



تغذیه درمانی

کودکان

تألیف و تدوین

روژینا خدارحمی روربهانی

دانش آموخته ممتاز مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد مهندسی صنایع غذایی

دکتر محمد فضیلتی

دکترای بیوشیمی بالینی از دانشگاه بیرمنگام انگلستان

مرکز انتشارات جهاد دانشگاهی واحد صنعتی اصفهان



واحد صنعتی اصفهان

سرشناسه	خدا رحمی روزبهرانی، روزینا، ۱۳۶۳-
عنوان و نام پدیدآور	تغذیه درمائی کودکان / تألیف و تدوین روزینا خدا رحمی روزبهرانی، محمد فضیلتی
مشخصات نشر	اصفهان: جهاد دانشگاهی، واحد صنعتی اصفهان، مرکز انتشارات، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	۳۴۰ ص: مصور، جدول، نمودار.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۱۵۷-۱۹-۹
وضعیت فهرست نویسی	فیا:
بازداشت	واژه نامه، کتابنامه، نمایه.
موضوع	کودکان -- تغذیه، Children -- Nutrition
موضوع	پزشکی کودکان، Pediatrics
موضوع	کودکان -- بیماری‌ها -- تشخیص، Children -- Diseases -- Diagnosis
موضوع	کودکان -- بیماری‌ها -- تأثیر تغذیه، Children -- Diseases -- Natural aspects
شناسه استاندارد	فضیلتی، محمد، ۱۳۳۱-
شناسه ازدیاد	جهاد دانشگاهی، واحد صنعتی اصفهان، مرکز انتشارات
رده بندی کلاس	۱۳۹۵ ص ۴۳ / RJ ۲۰۶
رده بندی دیویی	۶۴۹/۳
شماره کتابخانه	۴۳۰۹۳۸۸

نام کتاب	تغذیه درمائی کودکان
تألیف	روزینا خدا رحمی روزبهرانی، دکتر محمد فضیلتی
ارزیاب علمی	آقای دکتر احمد خدایگر
ناشر	جهاد دانشگاهی واحد صنعتی اصفهان
نوبت چاپ	اول
تاریخ نشر	۱۳۹۵
شمارگان	۵۰۰ جلد
تعداد صفحات	۳۴۰ صفحه
چاپ	نکاره
صحافی	نکاره
قیمت	۱۸۰۰۰۰ ریال
«تغذیه نیست» اب بدون اجازه کتبی ناشر، مجاز نمی باشد.	

- * صحت مطالب کتاب به عهده مؤلف بوده و ناشر مسئولیتی در این خصوص ندارد.
- * حق چاپ برای ناشر محفوظ است، تکثیر این کتاب یا بخشی از آن به هر شکل، شایع و قانوناً ممنوع بوده و دارای پیگرد قانونی است.
- * نشانی ناشر: اصفهان - دانشگاه صنعتی اصفهان - جهاد دانشگاهی - مرکز انتشارات: ۰۳۱-۳۳۹۱۲۷۱۱
- فروشگاه: ۰۳۱-۳۳۹۱۲۵۰۱
- دورنگار: ۰۳۱-۳۳۹۱۲۵۴۱
- نشانی الکترونیکی: sec.iut@acecr.ac.ir
- درگاه: www.jdiut.ac.ir
- درگاه: www.isba.ir

مراکز پخش:

- ۱- کتابفروشی جهاد دانشگاهی (اصفهان) - دانشگاه صنعتی اصفهان - تلفن: ۰۳۱-۳۳۹۱۳۵۹۴
 - ۲- نمایشگاه کتاب جهاد دانشگاهی (تهران) - خیابان انقلاب اسلامی - بین خیابان فلسطین و چهارراه ولی عصر (عج) - جنب مؤسسه نمایشگاههای فرهنگی ایران - تلفن: ۰۲۱-۶۶۸۷۶۶۶
 - ۳- علم گستر سپاهان (اصفهان) - خیابان سیدعلیخان - حدفاصل کوچه محمدآباد و خیابان پاسداران (باغ گلستانه) - پلاک ۱۰۸ - تلفن: ۰۳۱-۳۲۲۰۰۳۸۳
 - ۴- کتابیران (تهران) - خیابان لبافی نژاد - بین خیابان فروردین و اردیبهشت - پلاک ۲۲۸ - تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۹۴۴۰۹
 - ۵- انتشارات سروش دانش (تهران) - میدان انقلاب - خیابان کارگر جنوبی - خیابان روانمهر - کوچه درخشان پلاک ۴ - تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۹۳۰۳
- شماره تماس برای خرید تلفنی کتاب از سراسر کشور: ۰۳۱-۳۳۹۱۲۵۹۳



