

供 护 理 专 业 用

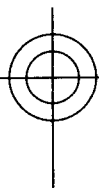


新世纪全国高等中医药院校规划教材

营养与食疗学

◆ 主编 吴翠珍

中国中医药出版社



新世纪全国高等中医药院校规划教材

营养与食疗学

(供护理专业用)

主 编 吴翠珍(山东中医药大学)

副主编 周 俭(北京中医药大学)

石 晶(河北医科大学)

中国中医药出版社

·北 京·

图书在版编目(CIP)数据

营养与食疗学/吴翠珍主编. —北京:中国中医药出版社, 2005. 8

新世纪全国高等中医药院校规划教材

ISBN 7-80156-688-2

I. 营… II. 吴… III. ①营养学-中医学院-教材
②食物疗法-中医学院-教材 IV. ①R151②R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 034187 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码:100013

传真:64405750

北京市大天乐印刷有限责任公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 850×1168 1/16 印张 18 字数 425 千字

2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月第 1 次印刷

书号 ISBN 7-80156-688-2/R·688 册数 5000

*

定价:22.00 元

网址 WWW.CPTCM.COM

如有质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线:010 64065415 010 84042153

全国高等中医药院校护理专业教材建设

专家指导委员会

- 主任委员 李振吉 (国家中医药管理局副局长)
- 副主任委员 王永炎 (中国中医研究院名誉院长 中国工程院院士)
- 贺兴东 (国家中医药管理局科技教育司司长)
- 委员 (按姓氏笔画排列)
- 王绵之 (北京中医药大学 教授)
- 王明来 (国家中医药管理局科技教育司副司长)
- 王新陆 (山东中医药大学校长 教授)
- 邓铁涛 (广州中医药大学 教授)
- 石学敏 (天津中医学院教授 中国工程院院士)
- 龙致贤 (北京中医药大学 教授)
- 皮持衡 (江西中医学院 教授)
- 刘振民 (北京中医药大学 教授)
- 任继学 (长春中医学院 教授)
- 严世芸 (上海中医药大学校长 教授)
- 李任先 (广州中医药大学 教授)
- 李庆生 (云南中医学院院长 教授)
- 吴咸中 (天津中西医结合医院教授 中国工程院院士)
- 张士卿 (甘肃中医学院院长 教授)
- 肖培根 (中国医学科学院教授 中国工程院院士)
- 陈可冀 (中国中医研究院教授 中国科学院院士)
- 周仲瑛 (南京中医药大学 教授)
- 郑守曾 (北京中医药大学校长 教授)
- 胡之璧 (上海中医药大学教授 中国工程院院士)

项 平	(南京中医药大学校长	教授)
施 杞	(上海中医药大学	教授)
徐志伟	(广州中医药大学副校长	教授)
曹洪欣	(黑龙江中医药大学校长	教授)
梁繁荣	(成都中医药大学副校长	教授)
焦树德	(中日友好医院	教授)
路志正	(中国中医研究院	教授)
颜德馨	(上海铁路医院	教授)

新世纪全国高等中医药院校规划教材

《营养与食疗学》编委会

主 编 吴翠珍 (山东中医药大学)

副主编 周 俭 (北京中医药大学)

石 晶 (河北医科大学)

编 委 (以姓氏笔画为序)

张正浩 (湖北中医学院)

张 蓉 (成都中医药大学)

赵晓梅 (天津中医学院)

赵兴连 (山东中医药大学)

聂 宏 (黑龙江中医药大学)

黄孟君 (湖南中医学院)

谢华民 (广州中医药大学)

梁伍今 (长春中医学院)

前 言

护理学是医学科学领域中重要的分支学科,在人类医疗实践中起着不可替代的重要作用。随着社会的进步,社会文明的不断提高,护理学有了更深刻的内涵、更广阔的外延,承载着更多维护人类身心健康的使命。所以,护理专业人才,尤其是高学历高素质护理人才,不管在我国还是在国外,需求量都越来越大。社会的人才需求,就是教育的人才培养目标。培养高素质、高水平护理专门人才须从教育开始,培养具有中国特色的高水平护理人才需从我国高等中医药院校护理教育开始。为此,国家中医药管理局委托全国中医药高等教育学会规划、组织编写了高等中医药院校护理专业第一套、第一版教材,即“新世纪全国高等中医药院校护理专业规划教材”。

