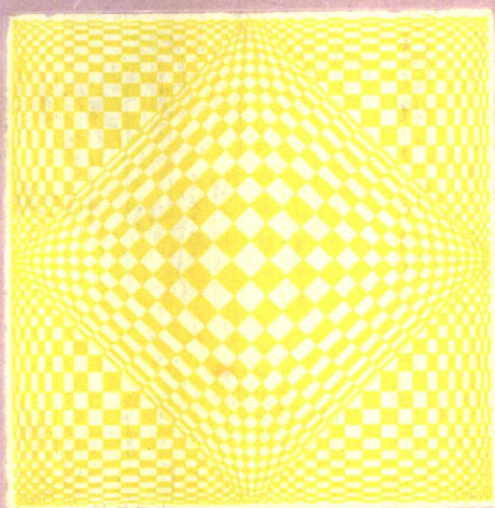




顾奎勤等 编著

现代营养知识大全



人民军医出版社

现代营养知识大全

主 编	顾奎勤	高永瑞	沈宗瀛
编写人员	高永瑞	顾奎勤	沈宗瀛
	叶璐君	房立中	崔宝印
	杨昌林	王伟琴	王长发

定价：61.00元（水）·56（平）801×787 1/32

（京）第111号 第1版第1次印刷

人民军医出版社

1991·北京

现代营养知识大全

顾奎勤等 主编

人民军医出版社出版

(北京复兴路22号甲3号)

(邮政编码: 100842)

北京孙中印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

开本: 787×1092 mm 1/32 · 印张: 20.75 · 字数: 440千字

1991年5月第1版 1991年5年月(北京)第1次印刷

印数: 1—5,000 定价: 11.50元

ISBN 7-80020-200-3/R·176

〔科技新书目: 235—246②〕

序

营养问题涉及到民族的健康素质和疾病的治疗康复，在卫生保健领域受到越来越多的重视。人们在解决温饱问题以后，讲究吃的营养已成为社会共同关心的事情。但是，营养学是一门科学，“合理营养”的概念并未为所有人掌握；相反地，习惯的错误的营养观念经常为一些人所追求。因此，普及营养知识，让每个人都能熟悉运用这些知识为增进人类健康服务，就显得十分迫切了。《现代营养知识大全》就是本着这一目标，收集了营养和食品方面的基础知识，结合临床实践，汇总成的一本比较实用的工具书。其中中医食疗部分，使现代营养学与祖国医学通过某些食药同源的食物构成了联系，这不仅对广大群众，而且对专业人员也有很好的参考价值。最近，调整食物结构，以合理营养指导消费，从我国国情出发改善全国人民的营养，已成为多学科科学工作者的共同呼声，本书的出版也会对促进营养知识的普及与提高发挥重要的作用。我希望有更多的读者从本书获得正确的营养指导，并推动营养知识的更广泛传播，在我国四化建设中作出贡献。

顾景范

1990. 6. 21, 于天津

编者的话

随着我国科学文化事业的发展，人们对精神和物质生活的追求不断提高，发展营养科学、普及营养知识已成为人们的迫切需要。

本书编者在实际工作中体会到，无论是营养专业工作者，还是广大群众，都需要有一部适合我国国情、内容齐全、查阅方便、实用性强的营养学方面的工具书。为此，我们不揣浅陋编写了这本《现代营养知识大全》。本书的主要读者对象是：营养专业人员，医务工作者，科研、教学人员及院校学生。也可供广大群众掌握和运用营养学知识、科学饮食、育儿保健、抗衰老、防病治病之用。

本书借鉴并参考了国内外大量著述，吸收了本学科的新知识和研究成果。全书采用词条形式编写，目录以汉语拼音编排，便于查阅。主要内容有营养学知识、食品卫生学、食物的营养与药用、疾病与饮食、中医食疗学、食品化学等六大部分，共约1300条，并对每一词条作了较为详细的解释，力求简捷、通俗、实用。

中国营养学会理事长、营养学报主编、国际营养科学联合会Ⅳ/2专家委员会委员顾景范教授对本书的编写给予了热心指导和帮助，并在百忙之中为本书作序。中国营养学会特殊营养专业组成员、空军第四研究所徐星友研究员，北京医科大学公共卫生学院营养与食品卫生教研室唐仪教授，中国人民解放军总医院中医科副主任谢天忠副教授，中国人民解放军总医院营养科李守濂副主任营养师，分别对本书有关内

