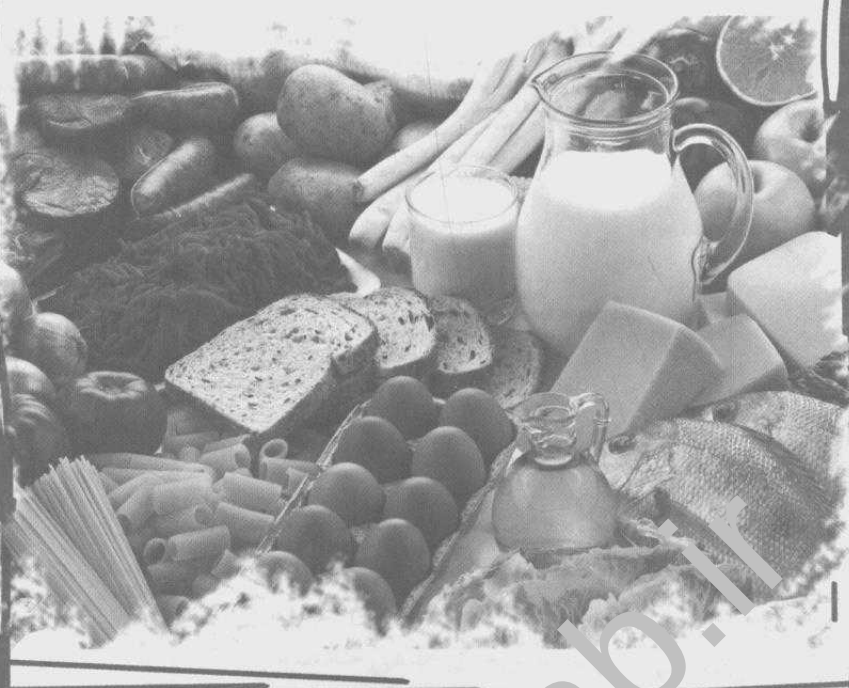




GBS

تغذیه

گردآورنده:

دکتر زینب پاشا زانوس

مدیر تدوین: دکتر محمد پیری

رتبه اول آزمون جامع علوم پایه پزشکی شهریور ۱۳۹۳

دارنده مدال طلای المپیاد دانشجویی پزشکی

سرشناسه :
عنوان و نام پدیدآور :
مشخصات نشر :
مشخصات ظاهری :
شابک :
وضعیت فهرست نویسی :
عنوان گسترده :
موضوع :
موضوع :
موضوع :
موضوع :
موضوع :
رده بندی کنگره :
رده بندی دیویی :
شماره کتابشناسی ملی :

پاشا زانوس، زینب
GBS تغذیه: براساس آخرین منابع آزمون‌های علوم پایه پزشکی
و دندان پزشکی به همراه آزمون‌های سال‌های پیشین / مولف زینب پاشا زانوس.
تهران: تیمورزاده، ۱۳۹۶.
۸۸ ص: مصور، جدول.
۹۷۸۶۰۰۳۲۸۴۵۴۶
فیبا
جی‌بی‌اس تغذیه...
تغذیه
Nutrition
تغذیه — آزمون‌ها و تمرین‌ها
Nutrition — Examinations, questions, etc.
۱۳۹۶ ج ۲ / پ ۲۸۷۸۴
۶۱۳/۲
۴۸۸۰۷۹۸



نام کتاب: GBS تغذیه

گردآورنده: دکتر زینب پاشا زانوس

مدیر تدوین: دکتر محمد پیری

ناشر: انتشارات تیمورزاده

مدیر تولید فرهنگی: نجمه حسین زاده

مدیر تولید فنی و چاپی: مهدی شاه‌محمدی

طراح جلد: واحد طراحی انتشارات تیمورزاده (حمیدرضا غلامی)

کتاب آرا: خسرو محمودزاده

نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۶

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: خجستگان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۲۸-۴۵۴-۶

بها: ۱۲ هزار تومان



انتشارات
تیمورزاده



www.Teimourzadeh.com
e-mail: info@teimourzadeh.com



teimourzadehpublishing

تنها کتاب‌فروشی انتشارات تیمورزاده:

بلوار کشاورز - ابتدای خیابان ۱۶ آذر - شماره ۶۸

تلفن: ۸۳ ۳ ۸۳ - ۰۲۱ - دورنگار: ۱۲ ۱۱ ۹۷ ۸۸

این کتاب مشمول قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۱/۱۱ و قانون ترجمه و تکثیر کتاب‌ها، نشریات و آثار صوتی مصوب ۱۳۵۰/۱۰/۶ است. بازنویسی، خلاصه‌برداری یا برداشت بخشی از متن، شکل‌ها و جدول‌های کتاب و انتشار آن در قالب کتاب‌های ترجمه، تألیف، خلاصه، آزمون یا نرم‌افزار و نیز تکثیر و تولید دوباره آن به هر شکل و شیوه از جمله چاپی، کپی، صوتی، تصویری و الکترونیکی بدون اجازه کتبی از ناشر پیگرد قانونی دارد.

