怎样预防铅中毒	(154)
43. 什么是脂溶性维生素	(155)
44. 维生素 A 摄入不足或者过多对孩子有什么影响	(156)
45. 怎样预防维生素 A 缺乏症	(158)
46. 维生素 D 对人体有什么重要作用	(159)
47. 维生素 E 对人体有什么重要作用	(161)
48. 为什么要给早产儿补充维生素 K	(162)
49. 什么是水溶性维生素	(163)
50. B 族维生素对人体有什么重要作用	(164)
51. 怎样给孩子补充维生素 C	(165)
52. 母亲缺乏叶酸对胎儿有什么影响	(166)
53. 生物素对人体有什么作用	(166)
54. 烟酸缺乏有什么表现	(167)

55. 泛酸、胆碱对人体有什么作用	(167)
56. 什么是“类维生素”	(168)
57. 孩子需要多少水	(168)
58. 孩子喝水要注意哪些问题	(169)
59. 膳食纤维的主要功能是什么	(169)
60. 母乳喂养有什么好处	(170)
61. 影响母乳分泌的因素有哪些	(170)
62. 怎样判断母乳是否充足	(171)
63. 母亲患哪些疾病不能喂母乳	(171)
64. 什么是泥糊状食品	(172)
65. 添加泥糊状食品要注意哪些问题	(172)
66. 联合国儿童基金会推荐的儿童辅食添加原则是什么	(173)
67. 给孩子添加辅食要注意哪些问题	(173)
68. 世界癌症研究基金会饮食防癌的 14 条建议(1997)	(174)
69. 美国人提倡的生活方式	(174)
70. 什么是转基因食品	(175)
附录 A-1 7 岁以下男童年龄别体重、身高(高)参考值	(176)
附录 A-2 7 岁以下女童年龄别体重、身高(高)参考值	(179)
附录 A-3 身高 49~103cm 的男童体重参考值	(182)
附录 A-4 身高 49~101cm 的女童体重参考值	(184)
附录 B WHO 儿童肥胖判断标准	(186)
附录 C 日常膳食食物成分表	(190)
参考文献	(195)

第 1 章



怎样选用婴幼儿配方奶粉

1. 什么是配方奶粉

配方奶粉是一种以牛奶或者大豆蛋白质为主要原料,并在此基础上,按照母乳含有的各种营养素成分标准,参考国际营养协会规定,在其内调整了蛋白质等营养素含量,以改变其乳清蛋白与酪蛋白的比例,并添加了许多人体必需脂肪酸、矿物质、维生素等营养素,使其更接近于人体需要。牛奶配方奶粉是采用国际先进工艺标准,降低了蛋白质的总量,以利于减轻孩子的肾脏负荷,配制调整了牛奶中的蛋白质构成,以满足孩子生长发育的需要,比如把乳清蛋白增加到60%,降低酪蛋白达40%,以利于孩子消化吸收。还有些配方奶粉添加了牛磺酸和合生元系统,去除了饱和脂肪酸,添加了许多必需脂肪酸等。这些都有利于孩子的营养发育。豆制配方奶粉是以大豆蛋白为主要原料,并在其内按照母乳营养成分标准,添加了各种营养素的一种新型豆奶粉。两者相比而言,除了大多数配方牛奶粉中的糖类主要是乳糖(个别牛奶配方中不含乳糖),而豆制配方奶中无乳糖外,其他营养素含量配比没有太大差别。所以,豆制配方奶粉更适合于对牛奶蛋白质过敏和对乳糖不耐受的孩子选用。

2. 常用的配方奶粉主要有哪几种

常用的配方奶粉主要可分为以下几种:

