

# 卫生管理与膳食营养实践

主编 陆 成

 澳門科學出版社  
Macao Scientific Publishers

## 图书在版编目

---

卫生管理与膳食营养实践 / 陆成 主编. — 澳门:

澳门科学出版社, 2025.7

ISBN 978-99981-10-67-0

I. ①卫... II. ①陆... III. ①医院—卫生管理—研究②膳食营养

IV. ①R197.32②R151

## 卫生管理与膳食营养实践

陆 成 主编

ISBN 978-99981-10-67-0

---

责任编辑: 谢嘉深

责任校对: 谢嘉深

装帧设计: 吴惠华

---

出版发行: 澳门科学出版社

地 址: 澳门南湾大马路恒昌大厦 11 楼 F 座 邮 编: 999078

网 址: <https://www.mospbs.com>, <https://moaj.mospbs.com>

总 机: +853-62961666 反 馈: [book@mospbs.com](mailto:book@mospbs.com)

印装公司: 澳门翰林出版集团有限公司

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/16 印 张: 8.5

字 数: 204 千字 印 数: 1 ~ 3000

版 次: 2025 年 7 月第 1 版

印 次: 2025 年 7 月第 1 次印刷

核准编号: 2025071023

---

如有缺损质量问题, 请联系本社销售中心。

版权所有 违者必究

# 作者简介

**陆 成**，经济师、健康管理师，从事医院膳食营养工作十年，擅长膳食营养搭配及药膳烹饪。全国体重管理专业委员会委员、浙江省营养专科联盟成员。

获得发明专利 3 项、荣获杭州市卫生健康系统营养说课优胜奖、杭州市宣文卫体系统职工“五小”活动创新成果等。

# 编委会

## 主 编

陆 成 杭州市肿瘤医院

## 副主编

钱慧珍 杭州市肿瘤医院

# 前言

本书系统涵盖了现代卫生管理理论与膳食营养实践的核心内容，紧密结合公共卫生发展和临床营养需求，兼顾理论与应用，适合医务管理人员、营养师、公共卫生工作者及相关专业学生使用。全书分为五大篇，内容涵盖卫生管理基础、膳食营养理论与实践、公共卫生营养管理以及公共卫生实践与管理，重点突出疾病预防控制、食品安全、社区营养服务与健康促进。通过系统阐述卫生管理的政策法规、服务质量控制与应急管理，以及膳食营养规划、食品安全管理和临床营养支持，帮助读者全面理解营养与健康的关系，提升管理能力和实际操作技能。书中针对公共卫生事件应急、健康教育与慢性病管理提供实用策略，具备较强的指导意义和操作性。该书内容翔实、结构科学，既可作为高校相关参考书籍，也适合卫生管理与营养领域从业人员的专业参考和培训用书。

# 目 录

第一篇 膳食营养基础理论 .....	1
<b>第一章 营养学基础</b> .....	1
第一节 营养素分类与功能 .....	1
第二节 人体能量代谢 .....	5
第三节 营养需要与膳食指南 .....	10
<b>第二章 膳食营养评估</b> .....	17
第一节 营养状况评估方法 .....	17
第二节 膳食调查技术 .....	21
第三节 体质指数与健康关系 .....	25
<b>第三章 特殊人群的营养需求</b> .....	29
第一节 婴幼儿及儿童的营养需求 .....	29
第二节 孕妇及乳母的营养需求 .....	33
第三节 老年人的营养需求 .....	37
第二篇 膳食营养实践技术 .....	42
<b>第一章 膳食营养规划与设计</b> .....	42
第一节 营养膳食计划的制定原则 .....	42
第二节 特殊人群的营养膳食设计（儿童、老年人、孕产妇） .....	46
<b>第二章 食品安全与卫生管理</b> .....	50
第一节 食品安全法规与标准 .....	50
第二节 食品储存与加工安全管理 .....	53
第三节 食品污染防控与危害分析 .....	56
<b>第三章 临床营养支持</b> .....	58
第一节 营养支持方式（肠内、肠外营养） .....	58
第二节 临床营养干预技术 .....	59
第三节 营养支持中的并发症预防 .....	60
第三篇 公共卫生营养管理 .....	62
<b>第一章 社区营养管理：健康生活的根基</b> .....	62
第一节 社区营养服务体系建设 .....	62
第二节 营养健康教育与宣传 .....	65
第三节 慢性病营养管理 .....	69
<b>第二章 食堂与膳食管理：舌尖上的健康把控</b> .....	71
第一节 集体膳食营养管理规范 .....	71
第二节 食堂卫生管理与监督 .....	73
第三节 膳食营养质量控制 .....	76
第四篇 公共卫生实践与管理 .....	79

<b>第一章 疾病预防控制策略</b> .....	79
第一节 传染病与非传染病防控 .....	79
第二节 慢性病的预防与健康管理 .....	82
第三节 环境卫生与健康风险评估 .....	85
<b>第二章 卫生应急与危机管理</b> .....	88
第一节 公共卫生事件应急预案 .....	88
第二节 突发公共卫生事件的响应与处置 .....	91
第三节 卫生应急资源与能力建设 .....	94
<b>第三章 健康教育与促进</b> .....	97
第一节 健康教育理论与方法 .....	97
第二节 社区健康促进项目设计 .....	100
<b>第四章 公共卫生管理</b> .....	105
第一节 疾病预防与控制策略 .....	105
第二节 卫生应急管理 with 突发事件应对 .....	108
第三节 健康教育与健康促进 .....	114
<b>参考文献</b> .....	119