به نام خدا

سلام دوستان عزیز

آمادگی برای آزمون جامع علوم پایه و خواندن حجم وسیعی از دروس در مدت زمان محدود و صد البته کسب نمره خوب همیشه از دغدغه‌های دانشجویهای پزشکی بوده و تا اطلاع ثانوی خواهد بود. به همین خاطر داشتن یک منبع کامل در عین حال خیلی خلاصه به حصول این هدف کمک می‌کند. از این روی تصمیم گرفتیم مجموعه درسنامه و تست کتب علوم پایه GBS را جمع‌آوری و به روز رسانی کنیم تا انشالله بتوانیم از دغدغه‌هایتان کم کنیم. امیدواریم این مجموعه برایتان مفید واقع شود.

زینب پساژانوس

آذر ۹۶

فهرست

فصل ۵: اسیدهای آمینه و پروتئین‌ها

۲۵	چرخه نیتروژن و منابع غذایی پروتئینی
۲۶	اسیدهای آمینه
۲۷	پروتئین مرجع
۳۰	پرسش‌های فصل ۵

فصل ۶: ویتامین‌ها

۳۲	ویتامین‌های محلول در چربی
۳۵	ویتامین C (کلسی فرول)
۳۶	ریبوفلاوین (B۲)
۳۷	استئومد سی
۳۷	ویتامین E
۴۰	ویتامین‌های محلول در آب
۴۰	ویتامین B۱ (تیامین)
۴۱	ویتامین B۲ (ریبوفلاوین)
۴۲	ویتامین B۳ (نیاسین، اسید نیکوتینیک)
۴۴	اسید پنتوتنیک
۴۴	ویتامین B۶ (پیریدوکسین)
۴۵	فولات (فولاسین، اسید فولیک، اسید پتروئیل گلوتامیک)
۴۶	ویتامین B۱۲ (کوبالامین)
۴۸	بیوتین (ویتامین H)
۴۹	ویتامین C (اسید آسکوربیک)
۵۱	پرسش‌های فصل ۶

فصل ۱: تعاریف متابولیسم

۷	سوء تغذیه
۱۰	پرسش‌های فصل ۱

فصل ۲: انرژی

۱۱	اجزای مصرف انرژی
۱۱	پرسش‌های فصل ۲

فصل ۳: کربوهیدرات‌ها

۱۴	مونوساکاریدها
۱۵	دی ساکاریدها و الیگوساکاریدها
۱۷	فیبرهای غذایی
۱۸	پرسش‌های فصل ۳

فصل ۴: چربی‌ها

۱۹	ساختمان و عملکرد لیپیدها
۱۹	اسیدهای چرب
۲۰	اسیدهای چرب ضروری
۲۱	تری گلیسریدها
۲۲	مونو گلیسریدها و دی گلیسریدها
۲۲	فسفولیپیدها
۲۲	استرول‌ها
۲۲	کلسترول
۲۳	چاقی
۲۳	پرسش‌های فصل ۴

فصل ۷: املاح معدنی

کلسیم	۵۴
فسفر	۵۵
منیزیم	۵۶
گوگرد	۵۷
سدیم، کلر و یتاس	۵۸
آهن	۵۸
روی	۵۹
فلوئور	۶۰
ید	۶۱
سلنیوم	۶۲
منگنز	۶۲
کروم	۶۳
مولیبدن	۶۲
کبالت	۶۳
برسش‌های فصل ۷	۶۱

فصل ۸: مراقبت‌های دوران بارداری، شیردهی و شیرخواری

مزایای شیر مادر	۶۶
برسش‌های فصل ۸	۶۸

فصل ۹: بررسی وضع تغذیه

روش‌های غیرمستقیم	۷۱
روش‌های مستقیم	۷۲
روش‌های تفسیر قد و وزن	۷۵
برسش‌های فصل ۹	۷۶

فصل ۱۰: مسمومیت غذایی

مسمومیت غذایی	۷۷
سمایه	۸۰