

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

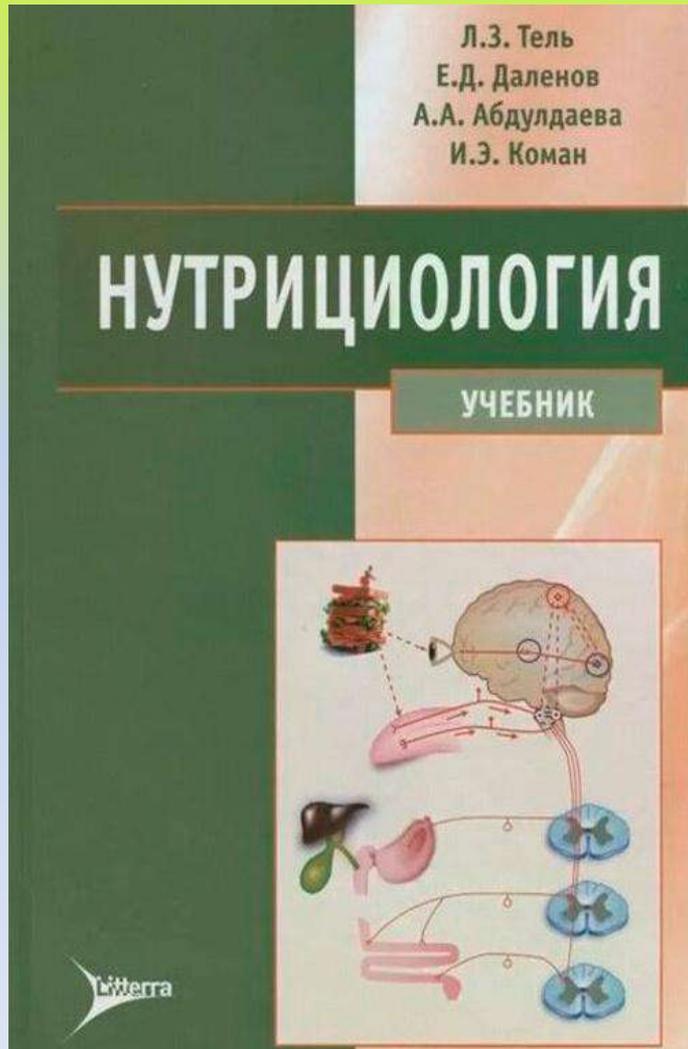
*Правильное питание – ключ к  
здоровью и долголетию*



Чебоксары, 2022

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

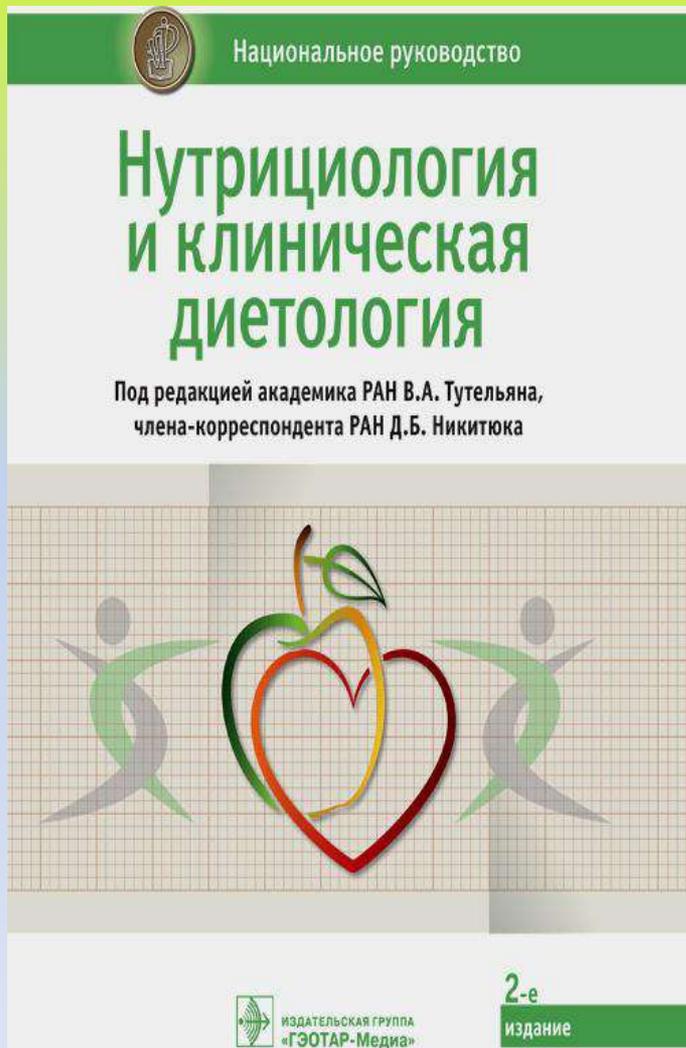


Нутрициология : учебник / Л. З. Тель, Е. Д. Даленов, А. А. Абдулдаева, И. Э. Коман. - Москва : Литтерра, 2017. - 544 с.