容作了认真的审阅，并提出宝贵意见。

在本书的编写过程中，承蒙中国人民解放军总医院营养科、空军医学专科学校营养教研室的领导和同志们大力支持和帮助，在此一并表示衷心的感谢。

由于本书涉及面广，编写者水平有限，书中词条收集不全，释义欠妥或错误都在所难免，敬请营养学界前辈、同行和广大读者批评指正。

编 者

1990年6月

目 录

A

an	氨基酸比值系数..... (2)
鹌鹑..... (1)	氨基酸模式..... (3)
鹌鹑蛋..... (1)	氨基酸自动分析仪..... (3)
氨基酸..... (2)	安全系数..... (4)

B

bai	半流质膳食..... (10)
白茶..... (5)	半乳糖..... (11)
白醋..... (5)	半乳糖血症..... (11)
白蛋白..... (5)	半数致死量..... (11)
白豆..... (6)	半脱水豆制品..... (12)
白饭豆..... (6)	半完全蛋白质..... (12)
白果..... (6)	半纤维素..... (12)
白果中毒..... (7)	bang
白木耳..... (7)	蚌肉..... (13)
白砂糖..... (8)	bao
白鱼..... (8)	鲍鱼..... (13)
百合..... (9)	饱和脂肪酸..... (14)
ban	饱食中枢..... (14)
半必需氨基酸..... (9)	包装材料卫生..... (15)
半干半潮食品..... (10)	bei
半胱氨酸..... (10)	贝始类感官检查..... (15)

贝壳开壳率试验..... (16)

ben

苯丙氨酸..... (16)

苯并芘污染..... (16)

苯甲酸钠..... (17)

贲门痉挛膳食..... (17)

beng

崩漏中医食疗..... (18)

bi

鼻饲..... (18)

鼻炎中医食疗..... (18)

荸荠..... (19)

比色法..... (20)

比托斑..... (20)

比浊法..... (20)

必需氨基酸..... (21)

必需氨基酸指数..... (21)

必需脂肪酸..... (22)

闭经中医食疗..... (22)

bian

变蛋..... (23)

变性作用..... (23)

变形杆菌食物中毒..... (23)

扁豆..... (24)

扁挑体摘除膳食..... (24)

便秘膳食..... (24)

便秘中医食疗..... (25)

辨证施膳..... (26)

鳊鱼..... (26)

biao

标准米面..... (26)

标准体重公式..... (27)

bie

鳖..... (27)

bing

槟榔..... (28)

冰蛋的卫生..... (29)

冰糖..... (29)

病人热能估计公式..... (29)

丙氨酸..... (30)

bo

菠菜..... (30)

菠萝..... (31)

菠萝蜜..... (31)

薄层层析..... (32)

bu

不完全蛋白质..... (32)

不育症中医食疗..... (33)

布氏杆菌病鉴定与

处理..... (33)

C

cai

菜籽油..... (35)

can

蚕豆..... (35)

- 参考蛋白质..... (36)
- 餐具消毒..... (36)
- cha
- 茶叶..... (36)
- 茶籽油..... (37)
- 差异系数..... (37)
- chan
- 产妇膳食..... (38)
- 产后便秘中医食疗..... (38)
- 产后缺乳中医食疗..... (39)
- chang
- 鲳鱼..... (39)
- 常量营养素..... (40)
- 常量元素..... (40)
- chao
- 草莓..... (41)
- chen
- 橙子..... (41)
- 成肽反应..... (42)
- 成肽反应..... (42)
- chi
- 赤虹..... (42)
- 赤霉病变中毒..... (42)
- 赤小豆..... (43)
- chong
- 虫胶色素..... (43)
- 充氮保藏法..... (44)
- chou
- 臭豆腐..... (44)
- 臭米面中毒..... (44)
- chu
- 初乳..... (45)
- 刺梨..... (45)
- 慈菇..... (45)
- cu
- 醋..... (46)
- 粗蛋白..... (46)
- 粗纤维..... (47)