به شکرانه‌ی تابش پرتوهای حیات‌بخش اسلام بر پهنه‌ی کره‌ی خاکی، خرسندیم؛ در دورانی به‌سرمی‌بریم که اندیشه‌ی اصلاح نه تنها عبث نیست؛ بلکه پیمودن راه‌های کمال و رشد در همه‌ی ابعاد انسانی هموارتر و شدنی‌تر می‌نماید. بر این اساس وظیفه‌ی آنان که در این دوره این سرزمین مقدس زندگی می‌کنند بس سنگین و دشوار است، به‌ویژه "دانشگاه و دانشگاهیان" در کنار "حوزه‌های مقدس علمیه" که یه‌ای حساس و تعیین‌کننده در روند حرکت اجتماع به سمت آرمان‌های اسلام و انقلاب دارند.

تلاش پی‌گیر همه‌جانبه برای بریدن بندهای وابستگی، جهاد مقدسی است که باید از دانشده و حوزه آغاز گردد و نشر کتب علمی، کوششی است از سوی ما، در همین راستا و این کوشش زمانی پربارتر و اثربخش‌تر خواهد بود که اساتید، دانشگاهیان و اندیشمندان، متوجه انتقادهای سازنده‌ی خود را با ما به اشتراک بگذارند.

اینک که چاپ اول این کتاب تقدیم ان شاء الله هیان ارجمند و مشتاق علم می‌گردد؛ جا دارد از تمامی عزیزانی که در آماده‌سازی و تدوین آن تلاش نموده‌اند تشکر و قدردانی به‌عمل آید.

مرکز انتشارات جهاددانشگاهی
واحد صنعتی اصفهان

بی تو همه جا صفا ندارد بی تو دل ما دوا ندارد
هر جا نگرم تو را ببینم جانا نظرم خطا ندارد

محمد حسن خدارحمی روزبهانی (ساجد بروجردی)

از هنگامی که حضرت آدم (ع) برگزیده هستی شد و فرمان الهی بر آن رسید تا با همسرت در بهشت جایگزین و هر چه می‌خواهید از آن خوراکی‌ها بخورید مگر از درخت میوه ممنوعه، آدمی با مدرن‌ترین نیاز زندگی خود، پس از ایستگاه و مسکن که دانش تغذیه بود آشنا شد. این دانش طی ترون راعه بار به تکامل رسید و به حدی گسترش یافت که امروزه ۳ تخصص اصلی متمایز به شمار می‌آید. سلامت روان، تغذیه، در ابعاد مختلف و تربیت بدنی از رشته‌هایی که نقش کلیدی در پیشبرد جامع انسانی دارد. با مراجعه به قرآن و ژرف‌نگری در فرمان خدای حکیم در این زمینه مشخص می‌گردد که انسان باید به غذای خود با چشم خرد بنگرد (سوره عبس آیه ۲۴) و با تأمل در سیر آفرینش خدا در سیر تکامل خود بیاندیشد. و چه خوش گفت استاد گرانقدر جناب ساجد بروجردی:

به روی برگ گیاهان نوشته است چنین که هر گیاه بود داروی دل غمگین
تمام خرمی این زمین بود ز گیاه بلکه آنکه شود خالی از گیاه زمین

از آنجایی که پروردگار حکیم نعمت‌های فراوانی بر ما ارزانی داشته‌اند لذا بایستی همواره شکر گزار مهربان خالق یکتا بود و از نعمت‌های بی‌منت‌هایش کمال بهره‌برداری برد و شاکر بود. که حکیم مطلق همواره به فکر موجودات خلق شده‌اش در تمامی دوران‌های زندگی‌شان هست و خواهد بود و خلق نعمات گوناگون خود گواه بر این مسأله است. و باز با اشعار استاد فرزانه جناب ساجد بروجردی سخنان خود را تمام می‌کنیم:

هر دم که نفس می‌رود و می‌آید در هر نفسی شکر تو واجب آید

هر چند که از شکر تو عاجز باشیم

لطف و کرم گناه ما بخشاید

کتاب پیش رو "تغذیه درمانی کودکان" حاصل تلاش چند ساله مؤلفین، تجربه تدریس چندساله و همچنین استفاده از مقالات معتبر روز دنیا در زمینه تغذیه درمانی به ویژه کودکان می باشد. تأکید بیشتر مطالب بر چگونگی تغذیه در زمان ابتلا به بیماری ها نزد کودکان است در نگارش سعی شده علاوه بر علمی بودن مطالب، این مجموعه برای عموم نیز قابل استفاده باشد.