*В учебнике изложены медико-биологические основы питания человека, теория питания, различные аспекты питания детей, подростков, беременных и кормящих женщин, людей среднего, пожилого и старческого возраста. Отражены в полном объеме физиология питания в человеческом организме и патофизиология обмена веществ. Приведены механизмы действия микро- и макронутриентов на организм человека. Рассмотрены вопросы контроля качества и безопасности пищевой продукции и питания в целом, а также профилактика алиментарно-зависимых заболеваний*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



Нутрициология и клиническая диетология : национальное руководство / С. Е. Акользина, Т. А. Антипова, О. В. Багрянцева [и др.] ; ред.: В. А. [и др.]. - 2-е изд. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 1008 с.

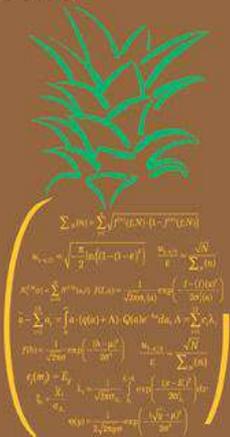
*В руководстве представлены современные вопросы здорового, лечебного питания, качества и безопасности пищи. Теоретические аспекты нутрициологии включают характеристику энергетического, белкового, липидного и углеводного обмена, обмена витаминов, макро- и микроэлементов. Освещены особенности питания взрослого населения, беременных, кормящих матерей, детей дошкольного и школьного возраста, лиц пожилого возраста, спортсменов и др. Особое внимание уделено немедикаментозному лечению (диетотерапии) различных заболеваний, в том числе алиментарно-зависимых. Руководство отражает современное состояние проблемы качества и безопасности пищи.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

М.Б. Гавриков, А.А. Кислицын,  
Ю.Н. Орлов, А.О. Камбаров,  
Д.Б. Никитюк, В.А. Тутельян

## ВВЕДЕНИЕ В ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННУЮ ЦИФРОВУЮ НУТРИЦИОЛОГИЮ



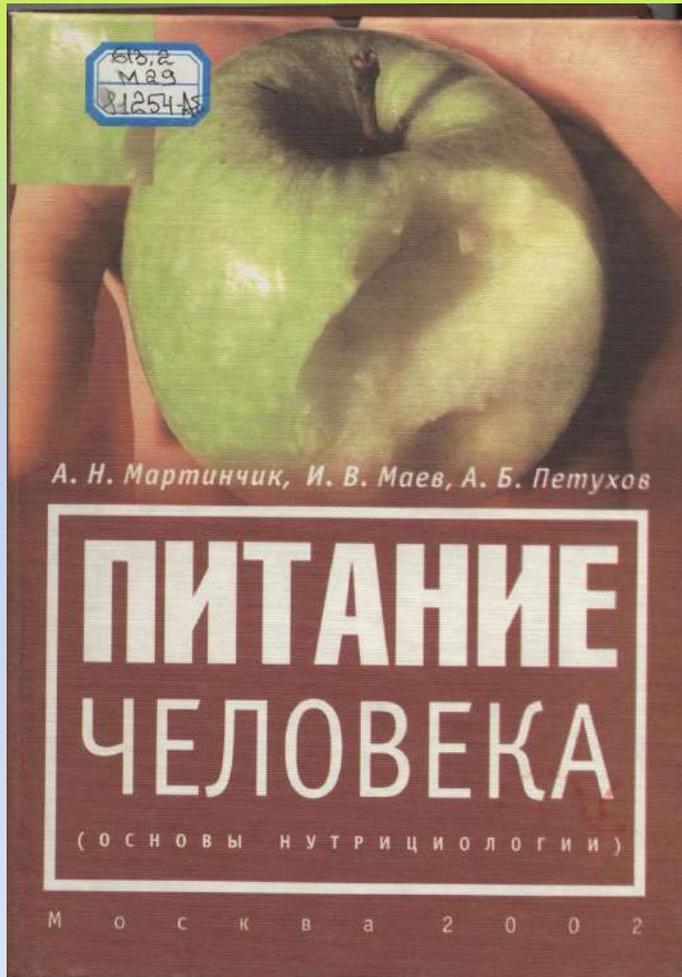
Издательская группа  
«ГЭОТАР-Медиа»

