

۲۰۵۲۹۳۷

اسلامی

تغذیه در بیماری ها

مؤلف :

نگار اصلانی

سرشناسه	: اصلانی، نگار، ۱۳۵۷-
عنوان و نام پدیدآور	: تغذیه در بیماری‌ها/ مولف نگار اصلانی.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات راه دکتري: سنجش و دانش، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهري	: ۱۸۸ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۲۴۱-۱۰۱-۵
وضعيت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: تغذیه -- ناپسامانی‌ها
موضوع	: Nutrition disorders
موضوع	: سلامتی -- تاثیر تغذیه
موضوع	: Health -- Nutritional aspects
موضوع	: تغذیه -- بیماری‌ها
موضوع	: Nutritionally induced diseases
رده بندی کنگره	: ۶۴۵RA
رده بندی دیویی	: ۲/۶۱۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۷۲۱۵۶۹

سنجش و دانش

www.sanjesh.ir
sanjeshodanesh@iran.ir

عنوان: تغذیه در بیماری‌ها

مولف: نگار اصلانی

ناشر: انتشارات سنجش و دانش

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۸

صفحه آرایي: مهتاب دوستي

طراح جلد: مهتاب دوستي

ناظر: نسرين خاني

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

«کلیه حقوق برای مؤلف محفوظ است»

بهاء : ۲۵۰۰۰ ریال

چاپ و نشر: تهران، ملارد، مارلیک، بلوار هفت تیر، مجتمع تجاری اداری امیر، آکادمی تخصصی دکتری

مرکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶

تلفن تماس: ۰۲۱-۶۵۱۴۰۰۲۷

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل اول.....	۱
سو تغذیه.....	۱
ماراسموس.....	۲
آسیب جسمی.....	۳
درمان ماراسموس.....	۴
کواشیورکور.....	۵
خطر کواشیورکور.....	۶
جلوگیری از PEM.....	۶
فصل دوم.....	۸
بیش تغذیه ای.....	۸
مشکلات Overnutrition.....	۹
سندرم متابولیک.....	۹
اضافه وزن و دیابت نوع ۲.....	۱۰
ژن و DNA.....	۱۱
ژن های صرفه جو.....	۱۳
شیوه زندگی: نیم دیگری از مشکل.....	۱۴
تغییر عادات غذا خوردن.....	۱۵
فصل سوم.....	۱۷
غذا خوردن عادی و غیر عادی.....	۱۷
غذا خوردن عادی.....	۱۸
دلایل مصرف غذا.....	۱۹
عوامل خارجی موثر بر رفتارهای غذایی.....	۱۹
عوامل داخلی موثر بر رفتارهای غذایی.....	۲۰
رژیم سالم.....	۲۲
تنوع، تعادل و میانه روی.....	۲۲

۲۳.....	تعداد وعده های مصرف غذا در روز
۲۴.....	اختلالات خوردن
۲۵.....	بی اشتها بی عصبی
۲۶.....	پر خوری عصبی
۲۶.....	اختلال ریزه خواری
۲۸.....	فصل چهارم
۲۸.....	اختلال خوردن
۳۰.....	علل ایجاد اختلالات خوردن
۳۱.....	رژیمیک و اختلالات خوردن
۳۲.....	روان شناسی و اختلالات خوردن
۳۳.....	عوامل اجتماعی - فرهنگی و اختلالات خوردن
۳۵.....	چگونه پیشگیری از ابتلا به اختلالات خوردن
۳۷.....	فصل پنجم
۳۷.....	بی اشتها بی عصبی
۳۸.....	ویژگی های بی اشتها بی عصبی
۳۹.....	اختلالات روانی
۴۲.....	اجزای رفتاری
۴۵.....	پیامدهای فیزیکی بی اشتها بی عصبی
۴۷.....	درمان بی اشتها بی عصبی
۴۹.....	نوتوانی تغذیه ای
۵۰.....	روان درمانی
۵۱.....	دارو دارویی
۵۲.....	بهبودی
۵۳.....	فصل ششم
۵۳.....	پر خوری عصبی
۵۴.....	مشخصات پر خوری
۵۶.....	اختلالات روانشناختی
۵۷.....	جز رفتاری پر خوری عصبی

۶۱.....	پیامدهای جسمی ناشی از پرخوری.....
۶۲.....	درمان پرخوری عصبی.....
۶۳.....	نوتوانی تغذیه ای.....
۶۳.....	درمان روان شناختی.....
۶۴.....	دارو درمانی.....
۶۶.....	فصل هفتم.....
۶۶.....	ریزه خواری و سایر اختلالات غذایی.....
۶۸.....	مشخصات و ویژگی های اختلال ریزه خواری.....
۶۹.....	درمان اختلال ریزه خواری.....
۷۰.....	سندرم خورانش شبانه.....
۷۱.....	اختلال خوراک در کودکان.....
۷۲.....	بی اشتهایی در کودکان.....
۷۳.....	اختلال عاطفی پرهیز از مصرف غذا.....
۷۳.....	اختلال خوردن انتخابی.....
۷۴.....	سندرم امتناع فراگیر از غذا خوردن.....
۷۴.....	اختلالات غذایی و بارداری.....
۷۵.....	اختلالات غذایی در بین ورزشکاران.....
۷۶.....	بی اشتهایی ورزشی.....
۷۷.....	مثلث ورزشکاران زن.....
۷۸.....	اختلالات غذایی و دیابت.....
۸۰.....	فصل هشتم.....
۸۰.....	تغذیه و مشکلات متابولیسم بدن.....
۸۱.....	اختلالات مادرزادی متابولیسم.....
۸۲.....	ژن ها و IEM.....
۸۳.....	PKU.....
۸۴.....	بیماری شربت افرا.....
۸۶.....	فروکتوزمی.....
۸۷.....	عدم تحمل فروکتوز.....