بگذار غذا دارو باشد و دارو غذا ... (بقراط)

روژینا خدارحمی روزبھانی

دکتر محمد فضیلتی

www.ketab.ir

هوالحکیم

بیهوده تماشاگر گلزار نه‌ایم

هر چند ز کار خود خبردار نه‌ایم

بیکار نه‌ایم اگر چه در کار نه‌ایم

بر حاشیه کتاب چون نقطه شک

شیخ محمود شبستری

غذا و تغذیه از مهمترین پدیده‌های مؤثر بر حیات موجودات زنده به شمار می‌روند. پدیده‌هایی هستند که از بدو پیدایش و خلقت موجودات زنده و از لحظه تولد تا آخرین لحظات حیات با آنها همراه هستند. و بنابراین پدیده‌هایی هستند که سابقه‌ای برابر تاریخ تمدن دارند از انسان‌های اول گرفته تا بشر متمدن امروزی قسمت عمده‌ای از تلاش و فعالیت‌های فیزیکی و مغزی خود را صرف بدارک و تأمین مواد غذایی نمودند و نتیجه این همه تلاش همیشگی میلیاردها انسان منجر به مجموع امری دانش فنی ما درباره این موضوع گردیده است. اما از طرفی در زمان ما غذا، تغذیه، از چنان ابعاد گسترده‌ای تنوع و پدیده‌های متشکل آن برخوردار شده‌اند که هیچکس را یارای جولان در عرصه پهناور آن نیست. به همین جهت کتاب تغذیه درمانی بیماری‌های شایع که به رشته تحریر درآمده بسیار مهم بود و در سایر بقیه کتاب‌های تدوین شده سهم این کتاب در این میان بسیار اندک است. کتاب حاضر بطور ساده و اساسی مفصل‌های دروس تغذیه درمانی تدوین شده و به منظور معرفی ابعاد موضوع به دانشجویان عزیز، پژوهشگران جوان، کارشناسان و متخصصان قابل استفاده است. با وجود این به طور قطع عاری از کم و کاستی و عیب نیست. به ویژه به علت گستردگی ابعاد موضوع، امید است خوانندگان محترم، نویسندگان را از نظرات و پیشنهادات سازنده خود در جهت بهبود این مجموعه بهره‌مند فرمایند. در پایان از زحمات عزیزان ناشر، تقدیر و تشکر نموده و تلاش بی‌وقفه آنان را ارج می‌نهم:

1. سیاسی ویژه از اساتید ارجمند و فرهیخته‌ام، دکتر حمید مزدک جراح و اورولوژیست، دکتر علی شریف‌زاده دکترای میکروبیولوژی دام، دکتر حسین جلالی دکترای تغذیه و رژیم درمانی از دانشگاه وین اتریش، دکتر آراسب دباغ مقدم دکترای بهداشت مواد غذایی، دکتر جواد کرامت دکترای شیمی و تکنولوژی مواد غذایی، پروفیسور مهدی کدیور دکترای مهندسی علوم و صنایع غذایی، دکتر عبدالرضا محمدی نافچی دکترای بایو پلیمر از دانشگاه USM مالزی، دکتر افشین جعفرپور دکترای میکروبیولوژی، که همواره از محضرشان آموخته‌ام.

۲. سپاس بیکران از همکار ارجمند و فهیم، جناب آقای رضا زمانی زاده مدیر اجرایی مرکز انتشارات جهاد دانشگاهی واحد صنعتی اصفهان، که صبورانه و دلسوزانه در چاپ بهتر این اثر ما را یاری کردند.
۳. سپاس بی نهایت از همکاران بزرگوار جهاد دانشگاهی صنعتی اصفهان در مرکز انتشارات واحد، که در امر صفحه آرایی، نظارت فنی و نیز ویرایش نهایی جلد کتاب همراه ما بودند.
۴. پدر و مادر صبور و فهمیده ام که درس زندگی و انسان بودن و ماندن را از محضرشان آموختم.
۵. برادر عزیزم مهندس پارسا خدارحمی روزبهانی که طراحی جلد کتاب، پروپوزیکها و کتاب حاضر را عهده دار بوده و با پیشنهادات سازنده در ارائه بهتر این مجموعه ما را همراهی نمودند.
۶. سپاسگزار خواهر خوبم روزان و برادر بزرگوار و مهربانم احمد خدارحمی روزبهانی که با صرف وقت و حوصله بسیار، در غلط گیری، ویرایش متون و تهیه منابع استفاده شده در این اثر ما را یاری کردند.
۷. خانم دکتر نقیبه سرکار خانم مهندس مرضیه ربیعی، فاطمه غزنوی، مریم کاظمیان فرد، بهاره یوسفی، مهندس سلطانه طاهری، مهین سعیدی
۸. سپاسی بیکران به همه قلب تقدیم به دوستان پاک، ساده و بی آلایم:

Noelua Romero و Shelby Allison, Alexandra Paulo de Navarre همچون آب جویبار زلال و روحان ما چون آسمان لاجوردی پاک، و چشمانشان همچون نیلوفران آبی لبریز از عشق و صداقت و دستانشان همچون خورشید طلایی رنگ گندم سرشار از بخشنده گی است. برایشان سلامتی و شادی مستدام از خائن مهربان راستارم.

اگر دو عبارت "خسته ام" و "حالم خوش نیست" را از زندگی خود پاک کنید، نیمی از بی حالی و بیماری خود را مداوا کرده اید. (دکتر وین دایو)

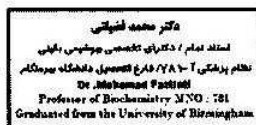
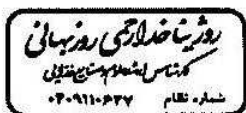
به کزوه ندیمی زرتنگار

نام نیکو گر بماند ز آدمی

(سعدی)

«و من الله التوفیق»

نویسندگان



E-mail: RozhinRouz@gmail.com

E-mail: Dr. fazilaty@cc.iut.ac.ir

فصل اول

تغذیه کودک

۲	مقدمه
۲	تغذیه چیست؟
۳	تاریخچه تغذیه
۵	تغذیه صحیح در رشد و تکامل کودک
۱۰	۱. کلا. م.
۱۲	۲. پرو. مین
۱۲	۳. فیبر
۱۳	۴. آنتی اکسیدان
۱۳	۵. آهن
۱۵	الگوی تغذیه‌ی شیرخوار
۱۵	بیمارستان‌های دوست‌دار کودک
۱۶	نکات کلیدی - نکات طلایی
۱۷	نکات مهم
۱۸	تغذیه تکمیلی
۱۸	هفته اول ماه هفتم
۱۸	هفته دوم ماه هفتم
۱۹	دو هفته آخر ماه هفتم
۱۹	دو هفته اول ماه هشتم
۱۹	دو هفته دوم ماه هشتم
۲۰	ماه نهم
۲۰	دو هفته اول ماه دهم

- ۲۰ دو هفته دوم ماه دهم
- ۲۱ ماه یازدهم و دوازدهم
- ۲۲ نکات مهم در تغذیه کودک در سال دوم
- ۲۲ برنامه غذایی کودکان بالاتر از یکسال
- ۲۶ رعایت نکات ایمنی هنگام غذاخوردن کودک
- ۲۶ راهنمای تغذیه روزانه برای بچه‌های ۲ تا ۶ ساله
- ۲۸ رفتارهای تغذیه‌ای کودکان کوچک‌تر از ۳ سال
- ۳۰ غذای نوزادان و کودکان از ۷ ماهگی تا ۲ سالگی
- ۳۰ حریره بادام - مخصوص
- ۳۱ نوع دیگر حریره بادام
- ۳۱ حریره فندق
- ۳۱ سوپ سبزیجات
- ۳۱ پوره سبزیجات
- ۳۲ پوره سیب‌زمینی با خرما
- ۳۲ پوره سبزیجات و میوه‌جات
- ۳۳ پوره میوه‌جات
- ۳۳ سبزی‌ها و مخلفات
- ۳۳ کرم راتاتویل (شش ماهگی)
- ۳۴ کرم اسفناج (دوازده ماهگی)
- ۳۴ شیر و ذرت (هشت ماهگی)
- ۳۴ عدس و سبزی (نه ماهگی)
- ۳۵ لوبیا سفید و گوجه‌فرنگی (نه ماهگی)
- ۳۶ پوره هویج (شش ماهگی)
- ۳۶ پوره کدو با سبزی معطر (پنج ماهگی)