Введение в персонализированную цифровую нутрициологию / М. Б. Гавриков, А. А. Кислицын, Ю. Н. Орлов [и др. ]. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 112 с. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970468999.html>

*Целью авторов книги было сформулировать основные подходы к решению задач в области цифровой нутрициологии, разработать необходимый инструментарий и методологию, а также осуществить описание структуры эмпирических данных, которые необходимо использовать для создания численных алгоритмов применительно к оптимизации питания. Впервые с математической строгостью сформулированы подходы к решению следующих задач: кластеризация данных в области питания, интерполяция рекомендованных значений величины основного обмена на персональные данные пользователя, формализация алгоритмического построения меню продуктов и блюд.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



Мартинчик А. Н. Питание человека. (Основы нутрициологии) : учебное пособие для мед. вузов / А. Н. Мартинчик, И. В. Маев, А. Б. Петухов. - М. : ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2002. - 576 с.

*Настоящее издание написано в соответствии с программами обучения на медицинских факультетах, содержит современные сведения о значении основных компонентов пищи для жизни и здоровья человека, физиологии пищеварения, современным принципам здорового питания для различных категорий населения. Представлено большое количество иллюстраций, таблиц и справочного материала.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

А.А. КОРОЛЕВ

## ГИГИЕНА ПИТАНИЯ

РУКОВОДСТВО ДЛЯ ВРАЧЕЙ



2-е издание, переработанное и дополненное.



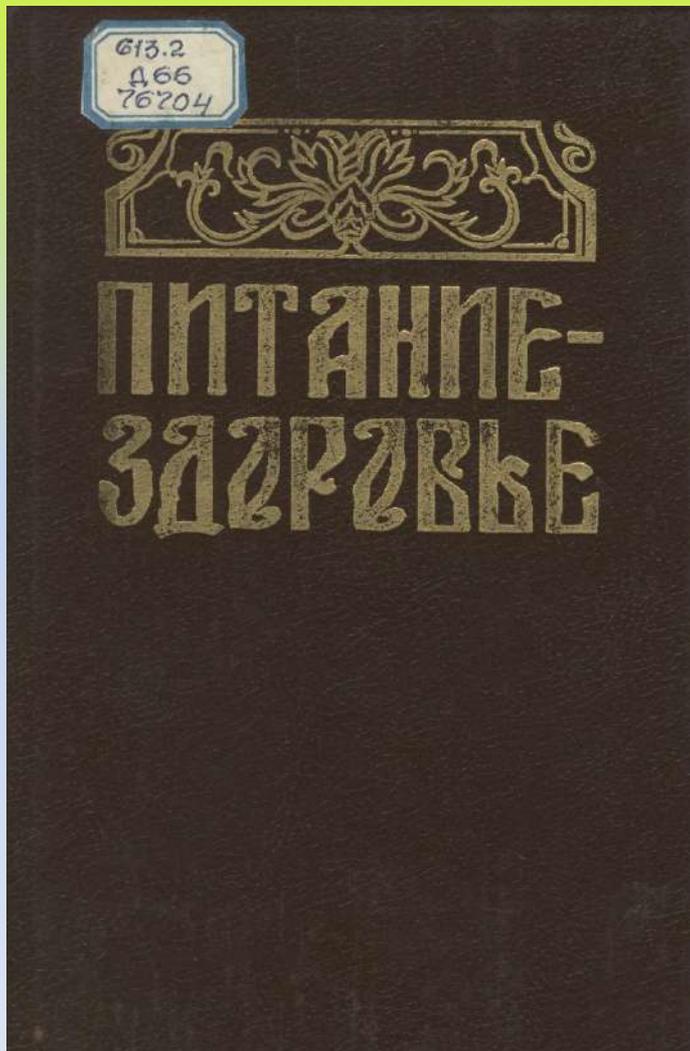
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА  
«ГЭОТАР-Медиа»

Королев А. А. Гигиена питания / А. А. Королев. - 2-е изд. , перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970462560.html>