۸۷.....	سیستیک فیبروزیس (CF)
۹۰.....	بیماری سلپاک
۹۴.....	فصل نهم
۹۴.....	آلرژی و عدم تحمل غذایی
۹۵.....	الفبای حساسیت های غذایی
۹۷.....	انجام آزمایش برای تشخیص آلرژی های غذایی
۹۸.....	از بین رفتن حساسیت های غذایی
۹۸.....	برخی از علل رایج حساسیت غذایی
۹۸.....	بادام زمینی
۹۹.....	آجیل های درختی
۱۰۰.....	نخمر مرغ
۱۰۰.....	شیر
۱۰۱.....	لویبای سویا
۱۰۲.....	ماهی
۱۰۲.....	نرم تنان صدف دار
۱۰۳.....	گندم
۱۰۴.....	عدم تحمل غذایی در مقابل آلرژی مواد غذایی
۱۰۵.....	فصل دهم
۱۰۵.....	نقش ریز مغذی ها در سیستم ایمنی
۱۰۶.....	ویتامین C و سیستم ایمنی بدن
۱۰۶.....	سایر ریز مغذی های ضروری
۱۰۸.....	آنتی اکسیدان ها
۱۱۱.....	فصل یازدهم
۱۱۱.....	اتفاقات حین ورزش
۱۱۲.....	انرژی مورد نیاز بدن برای ورزش
۱۱۳.....	دریافت اکسیژن سلول های عضلانی
۱۱۴.....	سیستم تنفسی: نفس کشیدن
۱۱۵.....	سیستم قلبی - عروقی

۱۱۶.....	تنفس های متوالی و عمیق تر
۱۱۶.....	قلب
۱۱۷.....	تغییر جریان خون
۱۱۷.....	تغییر در عضله
۱۱۸.....	عضلات چگونه کار می کنند؟
۱۲۰.....	نیاز به عضلات برای استقامت، قدرت و پایداری
۱۲۲.....	اثرات تمرینات ورزشی
۱۲۲.....	نقش تمرینات هوازی
۱۲۳.....	نقش تمرین های مقاومتی
۱۲۵.....	فصل دوازدهم
۱۲۵.....	مشکلات تغذیه ای رایج در میان ورزشکاران
۱۲۶.....	از دست دادن و به دست آوردن وزن
۱۲۶.....	افزایش وزن بی خطر
۱۲۷.....	کاهش وزن بی خطر
۱۲۷.....	اختلالات خوردن: ورزشکاران در معرض
۱۲۸.....	ورزشکاران بی اشتها
۱۲۸.....	بیماری وسواس خوردن خوراک زیاد و سپس استفراغ عمدی
۱۲۹.....	ورزش کردن اجباری
۱۲۹.....	سندرم ورزش بیش از حد
۱۳۲.....	رژیم های گیاه خواری برای ورزشکاران
۱۳۴.....	فصل سیزدهم
۱۳۴.....	مکمل
۱۳۵.....	سنجیدن خطرات و فواید
۱۳۵.....	ادعاهای مربوط به محصول
۱۳۷.....	مقادیر توصیه شده
۱۳۷.....	مکمل های ویتامینی
۱۳۸.....	مکمل املاح
۱۳۹.....	مکمل های پروتئینی

۱۴۰	مکمل های اسید آمینه ای
۱۴۱	کراتین
۱۴۳	بیکربنات
۱۴۴	کافئین
۱۴۵	کارنیتین
۱۴۵	تری گلیسرید های با زنجیره متوسط
۱۴۶	ریبوز
۱۴۶	پتا هیدروکسی پتا متیل بوتیرات
۱۴۷	جینسینگ
۱۴۷	افدرا
۱۴۸	استروئید های آنابولیک
۱۴۹	پیش ساز های استروئیدی
۱۵۰	هورمون رشد
۱۵۱	اریتروپوئیتین (EPO)
۱۵۱	دیگر مکمل ها
۱۵۳	فصل چهاردهم
۱۵۳	نوتریژنومیک
۱۵۴	برهم کنش مواد مغذی و ژن
۱۵۵	تغذیه به عنوان تغییر دهنده ژن ها
۱۵۵	مواد مغذی و بیان ژن
۱۵۶	مواد مغذی و ترمیم DNA
۱۵۷	اجداد مشابه، مشکلات ژنتیکی مشابه
۱۵۹	رژیم غذایی مناسب با ژنوتیپ
۱۶۰	ویتامین D و سرطان
۱۶۱	پیشگیری از بیماری و ترکیبات شیمیایی گیاهی (Phytochemicals)
۱۶۲	کارتونوئید ها
۱۶۳	فلاوونوئیدها
۱۶۵	فصل پانزدهم

۱۶۵	مواد غذایی اصلاح ژنتیکی
۱۶۶	تغذیه بهتر
۱۶۸	حیوانات و اصلاحات ژنتیکی
۱۶۹	فصل شانزدهم
۱۶۹	فرآوری و آماده سازی مواد غذایی
۱۷۰	متوسل شدن به جوانه های چشایی
۱۷۲	سریع و ارزان کردن
۱۷۳	دلیل استفاده از افزودنی ها در صنعت غذا
۱۷۴	از بین رفتن مواد مغذی
۱۷۶	فصل هفدهم
۱۷۶	علل بیماری های ناشی از مواد غذایی
۱۷۹	گروه های در معرض خطر بالا برای بیماری های ناشی از مواد غذایی
۱۷۹	دیابتی ها
۱۷۹	زنان باردار
۱۷۹	ویروس نقص ایمنی اکتسابی (ایدز)
۱۸۰	بیماری کبدی
۱۸۱	منابع