- ۳۷ پوره سیب زمینی (پنج ماهگی)
- ۳۷ پوره اسفناج (یک سالگی)
- ۳۸ برنج و اسفناج (یک سالگی)
- ۳۹ پوره رنگارنگ (شش ماهگی)
- ۳۹ سس ها
- ۳۹ سس بشامل یا سس سفید (هفت ماهگی)
- ۴۰ بشامل با پنیر (هفت ماهگی)
- ۴۰ بشامل سرد (ده ماهگی)
- ۴۱ بشامل صورتی (هفت ماهگی)
- ۴۱ بشامل سبز (هفت ماهگی)
- ۴۲ سس مایونز با شیر (ده ماهگی)
- ۴۲ سس و ماست و سیب زمینی (ده ماهگی)
- ۴۳ سس گوجه فرنگی (شش ماهگی)
- ۴۴ مسئولیت والدین چیست؟
- ۴۶ مسئولیت کودکان چیست؟
- ۴۷ الگوی تغذیه صحیح کودکان ۵-۱ سال
- ۴۷ ارائه غذا بر اساس جنس کودک
- ۴۸ مایعات لازم برای مادر
- ۴۸ رژیم غذایی مادر

فصل دوم

تغذیه کمکی و شیر مادر

- ۵۲ مقدمه
- ۵۳ ارزش غذایی شیر
- ۵۵ شیر غذای کامل

- ۵۵ شیر از نعمت‌های الهی
- ۵۷ مایع شفابخش
- ۵۸ شیر گاو، شفای دردها
- ۵۸ دلیل شفابخش بودن شیر گاو
- ۵۹ شیر غذای فطری
- ۶۰ استحباب افطار با شیر
- ۶۱ شیر گاو
- ۶۱ فرایند شیر گاو
- ۶۲ درمان با شیر گاو
- ۶۲ شیر نوشیدنی تقویت کننده
- ۶۳ شیر تازه
- ۶۳ تأثیر شیر بر روان آدمی
- ۶۴ شیر در آیات و روایات
- ۶۴ شیر در آیات قرآن
- ۶۴ آیه اول
- ۶۴ آیه دوم
- ۶۴ آیه سوم
- ۶۴ آیه چهارم
- ۶۵ شیر در روایات
- ۶۵ شیر مادر
- ۶۶ شیر گاومیش
- ۶۶ شیر و ایمان
- ۶۶ خوردنی و نوشیدنی
- ۶۶ منع پروتئین

۶۶	- فواید گوناگون شیر
۶۷	- شیر و نان
۶۷	- علاقه به شیر
۶۷	- شیر تازه
۶۷	- غذای پیامبران
۶۷	- افطار با شیر
۶۸	- دوائی دها
۶۸	- تنوع تغذیه
۶۸	- تقویت بدن
۶۸	- شیر میش
۶۸	- شیر شتر
۶۹	- جامعیت شیر گاو
۶۹	- شیر و استحکام استخوان
۶۹	- فراوان نوشیدن شیر
۶۹	- شیر تازه و تقویت نیروی جنسی
۷۰	- شیر مادر
۷۰	- مزایای شیر مادر
۷۲	- مشکلات مادران در تغذیه با شیر مادر
۷۶	- نتیجه و توصیه به مادران شیرده
۷۶	- روش تغذیه با شیر مادر
۷۷	- ذکر چند نکته
۸۰	- چند پرسش و پاسخ
۸۴	- تغذیه کمکی
۸۵	- حساسیت به غذاها و آب میوه

۸۵	- طرز تهیه فرنی
۸۵	- طرز تهیه حریره بادام
۸۶	- طرز تهیه شیربرنج
۸۶	- طرز تهیه پوره سیب زمینی
۸۶	- طرز تهیه پوره موز
۸۶	- طرز تهیه پوره سبزیجات
۸۶	- طرز تهیه حلیم گوشت
۸۷	- دالر تنبل عدسی
۸۷	- سوپ ها
۸۷	- انواع سوپ
۸۷	۱- سوپ سبزی (از ۲ ماهگی)
۸۷	۲- سوپ مخلوط (از ۵ ماهگی)
۸۸	۳- سوپ گوجه فرنگی (از ۹ ماهگی)
۸۸	۴- سوپ مرغ (از ۶ ماهگی)
۸۸	۵- سوپ هویج (از ۸ ماهگی)
۸۸	۶- سوپ کدو تنبل (از ۸ ماهگی)
۸۹	- پوره ها
۸۹	- پوره سیب زمینی و سبزیجات
۸۹	- پوره نخود فرنگی (از ۷ ماهگی)
۹۰	- ماست
۹۰	- عسل
۹۰	- بستنی
۹۰	- طرز تهیه تخم مرغ
۹۱	- آب میوه