# 第一篇 膳食营养基础理论

## 第一章 营养学基础

### 第一节 营养素分类与功能

#### 一、宏量营养素的组成与生理功能

宏量营养素是人体需求量较大的营养素，主要包含碳水化合物、脂肪和蛋白质，它们在人体的生命活动中发挥着基础性的关键作用。碳水化合物一般由碳、氢、氧三种元素组成，因其氢氧比例和水相同，故被称为碳水化合物，也被称作糖类。它在自然界分布极为广泛，主要以游离态和化合物两种形式存在。从分类上看，可分为单糖、低聚糖以及多糖。单糖如葡萄糖、果糖等，是不能进一步水解的多羟基醛或多羟基酮及其环状半缩醛或衍生物，是糖类的最小组成单位。



低聚糖通常由两个或几个分子的单糖经由糖苷键组成，像常见的蔗糖、麦芽糖就属于二糖。多糖则是含 10 个以上单糖的缩合物，如淀粉、纤维素等。碳水化合物是人体最主要的供能物质，人体所需能量的 50%~70% 通常由它提供，在体内经消化分解后多以葡萄糖的形式进行代谢，为大脑、神经系统等重要器官提供能量，维持其正常功能。它还参与

2019

## 历史机遇 · 打造交流合作基地

Historic Opportunity · Build Communication And Cooperation Bases



# · 粤港澳大湾区 · 发展规划纲要

解读2019年新发布《粤港澳大湾区发展规划纲要》

★★★★

### 大湾区规划 · Introduction

《粤港澳大湾区发展规划纲要》明确了澳门“一个中心、一个平台、一个基地”的三个定位，即：建设世界旅游休闲中心、中国与葡语国家商贸合作服务平台，**打造以中华文化为主流、多元文化共存的交流合作基地。**

It further clarified the three orientations of "one center, one platform and one base" of Macao, namely, to build a world tourism and leisure center, a business and trade cooperation service platform between China and Portuguese-speaking countries, and to build an exchange and cooperation base with Chinese culture as the mainstream and multicultural coexistence.

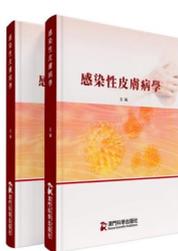


## 全球发行 · Publishing worldwide



由于国内自费书没有实际销售，出版社不会实际发行，属于非正式出版物，因此国内自费书绝大部分是属于非正式出版物。国际出版即便在没有销售市场的情况下也可以在海外发行上架。世界上其他地方（包括中国）的读者可以通过海外电商平台进行订购和销售。

Since there is no market for self-funded books in mainland China, mainland publishing houses will not actually issue them, so most of self-funded books in the Mainland are informal publications.



- 呼吸系统基本基础与临床 Fundamentals and clinic of respiratory diseases
- 临床肿瘤护理学 Clinical oncology nursing
- 感染性皮肤病学 Infectious dermatology
- 内分泌系统疾病 Endocrine system disease



- 实用小儿内科学 Practical pediatric internal medicine
- 消化系统疾病诊疗学 Diagnosis and treatment of digestive system diseases
- 现代中医诊断学 Modern diagnostics of traditional chinese medicine
- 皮肤修复与再生 Skin repair and regeneration

## 出版流程 · Publishing Process

出版流程快速简便，在填写基本信息、签订合同并支付费用后，IBPC将原始内容进行校对、排版及封面设计；在经过多次校对后，提交申请国际书号；可根据实际需求进行印刷和馆藏存档，最后上架发行。全程专人沟通指导，以极高性价比的方式出版属于自己的作品。

The publishing process is simple and convenient, after filling in the basic information, signing the contract and paying the fee, IBPC will conduct proofreading, typesetting and cover design. After multiple proofreading, submit the ISBN application. According to the actual needs, we will arrange printing and collection archiving, and finally put on the shelves and issued.

## 检索服务 · Retrieval Service

IBPC的检索服务可提供出版物国际注册文件及出版物所在地的图书馆检索证明，为作者提供证明文件支撑。同时，优秀图书将推荐至国际数据库中收录，提升出版物的认可度。

IBPC can provide retrieval service including the registration documents and the library search certificate. Meanwhile, excellent books will be recommended for inclusion in authoritative databases to enhance the recognition of publications.

## 销售协议 · Sales Agreement

作者签订销售合作协议后，IBPC可提供多种上架渠道，包括官网、京东、天猫、亚马逊、当当网等平台，可销售纸质印本与电子图书等形式，并按照合作协议进行利润分成。

After the author signs the sales agreement, IBPC can provide a variety of sales channels, such as the official website, JD & T-mall overseas Purchase, Amazon and other platforms, printed paper and electronic books are available, and the authors share the profits according to the sales agreement.



填写信息  
Information Filling



签订合同  
Contract Signing



支付费用  
Payment



提交书稿  
Submitting



内容校对  
Proofreading  
内容排版  
Content Layout  
封面设计  
Cover Design

申请书号  
ISBN Apply



印刷出版  
Printing



馆藏存档  
Archives



上架发行  
Publication

# 澳门科学出版社 MOSP

“以服务青少年及青年科学才俊为己任，  
打造国际性的科学技术交流平台”



## 正规国际出版，首选澳科出版

- 学术著作/个人作品 - 优质
- 中华“强国文化”输出战略 - 翻译后国际出版
- 数字教材 - 教材出书 & 数字化媒体上线

所有优质内容，均可申请出版减免资助。

所有澳门本土内容，均可申请出版减免资助；

### 澳门总部

电话：0853-62961666（澳门）

邮件：[book@mospbs.com](mailto:book@mospbs.com)

地址：中国澳门南湾大马路恒昌大厦F座11楼

网址：[www.mospbs.com](http://www.mospbs.com)（英文）| [moaj.mospbs.com](http://moaj.mospbs.com)（中文）

**特别提醒：**MOSP所有业务均有出版社的正规盖章合同，  
若有任何疑问，可联系出版社编辑确认。