为确保教材的科学性、先进性、公认性、权威性、教学适应性,确保教材质量,本套教材采用了“政府指导,学会主办,院校联办,出版社协办”的运作机制。即:教育部、国家中医药管理局宏观指导;全国中医药高等教育学会及全国高等中医药教材建设研究会负责调研、规划、组织编写,以及教材的审定和质量监控;全国开设护理专业的高等中医药院校,既是教材的使用单位,又是编写教材的主体,在研究会的组织下共同参加,联合编写;中国中医药出版社作为中医药行业的专业出版社,积极协助学会、研究会的组织编写出版工作,提供有关编辑出版方面的服务,并提供资金方面的支持。这个“运行机制”集四位于一体,有机地结合了各方面的力量,有效地调动了各方面的积极性,畅通了教材编写出版的各个环节,保证了本套教材按时、按要求、按计划出版。

本套教材主要为护理专业的专业课程,共 21 种。至于护理专业开设的相关医学课程,本着“一书多纲”的精神,拟采用新世纪全国高等中医药院校中医学专业相关规划教材。21 门护理专业规划教材是:《护理学导论》《护理学基础》《中医护理学基础》《健康评估》《护理科研》《护理心理学》《护理管理学》《护理伦理学》《护理教育》《护理美学》《内科护理学》《外科护理学》《妇产科护理学》《儿科护理学》《骨伤科护理学》《五官科护理学》《急救护理学》《社区护理学》《养生康复学》《营养与食疗学》《护理专业英语》。

鉴于历史原因,我国开展护理高等教育相对较晚,而中医药院校开展高等护理教育更晚,大多数中医药院校都是近几年才陆续开设本科护理教育。所以,医药院校高等护理教育面临很多困难。如:缺乏适合的本科护理教材;护理师资

力量不足,师资队伍参差不齐;尚无编写护理教材经验的专家。为使中医药院校高等护理教育尽快达到本科教育同等水平,同时又具有中医护理特色,本套教材采用双主编制,聘请医学院校具有多年高等护理专业教学、临床和编写高等护理教材经验的专家,以及具有护理专业高层次学历和一定教学经验的专家,与中医药院校具有一定护理教学经验的专家,共同主编第一版供中医药院校本科护理专业用的教材。两位主编排名不分先后,为并列主编。

真诚感谢北京大学、复旦大学、第二军医大学对这套教材的大力支持!真诚感谢三所大学参加我们这套教材编写的各位专家!正是她(他)们的参与,使这套教材体现了现代护理教育的高水平。同时也感谢高等中医药院校的护理专家,正是她(他)们的参与,使中医护理的内容在高等教育的教材中得以体现,使这套教材成为目前真正具有中国医学特色的高等护理教材。

本套教材从临床实际出发,以西医病名为主进行编写,部分西医病名难以准确涵盖的中医病证,则以中医病证进行编写。

编写具有中国特色的供中医药院校护理专业本科用的教材尚属首次,中西医护理专家共同合作编写教材也是首次,所以在组织、编写、中西医护理内容的结合等方面都缺乏经验,难免会有不少不尽如人意的地方甚至错漏之处,敬请教学人员、管理人员和学生予以指出,以便重印或再版时修改,以利不断提高教材质量,为培养高水平、高素质护理人才打好基础。谨此,我们向编写和使用本套教材的全体专家、教师和学生致以真诚的感谢!

全国中医药高等教育学会
全国高等中医药教材建设研究会
中国中医药出版社

2005年5月

编写说明

《营养与食疗学》是“新世纪全国高等中医药院校护理专业规划教材”，是首次组织编写。编写中遵循护理专业“既要保持护理专业学科体系及教育模式的系统性、完整性，又要体现中医药院校办学特色”的思路和“培养系统掌握医学和护理学基础理论、基本知识及基本技能，掌握相关人文学科知识和自然科学知识，具有中医护理特长，有社会主义觉悟，德才兼备，综合素质高，富有创新精神，具有临床护理、社区护理能力，并具备一定的护理教育、护理管理、护理科研能力的高级护理人才”的培养目标编写的。

《营养与食疗学》是研究人体从外界摄取必需的营养物质以维持人体生长发育以及与疾病发生发展的关系，并通过饮食营养来促进健康和防治疾病的一门重要学科。作为护理专业的学生，不仅要掌握医疗方法和护理知识，还应学好营养知识，尤其是临床营养治疗和中医食疗的内容，因为护理人员主要从事临床工作，病人的治疗、康复不仅需要用药物治疗，而且更需要饮食营养护理。