*В руководстве изложены гигиенические основы питания человека, научно-практические аспекты теории рационального питания. Отражены современные данные о физиологических потребностях в пищевых веществах и энергии для различных категорий населения, приведены критерии пищевой и биологической ценности и безопасности основных групп продуктов, в том числе новых источников пищи. Рассмотрены в расширенном аспекте причины формирования и направления профилактики алиментарно-зависимых неинфекционных заболеваний и пищевых отравлений, механизмы алиментарной адаптации человека в условиях действия неблагоприятных факторов среды обитания.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

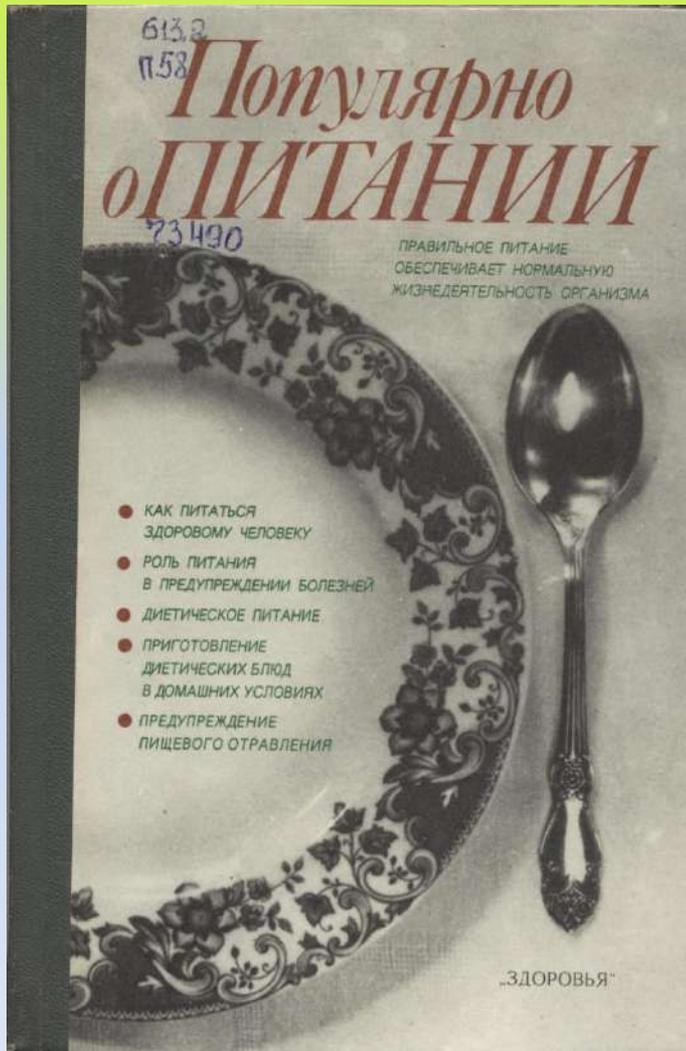


Домашняя энциклопедия. Питание - здоровье : научно-популярное издание / Г. И. Молчанов, И. А. Молчанова [и др.]. - Ростов н/Д : Издательство Ростовского университета, 1993. - 480 с.

*Книга представляет собой руководство для организации в домашних условиях полноценного питания здоровых и страдающих различными заболеваниями людей. Содержит теоретические сведения о построении рационального режима питания, о правильной кулинарной обработке пищевых продуктов, съедобных целебных растений и медопродуктов. Приводится технология приготовления более 1000 блюд, лечебных соков, напитков, чаев, домашних заготовок из растений, обладающих целебным действием.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