غذاهای آماده	۹۱
شیرهای غیر از شیر مادر	۹۲
شیر خشک	۹۲
پستانک	۹۳
شیشه	۹۳
نکات دانستنی در مورد انواع شیر	۹۴
ویتامین ها و آهن ها	۹۵
ویتامین ها	۹۶
نکات متفرقه	۹۶
تذکرات	۹۶
چند سؤال و جواب درباره تئذیه شیرخوار	۱۰۱

فصل سوم

بیماری ها

مقدمه	۱۰۴
تب	۱۰۵
رژیم غذایی در موقع بیماری ها	۱۰۸
تنقیه کودک	۱۰۸
عفونت های تنفسی	۱۰۹
سرماخوردگی	۱۰۹
عفونت لوزه ها	۱۱۲
سینوس ها	۱۱۳
آلرژی دستگاه تنفسی فوقانی	۱۱۴
آلرژی دستگاه تنفسی تحتانی	۱۱۴
آسم	۱۱۴

۱۱۵	- نکته مهم
۱۱۵	- کروب (خروسک یا لارنژیت)
۱۱۶	- عفونت گوش
۱۱۶	- گرفتگی مداوم بینی
۱۱۶	- عفونت چرکی مداوم بینی
۱۱۷	- شربت های سینه
۱۱۸	- اسهال در کودکان
۱۱۸	- علل اسهال
۱۱۸	- نقص میکروویژها در اسهال
۱۱۹	- روش مایع درمانی خوراکی در کودکان مبتلا به اسهال
۱۲۰	- مصرف آنتی بیوتیک در اسهال
۱۲۱	- تشنج تب در کودکان
۱۲۲	- درمان با فتویاربی تال
۱۲۲	- درمان با دیازپام
۱۲۳	- بیماری های ویروسی
۱۲۳	- مقدمه و آشنایی با بیماری های ویروسی
۱۲۴	- سرخک
۱۲۵	- بیخ گوش (اورئون)
۱۲۶	- آنفلوآنزا
۱۲۷	- سرخچه
۱۲۸	- فلج اطفال
۱۲۹	- هاری
۱۲۹	- آبله مرغان
۱۳۰	- زونا

۱۳۰	- ویروس تبخال
۱۳۱	- منونوکلئوز
۱۳۲	- ورم کبد یا هپاتیت
۱۳۲	- هپاتیت A یا هپاتیت عفونی
۱۳۲	- هپاتیت B
۱۳۳	- هپاتیت C
۱۳۳	- تظاهرات بالینی در هپاتیت
۱۳۳	- تشخیص افرافی
۱۳۳	- سایر بیماری‌های ویروسی
۱۳۴	- بیماری‌های میکروبی
۱۳۴	- کلیات
۱۳۵	- عفونت‌های میکروب استریت‌دوکت
۱۳۵	- آنژین
۱۳۵	- مخملک
۱۳۶	- باد سرخ (اریزپیل)
۱۳۶	- زرد زخم
۱۳۶	- عفونت‌های سیستم عصبی
۱۳۷	- سیاه سرفه
۱۳۷	- حصیه
۱۳۷	- تب مالت
۱۳۸	- سل
۱۳۸	- بیماری‌های انگلی
۱۳۸	- مالاریا
۱۳۹	- توکسوپلاسموز

- ۱۳۹ - توکسوپلاسموز اکتسابی
- ۱۳۹ - لیشمانیا
- ۱۴۰ - لیشمانیا احشائی یا کالا آزار
- ۱۴۰ - لیشمانیا پوستی یا سالک
- ۱۴۰ - زیاردیا
- ۱۴۰ - آمیباز
- ۱۴۱ - آ. کاریس
- ۱۴۲ - اسپر یا کرمک
- ۱۴۲ - اختلالات مربوط به بیضه ها
- ۱۴۳ - بزرگی غدد لنفاوی
- ۱۴۳ - کهیر (آلرژی)
- ۱۴۴ - دل درد
- ۱۴۵ - استفراغ
- ۱۴۶ - درمان استفراغ
- ۱۴۷ - کم خونی در کودکان (آنمی)
- ۱۴۷ - تعریف کم خونی
- ۱۴۷ - علل کم خونی در کودکان
- ۱۴۷ - کم خونی فقر آهن
- ۱۴۸ - فاویسم
- ۱۴۹ - تالاسمی
- ۱۵۰ - هموفیلی
- ۱۵۰ - پیوست
- ۱۵۱ - تشخیص افتراقی چند بیماری خونی
- ۱۵۱ - اختلالات چشمی