本教材由山东中医药大学、北京中医药大学与河北医科大学等10所高等医学院校联合编写。内容设绪论和上、中、下三篇，共19章。其中绪论、上篇第1、2章和中篇第6章由吴翠珍编写；上篇第3、4章和第6章第3节由石晶编写；上篇第5章和第6章第1、2节由张蓉编写；中篇第1章、下篇第1章概述和第2章第1~4节由周俭编写；中篇第2章、第3章由梁伍今编写；中篇第4、5章由谢华民编写；中篇第7~9章由赵兴连编写；中篇第10、11章由赵晓梅编写。下篇第2章第5~13节由黄孟君编写；下篇第2章第14~22节由张正浩编写；下篇第2章第23~30节由聂宏编写。为深化课堂理论和提高学生护理实践技能，还编写了实验技能内容，主要有膳食调查方法、营养成分计算与评价及治疗食品的制作方法。

本教材在编写过程中自始至终得到全国高等中医药教材建设研究会、中国中医药出版社领导与编辑的关心和指导，山东中医药大学、北京中医药大学及各有关学校领导与教务处领导也给予了热情的支持和协助，在此一并致谢。

由于我们的业务水平和编写经验有限，本书的缺点及错误仍在所难免，敬请读者、使用本教材的教师和同学们提出宝贵意见，以待进一步修订。

《营养与食疗学》编写组

2004年8月于山东

内 容 提 要

营养与食疗学是将中医食疗与现代营养学知识结合，且吸收最新研究成果编著而成。本书共分为绪论和上、中、下三篇内容，绪论主要介绍营养与食疗学的概念、发展简史，营养与食疗和健康的关系以及对临床护理的重要性；上篇论述营养学基础，包括人体需要的营养素和热能、各类食物的营养价值、不同生理条件人群与特殊作业人群的合理营养与膳食、人群营养状况的评价和医院膳食管理制度；中篇主要阐述常见疾病的营养治疗原则、食谱制定和应用方法等；下篇为中医食疗，对中医临床病症进行辨证施食，对常见疾病每一证型给出取材方便、制作简单、疗效较好的食疗方。书末附有食物营养成分表、膳食营养成分计算与评价、治疗食品制作方法。

本书简明扼要，内容系统而丰富，除作为高等医药院校护理、中医专业学生教材外，也可供从事中、西医临床工作的医师、营养师、食品专业工作人员以及社会公众之参考。

目 录

绪 论

- 一、营养与食疗学发展简史····· (1)
- 二、营养与食疗和健康的关系····· (2)
- 三、营养与食疗学对临床护理的重要性····· (3)

上篇 营养学基础

第一章 人体需要的营养素和热能 ·····	(5)
第一节 蛋白质·····	(5)
第二节 脂类·····	(9)
第三节 碳水化合物·····	(11)
第四节 热能·····	(12)
第五节 维生素·····	(15)
第六节 矿物质·····	(21)
第七节 水·····	(24)
第八节 膳食纤维·····	(27)
第二章 各类食物的营养价值 ·····	(29)
第一节 粮谷类及薯类·····	(29)
第二节 豆类及坚果类·····	(29)
第三节 蔬菜及水果·····	(30)
第四节 肉类及蛋类·····	(31)
第五节 奶类、鱼类及其制品·····	(31)
第三章 不同生理条件人群的营养与膳食 ·····	(32)
第一节 合理膳食·····	(32)
第二节 老年人的营养与膳食·····	(35)
第三节 婴幼儿的营养与膳食·····	(37)
第四节 儿童、少年的营养与膳食·····	(41)
第五节 孕妇和乳母的营养与膳食·····	(42)
第四章 特殊作业人群的营养与膳食 ·····	(47)
第一节 高温环境下作业人群的营养与膳食·····	(47)
第二节 低温环境中作业人群的营养与膳食·····	(48)
第三节 高原作业人员的营养与膳食·····	(50)

