

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

درسنامه طلایی تغذیه مدرن

(جلد ۱)

برگرفته از کتاب تغذیه مدرن در سلامت و بیماری ویرایش یازدهم (۲۰۱۴)

مترجمین:

دکتر سعید دعائی

دکتر فرخنده رزم پور

مریم غلامعلی زاده

نیما طیبی نژاد

مهتاب نجمی

سهیلا خدادادی

پروین بلوری

شیوا نعمت گرگانی

عنوان و نام پدیدآور	درسنامه طلایی تغذیه مدرن: برگرفته از کتاب تغذیه مدرن در سلامت و بیماری ویرایش یازدهم (۲۰۱۴) / اکاتارین راس... و دیگران؛ مترجمین سعید دعائی... (و دیگران).
مشخصات نشر	تهران: فرهنگ گستر نخبگان، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۲ ج: جدول: ۲۲×۲۹ س.م.
شابک	دوره: ۹-۱۶-۸۸۳۷-۶۰۰-۹۷۸؛ ج: ۱: ۶-۱۷-۸۸۳۷-۶۰۰-۹۷۸؛ ج: ۲: ۳-۱۸-۸۸۳۷-۶۰۰-۹۷۸.
وضعیت فهرست نویسی	فیپا
یادداشت	عنوان اصلی: Modern nutrition in health and disease, 11th. ed, c2014.
یادداشت	مترجمین سعید دعائی، فرخنده رزم پور، مریم غلامعلی زاده، نیما طیبی نژاد، مهتاب نجمی، سهیلا خدادادی، پروین بلوری، شیوا نعمت گرگانی.
یادداشت	برگزیده‌ای از ویراست کتاب حاضر قبلاً تحت عنوان "تازه‌های تغذیه (برگرفته از تغذیه مدرن)" ترجمه و منتشر شده است.
عنوان دیگر	برگرفته از کتاب تغذیه مدرن در سلامت و بیماری ویرایش یازدهم (۲۰۱۴).
عنوان دیگر	تازه‌های تغذیه (برگرفته از تغذیه مدرن).
موضوع	تغذیه
موضوع	Nutrition
موضوع	رژیم درمانی
موضوع	Diet therapy
شناسه افزوده	راس، اکاتارین، ۱۹۵۰ - م.
شناسه افزوده	Ross, Katharine
شناسه افزوده	دعائی، سعید، ۱۳۶۲ - مترجم
رده بندی کنگره	QP۱۴۱/ت۲ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	۶۱۳/۲
شماره کتابشناسی ملی	۴۸۵۰۳۷۹



انتشارات فرهنگ گستر نخبگان

نام کتاب: درسنامه طلایی تغذیه مدرن (جلد ۱)

مترجمین: دکتر سعید دعائی، دکتر فرخنده رزم پور، مریم غلامعلی زاده، نیما طیبی نژاد، مهتاب نجمی، سهیلا خدادادی، پروین بلوری و شیوا نعمت گرگانی.

تاریخ و نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

ناشر: فرهنگ گستر نخبگان

مشخصات ظاهری: ۲۴۱ ص. جدول.

چاپ و صحافی: ترمه

قیمت: ۱۲۸۰۰۰۰ ریال

مراکز پخش:

- تهران- میدان انقلاب- کوچه مهرناز (روبروی ایستگاه مترو)- ساختمان ۴- واحد ۴- مرکز خدمات آموزشی نخبگان- ۶۹۰۲۰۶۱-۶۶۹۰۲۰۳۸
- رشت: بین میدان صیقلان و میدان زرچوب، مرکز تخصصی خدمات آموزشی گروه پزشکی نخبگان- ۰۱۳۳۳۳۸۰۰۲
- اصفهان: خیابان هزار جریب- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان- جنب دانشکده پزشکی- مرکز فنی دیتا
- لاهیجان: میدان شهدا- یاساژ خیر خواه- طبقه سوم- ۰۱۳۴۲۳۴۲۵۴۳

تمامی حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشارات فرهنگ گستر نخبگان محفوظ است. لذا هرگونه تکثیر و بازنویسی مطالب به هر نحوی ممنوع است.

فهرست مطالب:

۴	مقدمه:
۵	فصل ۱: پروتئین‌ها و اسیدهای آمینه
۲۳	فصل ۲: کربوهیدرات‌ها
۳۳	فصل ۳: فیبر غذایی
۳۵	فصل ۴: چربی‌ها، استرول‌ها و متابولیت‌های آن‌ها
۵۳	فصل ۵: انرژی
۶۱	فصل ۶: آب، الکترولیت‌ها و تعادل اسید و باز
۷۱	فصل ۷: مینرال
۱۳۱	فصل ۸: ویتامین‌ها
۱۹۷	فصل ۹: سایر ترکیبات مهم مادی

مقدمه

بسمه تعالی

کتابی که پیش روی شماست، مجموعه‌ای از نکات کتاب تغذیه مدرن ویرایش ۲۰۱۴ می‌باشد. در تهیه این مجموعه سعی بر این بوده است که کلیه نکات مهم و مورد نیاز برای داوطلبان آزمون‌های کارشناسی ارشد و دکترای رشته علوم تغذیه گردآوری شود. بدیهی است از ذکر مطالبی که جهت توضیح و تفهیم مباحث در نسخه اصلی کتاب مدرن ذکر شده است و فاقد نکات تغذیه‌ای و مهم بوده صرف نظر شده است. بنابراین به داوطلبان عزیز توصیه می‌کنیم ابتدا کتاب گردآوری شده از کتاب تغذیه کراوس را مطالعه نموده و پس از تسلط کامل بر مفاهیم اصلی تغذیه، از کتاب تغذیه مدرن استفاده نمایند. امیدواریم با ارائه این مجموعه سهم ناچیزی در موفقیت شما عزیزان داشته باشیم. لازم به ذکر است نظر به انتشار ویرایش جدید کتاب تغذیه مدرن، مرکز نخبگان به منظور اعمال حداکثر دقت و حساسیت در جمع‌آوری نکات مهم اقدام به ترجمه مجدد کتاب نموده است و در تهیه مجموعه حاضر هیچ گونه استفاده‌ای از ترجمه سایر جزوات مربوط به تغذیه مدرن ۲۰۰۵ نشده است. کتاب مدرن در دو قسمت جداگانه به داوطلبین عزیز ارائه می‌گردد که مجموعه پیش رو بخش اول این کتاب می‌باشد. بخش دوم کتاب مدرن شامل مباحث، تغذیه در دوران‌های زندگی، علائم کمبود و مسمومیت مواد مغذی، چاقی، سوء تغذیه پروتئین-انرژی و مبحث دیابت از رژیم درمانی می‌باشد.

گروه آموزشی نخبگان