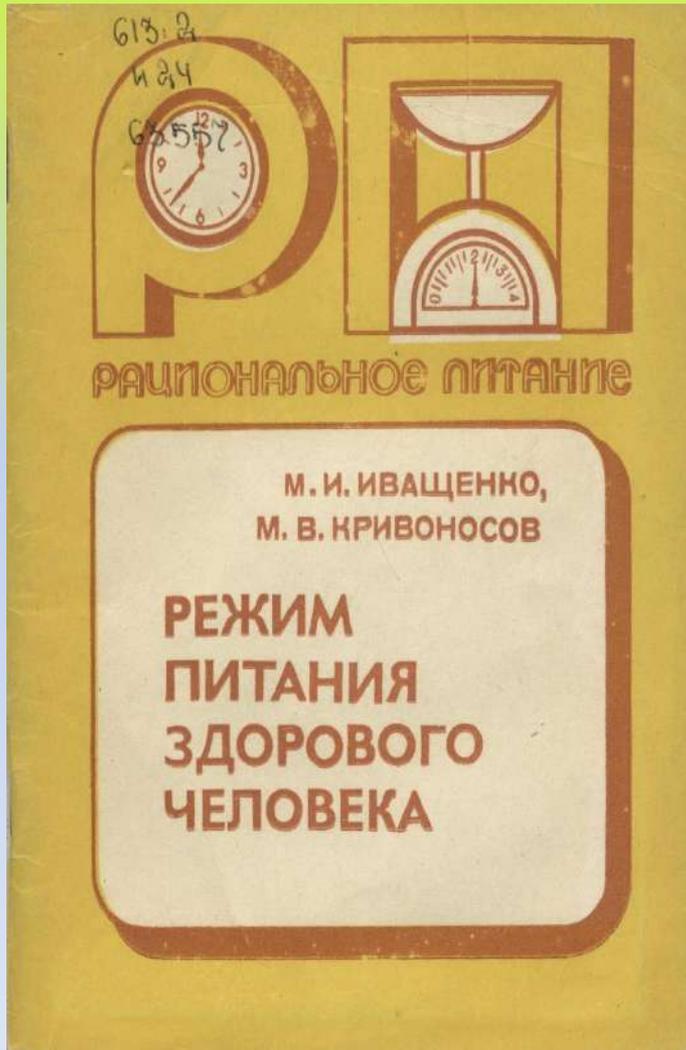


Популярно о питании : справочное издание / А. И. Столмакова [и др.] ; ред.: А. Н. Столмакова, И. О. Мартынюк. - Киев : Здоровье, 1989. - 271 с.

*В справочном пособии изложены принципы рационального, профилактического и диетического питания в зависимости от характера труда и отдыха, климатических и географических условий жизни, возраста, пола, роста, массы тела, состояния здоровья. Описана потребность организма человека в белках, жирах, углеводах, витаминах, макро- и микроэлементах и др. Рассмотрено биологическое значение отдельных пищевых веществ. Даны рекомендации по предупреждению болезней, связанных с неправильным питанием, в том числе с избыточным потреблением пищи (сахарного диабета, ожирения, других заболеваний обмена веществ). Приведен рациональный, научно обоснованный режим питания здоровых и больных людей. Описаны мероприятия по предупреждению пищевых отравлений и сальмонеллеза.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

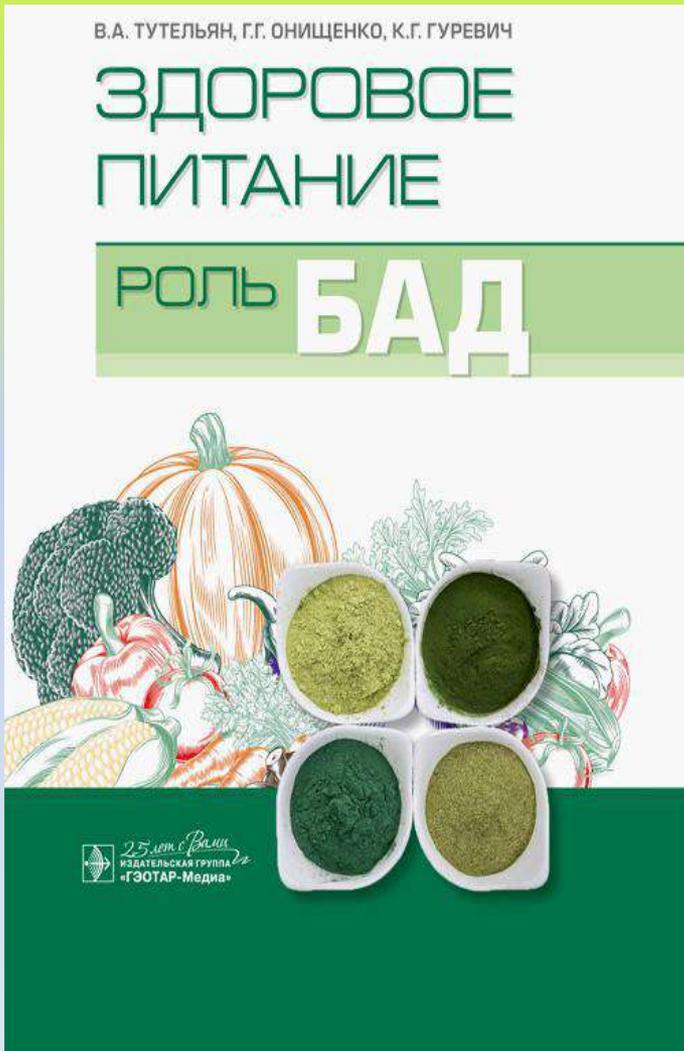


Иващенко М. И. Режим питания здорового человека / М. И. Иващенко, М. В. Кривонос. - Киев : Здоровье, 1982. - 72 с.