2 · 营养与食疗学 ·	
第四节 潜水作业人员的营养与膳食	(51)
第五节 脑力劳动者的营养与膳食	(53)
第五章 人群营养状况的评价	(55)
第一节 膳食调查	(55)
第二节 体格检查	(58)
第三节 实验室检查	(60)
第六章 医院膳食管理制度	(62)
第一节 医院膳食种类	(62)
第二节 医院膳食管理	(68)
第三节 营养病历的书写	(70)
 中篇 常见疾病的营养治疗 	
第一章 心血管系统疾病的营养治疗	(75)
第一节 冠状动脉粥样硬化性心脏病	(75)
第二节 高脂血症	(78)
第三节 高血压	(79)
第四节 心功能不全	(81)
第二章 内分泌系统与代谢性疾病的营养治疗	(84)
第一节 糖尿病	(84)
第二节 肥胖症	(87)
第三节 痛风	(89)
第三章 消化系统疾病的营养治疗	(92)
第一节 胃炎	(92)
第二节 消化性溃疡	(94)
第三节 腹泻	(98)
第四节 便秘	(101)
第五节 肝硬化	(103)
第六节 肝昏迷	(104)
第七节 胆囊炎与胆石病	(106)
第八节 胰腺炎	(108)
第四章 泌尿系统疾病的营养治疗	(111)
第一节 肾小球肾炎	(111)
第二节 肾病综合征	(113)
第三节 肾结石	(115)
第四节 肾功能衰竭	(117)
第五章 血液系统疾病的营养治疗	(120)
第一节 缺铁性贫血	(120)

第二节 营养性巨幼红细胞性贫血·····	(122)
第三节 再生障碍性贫血·····	(124)
第四节 白血病·····	(126)
第六章 神经精神疾病的营养治疗·····	(129)
第一节 脑血管疾病·····	(129)
第二节 神经衰弱·····	(131)
第三节 中枢神经系统感染·····	(133)
第四节 癫痫·····	(134)
第七章 癌症病人的营养治疗·····	(137)
第一节 营养与癌症·····	(137)
第二节 常见癌症的营养治疗·····	(140)
第八章 外科疾病的营养治疗·····	(144)
第一节 营养对外科病人的重要性·····	(144)
第二节 术后病人营养治疗的基本原则·····	(147)
第三节 常见外科病人的术后营养治疗·····	(152)
第九章 烧伤病人的营养治疗·····	(157)
第一节 烧伤病人的营养需要·····	(157)
第二节 烧伤病人的营养治疗·····	(161)
第十章 职业病的营养治疗·····	(165)
第一节 苯中毒·····	(165)
第二节 铅中毒·····	(166)
第三节 汞中毒·····	(168)
第四节 尘肺·····	(169)
第五节 职业性放射病·····	(171)
第十一章 地方性疾病的营养治疗·····	(173)
第一节 碘缺乏病·····	(173)
第二节 地方性氟中毒·····	(175)

下篇 中医食疗

第一章 概述·····	(177)
第一节 中医食疗的指导思想·····	(177)
第二节 食物的性能·····	(178)
第三节 食物的治疗作用·····	(180)
第四节 饮食治疗原则·····	(181)
第五节 饮食宜忌·····	(183)
第二章 中医常见病症的食疗·····	(185)
第一节 感冒·····	(185)

4 ·营养与食疗学·

第二节 发热	(187)
第三节 咳嗽	(190)
第四节 喘证	(194)
第五节 心悸	(197)
第六节 胸痹	(199)
第七节 眩晕	(203)
第八节 不寐	(205)
第九节 头痛	(207)
第十节 胃痛	(210)
第十一节 胁痛	(213)
第十二节 腹痛	(215)
第十三节 呕吐	(217)
第十四节 泄泻	(220)
第十五节 便秘	(222)
第十六节 消渴	(223)
第十七节 腰痛	(225)
第十八节 水肿	(226)
第十九节 淋证	(228)
第二十节 阳痿	(229)
第二十一节 郁病	(230)
第二十二节 积聚	(232)
第二十三节 癥瘕	(233)
第二十四节 血证	(236)
第二十五节 虚劳	(240)
第二十六节 痛经	(243)
第二十七节 闭经	(245)
第二十八节 缺乳	(247)
第二十九节 脏躁	(248)
第三十节 疳证	(249)

附 录

附录 1 常用食物一般营养成分表	(253)
附录 2 食物中维生素 B ₆ 、泛酸、叶酸、维生素 B ₁₂ 含量	(265)
附录 3 食物中碘含量	(266)
附录 4 治疗食品制作方法	(267)
附录 5 膳食计算与评价	(272)
主要参考书目	(274)