D

- D-木糖..... (48)
- D值 (DRT值)..... (48)
- da
- 大白菜..... (48)
- 大肠菌群..... (49)
- 大巢菜..... (49)
- 大葱..... (49)
- 大豆粉..... (50)
- 大豆油..... (50)
- 大黄鱼..... (51)
- 大麻仁中毒..... (51)
- 大麦..... (52)
- 大曲醋..... (52)
- 大蒜..... (52)

- 大枣..... (53)
- dai
- 带下病中医食疗..... (54)
- 带鱼..... (54)
- 代乳食品..... (55)
- 代谢试验..... (55)
- 代谢试验膳食..... (56)
- 代谢水..... (56)
- 呆小病膳食..... (56)
- dan
- 蛋氨酸..... (57)
- 蛋白..... (57)
- 蛋白糖..... (58)
- 蛋白质..... (58)
- 蛋白质变性..... (59)
- 蛋白质测定..... (59)
- 蛋白质沉淀..... (60)
- 蛋白质存留率..... (60)
- 蛋白质的等电点..... (61)
- 蛋白质的结构..... (61)
- 蛋白质等级..... (62)
- 蛋白质电泳..... (62)
- 蛋白质二级结构..... (62)
- 蛋白质供给量..... (62)
- 蛋白质功效比..... (63)
- 蛋白质互补作用..... (63)
- 蛋白质换算系数..... (64)
- 蛋白质结合碘..... (64)
- 蛋白质节省疗法..... (64)
- 蛋白质节约作用..... (65)
- 蛋白质净比值..... (65)
- 蛋白质净利用率..... (65)
- 蛋白质缺乏病..... (66)
- 蛋白质—热能营养不良..... (66)
- 蛋白质三级结构..... (67)
- 蛋白质生物学价值..... (67)
- 蛋白质水解..... (67)
- 蛋白质四级结构..... (68)
- 蛋白质消化率..... (68)
- 蛋白质需要量..... (69)
- 蛋白质盐析..... (69)
- 蛋白质一级结构..... (70)
- 蛋感官检查法..... (70)
- 蛋黄..... (70)
- 蛋类食品..... (71)
- 蛋污染..... (71)
- 单不饱和脂肪酸..... (72)
- 单纯蛋白质..... (72)
- 单端孢霉毒素类..... (72)
- 单宁..... (73)
- 单糖..... (73)
- 单细胞蛋白..... (74)
- 氮平衡..... (74)
- 氮平衡指数..... (74)
- 氮平衡试验膳食..... (75)
- 氮转换系数..... (75)
- 胆固醇..... (75)
- 胆碱..... (76)

胆结石膳食..... (76)

胆囊炎膳食..... (77)

胆囊造影膳食..... (77)

胆汁酸盐..... (77)

淡菜..... (78)

丹毒中医食疗..... (78)

dao

刀豆..... (79)

刀鱼..... (79)

岛青霉毒素..... (80)

di

低蛋白膳食..... (80)

低钙膳食..... (80)

低钾膳食..... (81)

低聚糖..... (81)

低卡食品..... (81)

低密度脂蛋白..... (82)

低嘌呤膳食..... (82)

低铜膳食..... (83)

低温保藏..... (83)

低血糖..... (84)

低亚硫酸钠..... (84)

低盐膳食..... (84)

低脂肪低胆固醇膳食..... (85)

dian

碘..... (85)

碘化油..... (86)

碘价..... (86)

碘盐..... (86)

淀粉..... (87)

淀粉—碘络合物..... (87)

淀粉糊化..... (88)

淀粉酶..... (88)

dong

冬瓜..... (88)

冻肉..... (89)

冻藏食品的重结晶..... (89)

动脉粥样硬化膳食..... (90)

动脉注射腌制法..... (90)

dou

豆瓣酱..... (91)

豆腐..... (91)

豆腐皮..... (92)

豆浆..... (92)

豆类粉丝..... (93)

豆类食品..... (93)

豆豉..... (93)

du

毒草中毒..... (94)

毒作用带..... (95)

dui

对氨基苯甲酸..... (95)

duo

多不饱和脂肪酸..... (95)

多环芳烃..... (96)

多聚糖..... (96)

多氯联苯..... (97)

U56344

E

e

鹅肉 (98)

