

تغذیه مدرن در سلامت و بیماری

ویرایش یازدهم

تغذیه سیستمهای پیوندی

پوششهای زندگی

جلد ۲

تغذیه و ژنتیک، دستگاههای بدن، ارزش غذایی، محدودیت کالری، بارداری، شیردهی، تغذیه از بدو تولد تا پیری

مترجمین: دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تهران

مترجم و ویراستار: دکتر جلال حجازی
(هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی زنجان)

با مقدمه و زیرنظر: دکتر کورش جعفریان
(دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران)

مقدمه

غذا و تغذیه از اصول ابتدایی حفظ و ارتقاء سلامت و جلوگیری از بیماری‌ها می‌باشند. اگرچه همه ما می‌دانیم که غذا از نیازهای اولیه انسان است، متأسفانه غفلت از بسیاری از دانستنی‌های این علم بسیار گسترده بوده و هزینه‌های زیادی را به جوامع تحمیل نموده است. با این حال ناشناخته‌های این علم و ارتباط رژیم غذایی با بسیاری از بیماری‌های مزمن نظیر دیابت، فشار خون، استئوپروز، بیماری‌های قلبی - عروقی و بسیاری از انواع سرطان‌ها در مطالعات اپیدمیولوژیکی تا حدودی مشخص شده است. متخصصین تغذیه یکی از وظایف اصلی خود را شناسایی کلیه عوامل تأثیرگذار بر وضعیت تغذیه‌ای افراد - به معنی داند چراکه تغذیه مناسب به عنوان یک عامل قابل تغییر محیطی می‌تواند علاوه بر درمان، در پیشگیری از بسیاری از بیماری‌ها مؤثر باشد. پیشرفت علم تغذیه در سال‌های اخیر فراتر از انتظار بسیاری از دانشمندان بوده است. اگرچه این علم در گذشته در سایه سایر علوم قرار داشت، در طی دهه‌های گذشته توجه زیادی به این علم شده است. به‌طوری‌که حجم اطلاعات و اخبار مرتبط با دانش تغذیه در صدر بسیاری از اخبار قرار دارد. برای مثال، اگرچه نقش درشت‌مغذی‌ها در بالا بردن ارزش تغذیه مواد غذایی غیر قابل انکار است، اهمیت تعداد زیادی از ریزمغذی‌ها مانند ویتامین‌ها، املاح و پلی‌فنول‌ها مورد توجه متخصصان تغذیه قرار گرفته است. جای هیچ شبهه‌ای وجود ندارد که بدون افزایش دانش تغذیه نمی‌توان به بسیاری از پیشرفت‌های اجتماعی و اقتصادی دست پیدا کرد. بسیاری از کارکنان حوزه سلامت از اساتید تا دانش‌آموختگان رشته تغذیه و حتی رشته‌های دیگر در زمان دسترسی به آخرین یافته‌های علمی این رشته در قالب کتاب‌های جامع و مرجع می‌باشند. لذا ترجمه بخش‌های عمده کتاب *Modern Nutrition in Health and Disease* بعنوان یکی از کتب مورد استناد متخصصین علم تغذیه حاصل زحمات تعداد زیادی از همکاران تغذیه می‌باشد که جای قدردانی و تشکر دارد.

۱	فصل ۳۹: تنظیم تغذیه‌ای بیان ژن و ژنومیکس
۱۳	فصل ۴۰: تنوع ژنتیکی: اثرات بر روی مصرف
۲۷	فصل ۴۱: اسارت ژنتیکس
۳۴	فصل ۴۴: کنترل دریافت غذا و اشتها
۵۱	فصل ۴۵: تغذیه و سیستم ایمنی
۶۵	فصل ۴۶: دفاع در مقابل استرس اکسیداتیو
۸۷	فصل ۴۷: مکانیسم‌های احساس تغذیه‌ای
۹۶	فصل ۴۸: ترکیب بدن
۱۱۷	فصل ۴۹: استفاده و تفسیر تن‌سنجی
۱۳۱	فصل ۵۰: پیامدهای متابولیک گرسنگی
۱۵۴	فصل ۵۱: پیامدهای متابولیک محدودیت کالری
۱۶۱	فصل ۵۲: تغذیه در دوران بارداری
۱۸۰	فصل ۵۳: تغذیه در شیردهی
۱۹۹	فصل ۵۴: نیازهای تغذیه‌ای نوزادان و کودکان
۲۳۱	فصل ۵۵: تغذیه در دوران نوجوانی
۲۴۵	فصل ۵۶: تغذیه در افراد مسن
۲۶۲	فصل ۵۷: تظاهرات بالینی کمبود و مسمومیت مواد مغذی