上海建桥学院课程教学进度计划表

**一、基本信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 课程代码 | 2170010 | 课程名称 | 营养与食品卫生学 |
| 课程学分 | 2 | 总学时 | 32 |
| 授课教师 | 王凤 | 教师邮箱 | phenix\_wang@126.com |
| 上课班级 |  健康2020-1，健康2020-2 | 上课教室 | 高职206 |
| 答疑时间 | 每周四下午 |
| 主要教材 | 《健康营养学》，李增宁，夏敏 人民卫生出版社，2022年第1版 |
| 参考资料 |  《公共健康营养学》，张胜利，科学技术文献出版社，2020年第1版《基础营养学》，张立实，科学出版社，2018年第1版《食物 营养与健康》，胡敏，化学工业出版社，2021年第1版 |

**二、课程教学进度**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 教学内容 | 教学方式 | 作业 |
| 1 | 第一章 营养学基础第一节 能量与宏量营养素一、能量二、蛋白质三、酯类四、碳水化合物第二节 微量营养素一、矿物质二、维生素第三节 食物中的生物活性成分一、植物化学物二、其他生物活性成分第四节 水一、概述二、水的生理功能三、水的需要量及来源四、水的缺乏与过量 | 讲课 | 氨基酸必须氨基酸和限制氨基酸、氮平衡、蛋白质互补作用、食物生物活性成分的基本概念。 |
| 2 | 第二章 各类食物的营养价值第一节 食物营养价值的评价及意义一、食物营养价值的评价及常用指标二、评价食物营养价值的意义第二节 各类食物的营养价值一、谷类、薯类及杂豆类二、大豆类及其制品三、蔬菜、水果类四、畜禽水产品五、乳及乳制品六、蛋类及其制品七、坚果类第三节 食物营养价值的影响因素一、加工对食物营养价值的影响二、烹调对食物营养价值的影响三、保藏对食物营养价值的影响 | 讲课 | 评价食物营养的常用指标。食品营养价值和营养质量指数的概念。 |
| 3 | 第三章 食品营养与安全第一节 食品营养强化一、概述二、食品营养强化的基本要求和注意事项三、食品营养强化剂种类四、保持营养强化剂的稳定和强化方法第二节 营养补充剂一、概述二、营养补充剂的基本要求三、营养补充剂种类第三节 保健食品一、概述二、保健食品的功效成分和药食两用材料三、保健食品的分类四、保健食品的功能五、保健食品与药品和一般食品的区别第四节 特殊医学用途配方食品一、概述二、分类三、特定全营养配方食品第五节 食品卫生学问题及新技术一、食品污染二、食品添加剂三、转基因食品第六节 食源性疾病一、食源性疾病二、人兽共患传染病三、食物过敏四、食物中毒第七节 常见食物中毒的防治一、细菌性食物中毒二、真菌性食物中毒三、有毒动植物性食物中毒四、化学性食物中毒五、食物中毒的调查与处理 | 讲课 | 食品营养强化、营养补充剂、保健食品、特殊医学用途配方食品的概念，营养补充剂种类。食品污染、食品添加剂、转基因食品、食源性疾病、人兽共患传染病、食物过敏、食物中毒的基本概念。 |
| 4 | 实验一 健康营养学各论实验常见食物中毒的防治策略 | 实验讨论 | 举例说明常见食物中毒及防治策略完成实验报告 |
| 5 | 第二篇 营养与健康第四章 合理营养与膳食指南第一节 合理营养一、合理营养与平衡膳食二、膳食结构与健康三、中国居民膳食结构与营养健康现状第二节 膳食指南一、膳食指南发展简史二、中国居民膳食指南三、中国居民平衡膳食宝塔与算盘 | 讲课 | 1. 膳食结构与健康，中国居民膳食指南；2. 中国居民平衡膳食宝塔与算盘。 |
| 第五章 特殊人群营养与健康第一节 特殊生理人群营养与健康一、孕妇的营养与健康二、乳母营养与健康三、婴幼儿营养与健康四、儿童青少年营养与健康五、老年人营养与健康第二节 特殊生活和工作环境，人群营养与健康一、高温环境人群的营养与健康二、低温环境人群的营养与健康第三节 特殊职业人群营养与健康一、 脑力劳动者的营养与健康二、接触化学毒物人群的营养与健康第三节 特殊职业人群营养与健康一、脑力劳动者的营养与健康二、接触化学毒物人群的营养与健康三、接触电离辐射人群的营养与健康 | 讲课 | 各类人群的膳食和营养建议，以及对营养和代谢的影响。 |
| 6 | 第六章 中医食养基础第一节 中医食养理论食物的功能二、药性理论第二节 饮食的养生作用一、滋养作用二、益寿作用三、预防作用四、治疗作用第三节 中医食养的原则一、辩证事实二、三因治宜三、食物食，饮食饮有志第四节 食养原料的性能功用一、五谷为养二、五谷为助三、五菜为冲四、五畜为益五、五味调和 | 讲课 | 中医食养的概念，食物的功能饮食的养生作用中医食养的原则 |
| 7 | 实验二 健康营养学各论实验制定中医养生计划书 | 实验讨论 | 中医养生的注意事项完成实验报告 |
| 8 | 第三篇 营养与疾病第七章 临床营养干预方法第一节 营养教育咨询一、临床上营养教育咨询的现状二、营养教育咨询的开展三、营养教育与咨询的意义与作用第二节 医院膳食一、医院膳食概述二、基本膳食三、治疗膳食四、试验膳食第三节 肠内营养一、概述二、肠内营养的临床应用三、肠内营养制剂四、肠内营养的给予方式五、肠内营养的并发症及防治六、肠内营养的监测七、规范化应用肠内营养第四节 肠外营养一、概述二、肠外营养的临床应用三、肠外营养制剂四、肠外营养的给予方式五、肠外营养的并发症及防治六、肠外营养的监测七、规范化应用肠外营养 | 讲课 | 营养教育与营养咨询肠内营养、肠外营养。以上的特点及相关适应症、禁忌症。 |