恶性营养不良 (98)

en

恩格尔系数 (99)

er

儿童体重增长 (99)

二级衍生蛋白质 (100)

F

fa

发菜 (101)

发热病人膳食 (101)

发色剂 (101)

发酵 (102)

发酵粉 (102)

发酵酒的卫生 (103)

fan

钒 (103)

泛酸 (104)

番茄 (104)

番石榴 (104)

番薯 (105)

fang

方便食品 (105)

防腐剂 (106)

防老化剂 (106)

放射色谱法 (107)

放射性污染 (107)

fei

非蛋白氮 (107)

非蛋白呼吸商 (108)

非酶褐变反应 (108)

非血红素铁 (109)

肺结核中医食疗 (109)

fen

粉末酒 (110)

粉末油脂 (110)

粉丝 (111)

粉心糖 (111)

分解代谢 (111)

粪代谢氮 (112)

feng

蜂蜜 (112)

蜂乳 (113)

fu

氟 (113)

氟斑牙 (113)

氟污染 (114)

茯苓 (114)

复合奶 (115)
 复香型白酒 (115)
 麸曲醋 (115)
 辐射保藏 (116)
 辐射杀菌 (116)
 辐射食品质量 (117)
 辅酶Q (117)

腐乳 (117)
 腹泻中医食疗 (118)
 负氮平衡 (118)
 富营养化 (119)
 浮游生物定量 (119)
 副溶血性弧菌食物
 中毒 (119)

G

gai

钙 (121)
 钙磷比值 (121)
 钙磷定量试验膳食 (122)
 改性淀粉 (122)
 改性纤维素 (123)

gan

干冬菜 (123)
 干酪 (123)
 干膳食 (124)
 干燥豆制品 (124)
 干制品包装要求 (125)
 干制品的复水性 (125)
 甘草 (125)
 甘蓝 (126)
 甘油脂肪酸酯 (126)
 甘蔗 (127)
 肝昏迷膳食 (127)
 肝炎膳食 (128)
 肝硬变膳食 (128)

橄榄 (129)
 鳕鱼 (129)
 柑子 (130)
 苷类 (130)
 感冒中医食疗 (131)
 gao
 高蛋白膳食 (131)
 高钙膳食 (132)
 高价营养液 (132)
 高钾膳食 (132)
 高粱米 (133)
 高密度脂蛋白 (133)
 高能化合物 (134)
 高能磷酸化合物 (134)
 高热能膳食 (134)
 高糖膳食 (134)
 高维生素膳食 (135)
 高温保藏 (135)
 高温油卫生 (136)
 高纤维膳食 (136)

- 高效液相色谱 (136)
 高血糖 (137)
 高血压膳食 (137)
 高血压中医食疗 (138)
 高脂蛋白血症 (138)
 高脂蛋白血症膳食 (139)
 高脂肪试验膳食 (139)
 高脂血症中医食疗 (139)
 go
 铬 (140)
 鸽蛋 (140)
 鸽子 (141)
 蛤蜊 (142)
 镉对食品的污染 (142)
 gong
 公共营养 (143)
 功能食品 (143)
 工业三废污染 (143)
 汞对食品的污染 (144)
 gou
 佝偻病 (144)
 枸杞头 (144)
 gu
 钴 (145)
 谷氨酸 (145)
 谷胱甘肽还原酶 (145)
 谷类蛋白质 (146)
 谷类食品 (146)
 骨盐 (147)
 骨折病人膳食 (147)
 骨质软化病 (148)
 骨质疏松 (148)
 固氮作用 (148)
 固醇类 (149)
 guan
 罐头产品名称代号 (149)
 罐头感官鉴定 (149)
 罐头化学性胖听 (150)
 罐头内容物质量要
 求 (150)
 罐头排气 (151)
 罐头平酸腐败 (151)
 罐头物理性胖听 (152)
 冠心病中医食疗 (152)
 管饲 (152)
 guang
 胱氨酸 (153)
 gui
 桂花 (153)
 桂皮 (154)
 鳎鱼 (154)
 gun
 滚筒干燥 (155)
 gou
 果胶 (155)
 果聚糖 (155)
 果蔬成熟度 (156)
 果蔬催熟 (156)

果蔬后熟 (156)
 果蔬色素 (157)