- ۱۵۴ - اگرما
- ۱۵۵ - کم‌اشتهایی در کودکان

فصل چهارم

واکسیناسیون

- ۱۶۰ - مقدمه
- ۱۶۰ - توضیحات در مورد واکسن‌ها
- ۱۶۳ - برنامه واکسیناسیون در ایران
- ۱۶۶ - رشد
- ۱۶۶ - رشد قد
- ۱۶۷ - دور سر
- ۱۶۷ - ملاح
- ۱۶۷ - پرستایل یعنی چه؟
- ۱۷۳ - دندان‌ها
- ۱۷۴ - مراقبت از دندان‌ها
- ۱۷۴ - خلاصه وضعیت رشد و نمو
- ۱۷۴ - ۲ ماهگی
- ۱۷۴ - ۶ ماهگی
- ۱۷۵ - ۹ ماهگی
- ۱۷۵ - یکسالگی
- ۱۷۵ - مرحله اول کودکی (سن پیش‌دبستانی)
- ۱۷۶ - مرحله دوم کودکی (سن دبستان)
- ۱۷۷ - مرحله اول بلوغ
- ۱۷۷ - مرحله دوم بلوغ (۱۲ تا ۱۸ سالگی)

فصل پنجم

دارودرمانی

- ۱۸۰ مقدمه -
- ۱۸۰ شواهد دال بر بیماری‌های ویروسی -
- ۱۸۳ رژیم غذایی در اسهال -
- ۱۸۳ رژیم غذایی در سرماخوردگی -
- ۱۸۴ رژیم غذایی کلی -
- ۱۸۴ استامین -
- ۱۸۴ آموکسی سیلین -
- ۱۸۵ پماد آنتی‌هموروئید -
- ۱۸۵ آنتی‌هیستامین‌ها -
- ۱۸۶ آسپرین -
- ۱۸۷ برم‌هگزین -
- ۱۸۷ کالامین -
- ۱۸۷ سفالکسین -
- ۱۸۷ ایرالوکس -
- ۱۸۸ کلوتریمازول -
- ۱۸۸ کوتریموکسازول -
- ۱۸۸ سپروهیتادین -
- ۱۸۸ دی‌سیکلومین -
- ۱۸۸ دیازپام -
- ۱۸۹ دای‌متیگون -
- ۱۸۹ دی‌فنوکسیلات -
- ۱۸۹ اریترومایسین -

۱۸۹	- فرآورده های آهن
۱۸۹	- ایوپروفن
۱۹۰	- ایمی پرامین
۱۹۰	- مبندازول
۱۹۰	- متوکلوپروماید
۱۹۰	- مترونیدازول
۱۹۰	- مولتی ویتامین ها
۱۹۱	- نالیدیکسک اسید
۱۹۱	- نفازولین
۱۹۱	- ۱- آر - اس
۱۹۱	- فنوباریتال
۱۹۲	- فنیل افرین
۱۹۲	- پسودوافدرین
۱۹۲	- سالبوتامول
۱۹۲	- سفی کسیم
۱۹۳	- آموکسی کلاو
۱۹۳	- آزیثرومایسین

فصل ششم

تغذیه درمانی رفتار کودکان

۱۹۶	- مقدمه
۱۹۷	- مروری بر مطالعات مربوط به ارتباط تغذیه با رشد مغزی و یادگیری
۱۹۷	- مروری بر بیوشیمی اسیدهای چرب
۱۹۹	- عناصر کمیاب
۲۰۰	- ویتامین ها