| 9 | 第八章 常见慢性病的营养干预第一节 慢性阻塞性肺疾病一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第二节 高血压一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第三节 冠心病一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第四节 脑卒中一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第五节 慢性肝炎一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第六节 消化性溃疡一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第七节 严重性肠病一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第八节 糖尿病一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第九节 痛风一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第十节 骨质疏松一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第十一节 慢性肾衰竭一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导第十二节 肥胖一、概述二、营养代谢特点三、营养治疗原则四、膳食指导 | 讲课 | 常见慢性病的营养治疗原则。 |
| 讲课 | 常见慢性病的营养治疗原则。 |
| 10 | 实验三 健康营养学各论实验制定常见疾病的营养干预策略 | 实验讨论 | 常见疾病的营养干预完成实验报告 |
| 11 | 第四篇 营养学方法与应用第九章 营养流行病学第一节 概述一、营养流行病学的发展二、营养流行病学的应用第二节 营养流行病学的研究方法一、描述性研究二、分析性研究三、实验性研究第三节 循证营养学一、系统评价和麦大分析的基本概念二、系统综述和麦大分析的步骤与方法三、循证营养学的应用，第四节 膳食因素的描述和统计分析一、膳食暴露的描述与评价二、膳食数据的统计描述三、膳食数据的统计分析方法第五节 营养流行病学数据的解释 | 讲课 | 营养流行病学的概念及研究方法。 |
| 第十章 分子营养学第一节 概述一、分子营养学的概念与研究对象二、分子营养学的研究内容与方法第二节 营养素对基因表达的调控一、基因表达的概念基因表达的调控的基本理论第三节 营养素对基因表达的调控机制一、营养素对基因表达的作用特点二、营养素对基因表达调控水平三、营养素对基因表达的调控途径 | 讲课 | 简述营养素对基因表达的作用特点。 |
| 12 | 第十一章 营养调查第一节 概述一、营养调查的概念二、营养调查的目的三、营养调查的内容四、营养调查的程序第二节 营养调查的方法一、膳食调查二、人体测量三、生化检验四、临床检查第三节 营养调查问卷的设计一、问卷的概念与类型二、问卷设计的主要步骤三、问卷的结构和内容四、问卷的评价五、问卷设计事例实物频率法调查问卷 | 讲课 | 简述营养调查的概念、内容、方法、问卷的评价。 |
| 13 | 第十二章 营养监测第一节 概述一、营养监测的概念二、营养监测的目的三、营养监测的特点四、营养监测的内容第二节 营养监测的程序一、确定营养监测的目的二、监测人群和监测点的选取三、监测指标的确定四、营养监测的数据收集五、营养监测的数据分析六、营养监测资料的信息发布及利用第三节 营养监测系统与评价一、营养监测系统二、营养监测系统的评价 | 讲课 | 营养检监测的程序，问卷的结构和内容。 |
| 第十三章 营养改善第一节 营养教育一、概述二、营养教育相关理论三、营养教育的方法步骤第二节 食谱的编制一、营养配餐的概念意义二、食谱编制的理论依据三、食谱编制的基本原则四、食谱编制的方法五、营养食谱举例第三节 营养干预一、营养与健康信息的收集二、营养与健康档案的建立和管理三、营养干预方案的设计与实施 | 讲课 | 1.食物交换份法的实施步骤；2.食谱编制的基本意义和理论原则。 |
| 14 | 实验四 健康营养学各论实验食谱编制实践操作 | 实验讨论 | 食谱编制实践操作完成实验报告 |
| 15 | 第十四章 现代技术与营养第一节 互联网传播平台一、互联网+营养科研数据的收集与利用二、互联网+营养、营养知识的普及与教育三、互联网+营养、营养、疾病的监测和诊疗四、互联网+营养的展望第二节 高科技穿戴设备一、营养健康管理二、营养信息采集三、营养相关慢性疾病的管理四、可穿戴医疗设备的前景 | 讲课 | 简述“互联网+营养”在科研、教育、医疗的应用模式。 |
| 第五篇 营养政策与法规第十五章 营养立法第一节 中华人民共和国食品安全法相关知识一、食品安全法的产生和发展食品安全法的主要内容第二节 新食品安全法解读一、食品安全工作的新理念二、推进食品安全社会共治三、完善统一监权威的监管体制四、实施最严格、最严格的监管制度五、强化企业主体责任六、强化地方政府属地管理责任七、有的放矢开展专项治理活动八、打造职业化检查员队伍九、关于加快完善食品安全法规制度十、保持严惩重处违法犯罪高压态势 | 讲课 | 我国目前主要营养政策的发展重点和具体实施策略。 |
|  | 第16章 营养政策与法规 |  |  |
| 16 | 总复习 |  |  |

**三、评价方式以及在总评成绩中的比例**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 总评构成（1+X） | 评价方式 | 占比 |
| 1 | 期末开卷考试 | 50% |
| X1 | 课堂表现（考勤及课堂提问） | 10% |
| X2 | 期中考核 | 20% |
| X3 | 实验报告 | 20% |

任课教师：  系主任审核：

日期：2023年2月28 日