果糖 (157)
 锅粑 (157)

H

ha

哈士蟆 (159)
 哈蟆油 (159)

hai

海藻 (160)
 海带 (160)

海鳗 (161)
 海参 (162)

海虾 (162)
 海蜇 (163)

han

蚶 (164)
 含氮渗出物 (164)

含硫氨基酸 (165)

hang

航空营养学 (165)

he

河豚 (165)
 河豚毒素分布 (166)

合成代谢 (167)
 合成食用色素 (167)

合理膳食 (167)

核苷酸 (168)

核黄素缺乏病 (168)

核酸 (169)

褐藻胶 (169)

hei

黑大豆 (169)
 黑加仑 (170)
 黑脂麻 (170)

hong

红茶 (171)
 红茶菌 (171)

红花黄色素 (172)
 红曲米 (172)

红曲色素 (172)

红色青霉毒素 (173)

红糖 (173)

hu

瓠子 (173)
 胡葱 (174)

胡椒 (174)

胡萝卜 (175)

胡桃仁 (176)

糊精 (176)

呼吸商 (176)

hua

花茶 (177)

花黄素 (177)

花椒 (178)

花青素 (178)
 花色酱油 (179)
 花生油 (179)
 花生与瓜子的卫生 (179)
 化学分 (179)
 化学能 (180)
 化学性污染 (180)
 huai
 槐籽 (181)
 坏血病 (181)
 huan
 还原糖 (181)
 环糊精 (181)
 环氧乙烷 (182)
 huang
 黄变米毒素 (182)
 黄茶 (182)
 黄豆 (183)
 黄姑鱼 (183)
 黄瓜 (184)
 黄花菜 (184)
 黄酒 (185)

黄粒米 (185)
 黄绿青霉素 (186)
 黄皮果 (186)
 黄曲霉毒素 (187)
 黄颡鱼 (187)
 hui
 灰菜 (188)
 茴香 (188)
 挥发油 (188)
 回乳中医食疗 (189)
 回收率 (189)
 蛔虫病中医食疗 (190)
 hun
 混合奶 (190)
 混合杀菌液 (190)
 混合喂养 (191)
 混合腌制法 (191)
 混凝沉淀 (191)
 huo
 火棘果 (192)
 火腿 (192)

J

ji
 肌醇 (193)
 肌酐试验膳食 (193)
 肌酸 (193)
 肌酸酐 (194)

肌酸酐一身高指数 (194)
 鸡蛋 (194)
 鸡蛋白 (195)
 鸡蛋黄 (195)
 鸡肫 (196)

- 鸡肝 (196)
 鸡肉 (197)
 鲫鱼 (197)
 芥菜 (198)
 挤乳卫生 (198)
 即食食品 (199)
 基本奶 (199)
 基础代谢 (199)
 基础代谢率 (200)
 极低密度脂蛋白 (200)
 极谱分析法 (201)
 急性腹泻膳食 (201)
 急性肝炎中医食疗 (201)
 急性肾炎膳食 (202)
 急性肾炎中医食疗 (202)
 急性胃肠炎中医食疗 (203)
 急性胃炎膳食 (203)
 急性胰腺炎膳食 (204)
 蕺菜 (204)
 jia
 钾 (205)
 钾钠定量试验膳食 (205)
 甲壳素与壳聚糖 (206)
 甲硫氨酸 (206)
 甲状旁腺素 (206)
 甲状腺碘¹³¹试验
 膳食 (207)
 甲状腺机能亢进
 膳食 (207)
 加碘盐 (208)
 家庭静脉营养 (208)
 夹心糖 (208)
 jian
 碱性氨基酸 (209)
 碱性食品 (209)
 减体重膳食 (209)
 jiang
 豇豆 (210)
 酱色 (210)
 酱香型白酒 (211)
 酱心糖 (211)
 酱腌菜的营养 (211)
 降钙素 (212)
 jiao
 茭白 (212)
 焦耳 (213)
 齧母 (213)
 胶基糖 (213)
 胶原 (213)
 脚气病 (214)
 焦糖化作用 (214)
 jie
 芥菜 (215)
 桔梗 (215)
 解冻肉 (216)
 结肠造影膳食 (216)
 结构性污染 (216)
 结核病畜乳处理 (216)