۲۰۰	- مروری بر بیوشیمی کاتکول آمین ها (۱)	۲۰۰
۲۰۱	- مروری بر بیوشیمی کاتکول آمین ها (۲)	۲۰۱
۲۰۱	- پروتئین و کربوهیدرات	۲۰۱
۲۰۲	- ولع به شکلات	۲۰۲
۲۰۳	- ارتباط تغذیه با یادگیری و رفتار	۲۰۳
۲۰۴	- تغذیه پیش سازهای میانجی های عصبی و رفتار	۲۰۴
۲۰۴	- نقش صحنه در یادگیری کودکان	۲۰۴
۲۰۷	- ارتباط تغذیه با عملکردهای شناختی مغز	۲۰۷
۲۰۹	- نقش مواد مغذی خاص در عملکردهای مغزی	۲۰۹
۲۱۲	- اسید لینولئیک و اسید آلفا - لینولئیک	۲۱۲
۲۱۲	- تربیتوفان	۲۱۲
۲۱۳	- تیروزین	۲۱۳
۲۱۴	- اسید فولیک	۲۱۴
۲۱۵	- کولین و لستین	۲۱۵
۲۱۵	- اثر اسیدهای چرب امگا - ۳ بر میزان هوشیاری	۲۱۵
۲۱۷	- ارتباط تغذیه با یادگیری در بالغین	۲۱۷
۲۱۷	- کاربردهای بالینی	۲۱۷
۲۱۸	- آیا مکمل های غذایی می توانند عملکرد مغزی را تغییر دهند	۲۱۸
۲۲۰	- افزودنی های خوراکی و رفتار	۲۲۰
۲۲۲	- مونوسدیم گلو تامات (MSG)	۲۲۲
۲۲۴	- اثرات نوروتوکسیک و رفتاری MSG بر انسان ها: سندرم رستوران چینی ها	۲۲۴
۲۲۶	- سولفیت ها	۲۲۶
۲۲۶	- کافئین و متیل گزانتین ها	۲۲۶
۲۳۰	- اثرات نوروفیزیولوژیک کافئین	۲۳۰

۲۳۱	- اثرات رفتاری کافئین
۲۳۲	- معیار تشخیص مسمومیت با کافئین
۲۳۲	- کافئین و اضطراب
۲۳۳	- ایجاد تحمل و وابستگی فیزیکی به کافئین
۲۳۶	- رابطه کافئین با اختلال ADHD
۲۳۷	- ارتباط کافئین با بیماری‌های قلبی - عروقی و سرطان
۲۳۷	- ارتباط کافئین با حاملگی
۲۳۸	- ارتباط تغذیه با بیش‌فعالی و اختلال نقص توجه کودکان
۲۳۸	- ADHD، رابنچه، تشخیص و درمان
۲۴۱	- ملاک‌های تشخیص اختلال نقص تمرکز و بیش‌فعالی
۲۴۳	- ارتباط مصرف شکر با اختلال رفتاری
۲۴۴	- قند چیست؟
۲۴۵	- مصرف شکر
۲۴۷	- مواد قندی و بیش‌فعالی
۲۴۹	- مطالعات مداخله‌ای رژیم
۲۵۴	- قند، هیپوگلیسمی و رفتار ضد اجتماعی
۲۵۶	- قند و رفتارهای غیراجتماعی
۲۶۰	- نتیجه‌گیری
۲۶۴	- کنترل ستنز میانجی‌های عصبی در سطح پیش‌ساز
۲۶۵	- اصول کلی
۲۶۶	- استیل کولین
۲۶۶	- کنترل ستنز استیل کولین با رژیم غذایی
۲۶۷	- کاربردهای بالینی افزایش استیل کولین در اثر رژیم غذایی
۲۶۸	- سروتونین

- ۲۶۸ - کنترل سنتز سروتونین از طریق رژیم غذایی
- ۲۷۲ - تأثیر تغییرات سنتز سروتونین حاصل از رژیم غذایی بر رفتار
- ۲۷۲ - رژیم غذایی، سروتونین و خواب
- ۲۷۳ - نقش سروتونین در دریافت مواد غذایی و انتخاب مواد مغذی در حیوانات آزمایشگاهی
- ۲۷۴ - سروتونین، دریافت مواد غذایی و انتخاب مواد مغذی در انسان
- ۲۷۶ - سروتونین، رژیم غذایی و خلق و خو
- ۲۷۶ - ویتامین B_{۱۲} و افسردگی
- ۲۷۷ - افسردگی، تیروزین و نوراپی نفرین
- ۲۸۱ - سندرم انوزین - میالژی ناشی از تریپتوفان
- ۲۸۲ - رژیم غذایی، حرحه خواب - بیداری و خلق و خو
- ۲۸۶ - تأثیر مکمل یاری ویتامین ها، املاح، راسیدهای چرب ضروری بر رفتارهای غیراجتماعی
- ۲۸۹ - کتابنامه