绪 论

人类为了维持生命和健康,保证正常生长发育和各种活动,必须从外界摄取食物,食物进入机体后,经过消化、吸收、分解、代谢等一系列生化过程,从中吸取营养物质,通常把这个过程称为“营养”,所以“营养”即是人类摄取食物满足自身生理需要的生物学过程。营养学主要是研究食物及各种营养素在人体生理过程中的作用及生理和疾病状态下营养需要、来源及其提供方法,并通过饮食营养来防治疾病,为人体健康提供有效措施。食疗学是研究在中医药理论指导下,利用食物的特性或调节膳食中的营养成分等,达到防治疾病的目的。食疗的作用和药物治疗法基本一致,主要体现在治疗和预防两方面。近年来食疗学取得的不少成果也逐渐被现代科学所证实,被广大医务工作者所接受,如临床应用燕麦防治高脂血症、糖尿病;芹菜防治高血压;花生红衣防治贫血;马齿苋、苦瓜抗菌消炎等,皆取得显著成绩。

一、营养与食疗学发展简史

营养与食疗学的发展过程与其他许多学科一样,是人类在漫长的生活实践中,逐渐由感性认识上升到理性认识的过程。中医饮食疗法已有数千年历史,历代医家的著作中对食疗均有论述,积累了丰富的理论知识和经验,为我国人民的保健事业作出了很大贡献。

《素问·五常政大论》指出:“谷肉果蔬,食养尽之,勿使过之,伤其正也。”在饮食营养中首先强调饮食不偏,《素问·脏气法时论》指出:“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补益精气。”说明各种食物合理搭配能扶助人体正气。这 and 现代营养学提出的平衡膳食、合理营养的要求是一致的。其次强调饮食要有节制,不可贪食过饱,《素问·痹论》云:“饮食自倍,肠胃乃伤”。不过食膏粱厚味和醇酒肥甘,《素问·奇病论》云:“肥者令人内热,甘者令人中满”,《素问·生气通天论》云:“膏粱厚味,足生大丁”,《韩非子·杨权》说:“夫香美脆味,厚酒肥肉,甘口而病形”。三是要求饮食生熟冷热有度,饮食营养要适应环境,要因时、因地、因人而异。《灵枢·师传》篇指出:“食饮者,热无灼灼,寒无沧沧,寒温中适,故气将持,乃不致邪僻也”。王冰注释说:“春食凉,夏食寒,以养于阳;秋食温,冬食熟,以养于阴”。元代忽思慧在《饮膳正要》中说:“春气温,宜食麦以凉之;夏气热,宜食菽以寒之;秋气燥,宜食麻以润其燥;冬气寒,宜食黍以热性治其寒”。强调饮食要符合四时气候变化的自然规律,这与现代营养学提出的营养素的供给量要根据气候、地区、劳动强度及生理特点等因素的变化而有所不同,使人体的能量代谢和物质代谢与外界环境达到平衡,以维持人体健康的观点基本一致。

我国古代不仅有专门从事饮食治疗的“食医”,而且有论述饮食治疗和营养卫生的专著及涉及该方面的著作 50 余部,如《食疗本草》《食医心鉴》《食性本草》《救荒本草》等。都

是非常有价值的宝贵历史遗产,反映了我国历代营养学和食疗学方面的成就。

近来中医食疗学得到了长足的发展,合理饮食以及在中医理论指导下的食疗方对预防、治疗和疾病恢复的良好效果,越来越受到人们的喜爱和认可,涌现了大量的研究论文和著作,主要有钱伯文等主编的《中国食疗学》、施奠邦主编的《中国食疗营养学》、施杞、夏翔主编的《中国食疗大全》、姜超主编的《实用中医营养学》。特别是近年来用中西医结合的方法进行研究,在食疗方面取得了不少新的研究成果。

随着社会的发展和科学技术的进步,现代营养学逐步形成,并不断壮大和发展。从 18 世纪中叶到 19 世纪初,因碳、氢、氧、氮定量分析方法的确定,以及由此而建立的食物组成和物质代谢的概念、氮平衡学说等,为现代营养学的形成和发展奠定了坚实的基础。19 世纪初至 20 世纪中叶,对氨基酸、蛋白质、脂肪酸、维生素及各种营养物质的许多新的发现和认识,使现代营养学得到迅速发展。

我国的现代营养学研究在 20 世纪初开始进行,1941 年召开第一次全国营养学术会议,1945 年正式成立中国营养学会。1949 年以后,营养学的发展很快,全国营养状况的调查、营养缺乏症的防治、热能及维生素需要量的制订、婴儿食品及代乳品的制备等都取得了巨大成就。尤其是近年来,临床营养学更是得到迅猛发展,使我国的现代营养学进入了一个新的发展阶段。