- (1) 0~6个月婴儿配方奶粉:适用于没有母乳或者母乳不足的孩子。
- (2) 6~12个月婴儿延续或者较大婴儿配方奶粉:主要适用于断奶期婴儿的营养补充。
- (3) 1~3岁幼儿助长配方奶粉:补充幼儿生长发育时期的营养缺乏或者不足。
- (4) 3~7岁儿童成长奶粉:有助于学龄前期儿童生长发育。
- (5) 高营养婴儿配方豆奶粉:适用于对牛奶蛋白过敏和对乳糖不耐受的孩子。
- (6) 不含乳糖婴儿牛奶配方奶粉:适用于乳糖不耐受的孩子。
- (7) 早产低出生体重儿配方奶粉:适用于早产低体重的孩子。

- (8) 去苯丙氨酸配方奶粉:适用于先天性苯丙氨酸羟化酶缺乏的孩子。
- (9) 糖尿病病人专用配方奶粉:主要适用于糖尿病病人。
- (10) 怀孕妇女和哺乳母亲专用配方奶粉:适用于怀孕和产后哺乳妇女的营养补充。
- (11) 强化铁质配方奶粉:适用于缺铁性贫血和有铁元素缺乏的孩子。
- (12) 低过敏婴儿配方奶粉:适用于对牛奶蛋白过敏的孩子。
- (13) 乳酸双歧杆菌奶粉:其不仅适用于由各种原因引起的胃肠消化功能紊乱发生的腹胀、腹泻、便秘的孩子,而且还适用于需要转换奶粉或者断奶的婴幼儿。
- (14) 全营养素配方奶粉:适用于进食困难和营养不良、营养不均衡、疾病恢复病人的营养补充。
- (15) 儿童保健康复配方奶粉:适用于有营养问题的孩子和患病小儿的营养补充。
- (16) 山羊奶配方奶粉:适用于对牛奶蛋白过敏的孩子。

3. 中国 1~10 岁儿童膳食营养素推荐摄入量 (RNIS) 是多少

见表 1-1。

表 1-1 中国 1~10 岁儿童膳食营养素推荐摄入量 * (RNIS)

营养素	单位	1~3 岁	4~6 岁	7~10 岁
热量	kcal	1 050~1 350	1 400~1 700	1 700~2 100
蛋白质	g	35~45	50~55	60~70
糖类	g			
脂肪	g			
低聚果糖	g			
牛磺酸	mg			
维生素 A	μg	500	600	700
维生素 D	μg	10	10	10

(续表)

营养素	单位	1 ~ 3 岁	4 ~ 6 岁	7 ~ 10 岁
维生素 E	U	4	5	7
维生素 K	μg			
维生素 C	mg	60	70	80
叶酸	μg	150	200	200
维生素 B ₁	mg	0.6	0.7	0.9
维生素 B ₂	mg	0.6	0.7	1.0
维生素 B ₆	mg	0.5	0.6	0.7
维生素 B ₁₂	μg	0.9	1.2	1.2
烟酸	mg	6	7	9
胆碱	mg	200	250	300
泛酸	mg	2.0	3.0	4.0
生物素	μg	8	12	16
钠	mg	650	900	1 000
钾	mg	1 000	1 500	1 500
氯	mg			
钙	mg	600	800	800
锰	μg			
磷	mg	450	500	700
镁	mg	100	150	250
铁	mg	12	12	12
锌	mg	9	12	13.5
铜	mg	0.8	1.0	1.2
碘	μg	50	90	90

注：* 中国营养协会 2000 年公布,某些数据为适宜摄入量(AI)

4. 国际食品法典标准包括有哪些内容

国际食品法典标准(CODEX 标准)是由联合国世界卫生组织(WHO)和食品与农业组织(FAO)共同制定的一系列食品标准,其中主要包括专门针对 0 ~ 6 个月小婴儿和 6 个月以上较大孩子的配方奶粉的标准。CODEX 标准被世界各国,尤其是西方发达国家广泛认同和接受。CODEX 标准对婴幼儿配方奶粉的质量,作了极其严格的规定,其主要内容大致包括有:营养成分的组成、配比、含量等,卫生学标准比如:农药和杀虫剂的残留剂量、致病菌的检测、含量标