



نلسون

۲۰۲۰

تغذیه



ترجمه:

دکتر مرضیه توکل

فوق تخصص آلرژی و ایمونولوژی بالینی

هیأت علمی دانشکده علوم پزشکی البرز

دکتر فروع مسکری مقدم

متخصص کودکان و نوزادان

دکتر سیده ثنا استقامت

متخصص کودکان و نوزادان

سوالات ارتقاء و مورد کودکان (تغذیه)

عنوان و نام پدیدآور	: نغذه نلسون ۲۰۲۰/ مولف رابرت ام کلیگمن... [و دیگران]؛ ترجمه مرضیه توکل، فروغ عسگری مقدم، سیدمنا اسفغانی
مشخصات نشر	: تهران: اندیشه رفیع؛ آرتین طب، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۱۶۰ص: ۱- مصور (رنگی)، جدول (رنگی).
شابک	: 978-622-273-035-2
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتاب حاضر ترجمه بخشی از کتاب "Nelson textbook of pediatrics, 21st, ed, 2020" است.
یادداشت	: در ویراست‌های قبلی والدو امرسون نلسون مولف بوده است.
موضوع	: کودکان -- نغذه
موضوع	: Children -- Nutrition
موضوع	: پزشکی کودکان
موضوع	: Pediatrics
موضوع	: پزشکی کودکان -- آزمون‌ها و تجربی‌ها
موضوع	: Pediatrics -- Examinations, questions, etc.
شناسه افزوده	: کلیگمن، رابرت، ۱۹۵۵ - مر
شناسه افزوده	: Klegman, Robert
شناسه افزوده	: توکل، مرضیه، ۱۳۶۴ - مترجم
شناسه افزوده	: عسگری مقدم، فروغ، ۱۳۶۵ - مترجم
شناسه افزوده	: اسفغانی، سیده ثنا، ۱۳۶۴ - مترجم
شناسه افزوده	: نلسون، والدو امرسون، ۱۸۹۸-۱۹۹۷م - اصول طب کودکان
رده بندی کنگره	: RJ۲۰۶
رده بندی دیویی	: ۶۲۹/۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۲۳۶۵۰
وضعیت رکود	: فیبا

نام کتاب:	تغذیه نلسون ۲۰۲۰
مؤلف:	رابرت. ام. کلیگمن
ترجمه:	دکتر مرضیه توکل - دکتر فروغ عسگری مقدم - دکتر سیده ثنا استقامت
ناشر:	انتشارات اندیشه رفیع - آرتین طب
حروفچینی و صفحه آرایی:	محمد بهمنی
نوبت چاپ:	اول - ۱۴۰۰
تیراژ:	۲۰۰
لیتوگرافی:	ندای دانش
چاپ:	منصور
صحافی:	بعثت
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۲۷۳-۰۳۵-۲
بها:	۵۰۰۰ تومان

نمایندگی های فروش:

- اراک
- اردبیل
- ارومیه
- اصفهان
- اهواز
- ایلام
- بابل
- بروجرد
- بوشهر
- بیرجند
- تبریز
- تهران
- جهرم
- خرم آباد
- خوی
- رشت
- زاهدان
- زنجان
- ساری
- سمنان
- سنندج
- شاهرود
- شیراز
- قزوین
- قم
- کرمان
- کرمانشاه
- گرگان
- مشهد
- همدان
- یاسوج
- یزد

مقدمه

کودکان در دنیای امروز با تنوع مواد غذایی شگفت‌انگیزی روبرو هستند. تغذیه سالم نقش بسزایی در سلامت جسم و رشد ذهنی کودکان دارد و مطالعات نشان داده‌اند که تغذیه در ۱۰۰۰ روز اول زندگی نقش بسیار مهمی در سلامتی فرد در آینده دارد. تغذیه ناسالم با خطر سوءتغذیه یا چاقی همراه است و خطر بیماری‌های متابولیک، قلبی-عروقی و حتی بسیاری از بدخیمی‌ها در اثر نوع تغذیه افزایش یا کاهش می‌یابد. دانستن اصول صحیح تغذیه بر تمام پزشکان واجب است و یکی از مهم‌ترین سؤالات بیماران در مراجعه به هر پزشکی، در خصوص تغذیه می‌باشد. کتاب نلسون ۲۰۲۰ مطالب بسیار مفیدی در این زمینه ارائه داده است که امید است مطالعه آن راهگشای همکاران در ارتقا سلامت جامعه باشد.

دکتر مرضیه توکل

فصل ۵۵ - نیازهای غذایی	۹
فصل ۵۶ - تغذیه شیرخواران، کودکان و نوجوانان سالم	۳۵
فصل ۵۷ - تغذیه، ایمنی و سلامت غذا	۵۳
فصل ۵۸ - سندرم شروع تغذیه	۷۱
فصل ۵۹ - سوءتغذیه	۷۱
فصل ۶۰ - وزن بالا و چاقی	۷۶
۶۰-۱ چاقی سریع ناگهانی همراه با نقص عملکرد هیپوتالاموس، تغذیه ناکافی و نقص تنظیم اتونوم (ROHHAD)	۹۷
فصل ۶۱ - کمبود و افزایش ویتامین A	۱۰۱
فصل ۶۲ - کمبودها و فزونی ویتامین B کمپلکس	۱۰۹
۶۲-۱ تیامین (ویتامین B1)	۱۱۰
۶۲-۲ ریبوفلاوین (ویتامین B2)	۱۱۲
۶۲-۳ نیاسین (ویتامین B3)	۱۱۳
۶۲-۴ ویتامین B6 (پیریدوکسین)	۱۱۹
۶۲-۵ بیوتین	۱۲۱
۶۲-۶ فولات	۱۲۱
۶۲-۷ ویتامین B12 (کوبالامین)	۱۲۳
فصل ۶۳ - کمبود و افزایش ویتامین C (اسید آسکوربیک)	۱۲۶
فصل ۶۴ - کمبود ویتامین D (ریکتر) و افزایش آن	۱۲۹
فصل ۶۵ - کمبود ویتامین E	۱۴۷
فصل ۶۶ - کمبود ویتامین K	۱۴۹
فصل ۶۷ - کمبودهای مواد معدنی ریزمغذی	۱۵۲
آزمون مورد و ارتقاء کودکان (تغذیه)	۱۵۵