二、营养与食疗和健康的关系

营养是保证机体健康的条件,也可以说人体健康依赖于营养。食物中各种营养素含量的多少,机体消化、吸收和利用程度的高低与健康关系密切,因为营养素对人体具有提供热能、构成人体组织和调节生理功能的作用。在营养素充足的情况下,才能保证人体健康,使人具有旺盛的精力用于学习与工作,提高机体对疾病的抵抗力和免疫力,防止疾病发生,延长寿命。如果营养素摄入不足或不当,就会对机体带来影响或者疾病,例如热能、蛋白质不足会使儿童生长发育迟滞,智力受到影响,成人则表现为精力不充沛、抵抗力降低等。维生素缺乏时会出现相应的缺乏病,如维生素 A 缺乏时眼睛暗适应能力下降,甚至患夜盲症;维生素 D 与钙缺乏儿童易得佝偻病,成人出现骨质疏松症;缺锌时儿童发育迟缓,味觉降低,第二性征发育不良;缺碘出现地方性甲状腺肿或者克汀病等。但营养素的摄入也不是多多益善,有些营养素摄入过多也有不利影响,例如热能、脂肪摄入过多可引起肥胖、高脂血症、动脉粥样硬化,高盐和低纤维素膳食可引起高血压等。大量研究表明,营养过剩不仅是人群中某些慢性疾病发病率增高的因素,而且还和某些肿瘤如结肠癌、乳腺癌、胃癌等有明显关系。

传统医学对饮食营养与健康的关系早有深刻认识,认为保证健康、延年益寿首先要注意营养。有关饮食营养的重要著作颇多,《难经》中载:“人赖饮食以生,五谷之味,熏肤(滋养肌肤),充身,泽毛”。说明我国在两千多年以前已十分重视饮食的营养作用。《金匱要略》中用当归生姜羊肉汤治疗妇人产后血虚受寒引起的腹痛,《肘后备急方》中记载用海藻酒治瘰病,用猪胰治消渴病;《千金要方》首用猪肝治疗夜盲症等,均为中医食疗的应用。无论传统医学还是现代医学都非常重视营养与健康的关系,我们必须结合人体营养需要,对正常

人或是病人进行合理营养,以达到保健、康复、延年益寿的目的。

三、营养与食疗学对临床护理的重要性

营养与食疗学是保证人体健康和防治疾病的一门重要学科,作为护理专业的学生,不仅要掌握医疗方法和护理知识,还应学好营养知识,尤其临床营养治疗和中医食疗的内容。因为护理人员主要在临床工作,病人的治疗、康复不仅需要使用药物,饮食营养护理也非常重要。因此,在采用各种治疗方法和手段治疗疾病的同时,必须加强临床营养护理。

现代研究发现许多疾病如糖尿病、高脂血症、冠心病、肥胖等都与营养过剩有关。在疾病过程中,如外科手术、癌症后期及许多虚劳性疾病,营养不足又严重地影响着身体的康复。因此如何合理饮食、正确营养在疾病预防、治疗和康复过程中是非常重要的。如何指导病人饮食、保证营养供给是临床护理的一个重要方面。食物有寒、热、温、凉之异,有补养、泻下、发散、收敛之特性,在临床护理时应根据疾病性质和个体差异来指导病人饮食,或利用食物的特性来治疗疾病,重视食疗、加强食疗,从而提高临床治疗效果。

我国卫生部在关于加强临床营养工作的意见中指出,临床营养工作是医疗工作的重要组成部分。利用食物中的营养成分治疗疾病,在我国已有悠久历史,随着现代医学的发展,营养学在临床医疗中的作用,早已受到医学界的重视,在医院工作中处于不容忽视的地位。护理专业应设置营养治疗课。中医食疗是祖国医药学的宝贵财产,应努力发掘。中医药院校、中医研究机构及有条件的中医院,可适当安排人力,搞好这方面的研究,为临床提供更加广泛的营养疗法。要提高对临床营养工作重要性的认识。使各级领导充分认识,病人的膳食不单纯是吃饭问题,而是通过科学合理的膳食,增强病人体质,加速康复的一项必不可少的综合治疗措施。因此学好营养与食疗学对于提高临床护理质量,促进病人康复具有重要意义。