*В книге освещаются основные принципы рационального питания населения. Популярно излагаются некоторые особенности функциональной деятельности пищеварительной системы человека. Даются рекомендации по организации режима питания людей в зависимости от возраста, профессии и физиологического состояния организма.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка

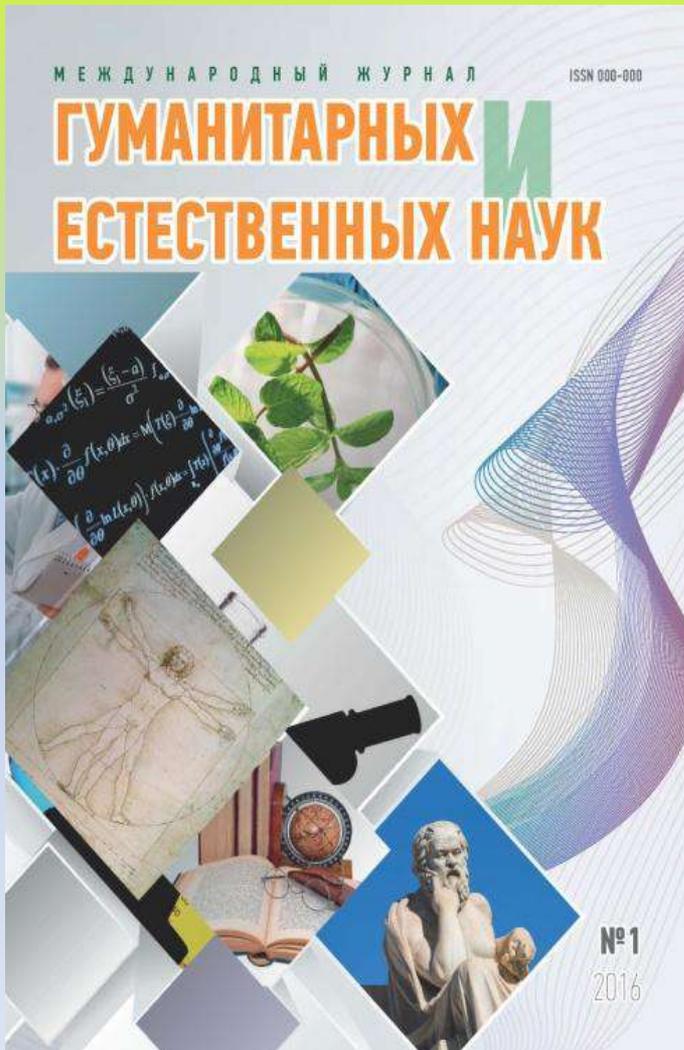


Здоровое питание : роль БАД / В. А. Тутельян, Г. Г. Онищенко, К. Г. Гуревич, А. В. Погожева. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 480 с. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970455432.html>

*В книге изложены современные вопросы здорового (оптимального) и лечебного питания. Дана характеристика макро- и микронутриентов. Особое внимание уделено применению в питании специализированных пищевых продуктов, в частности биологически активных добавок к пище (БАД). Раскрыты механизмы их действия. Представлен материал, включающий применение БАД на фоне здорового питания у спортсменов, лиц пожилого возраста, беременных и кормящих женщин. Освещены вопросы использования БАД в лечении (диетотерапии) сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, ожирения, костно-суставной системы, заболеваний желудочно-кишечного тракта, для улучшения состояния кожи.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



Щетинина С. Ю. Рациональное питание как компонент здорового образа жизни / С. Ю. Щетинина // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. - 2022. - № 5-1 (68). - С. 288-295. – URL : [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_48689370\\_15615060.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_48689370_15615060.pdf)

*Рациональное питание обеспечивает нормальное течение процессов роста и развития организма, обменных процессов, сохранения здоровья, является базовым компонентом здорового образа жизни. Понимание физиологических особенностей обмена веществ у человека позволяет организовать рациональное питание в зависимости от половозрастных особенностей, физической активности и образа жизни человека. В статье раскрываются основы биоэнергетики человека, основы рационального питания, что включает белковый, углеводный, жировой, водный, минеральный обмен, участие витаминов в обмене веществ; принципы сбалансированного питания; основные факторы, способствующие увеличению массы тела.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

## виртуальная книжная выставка

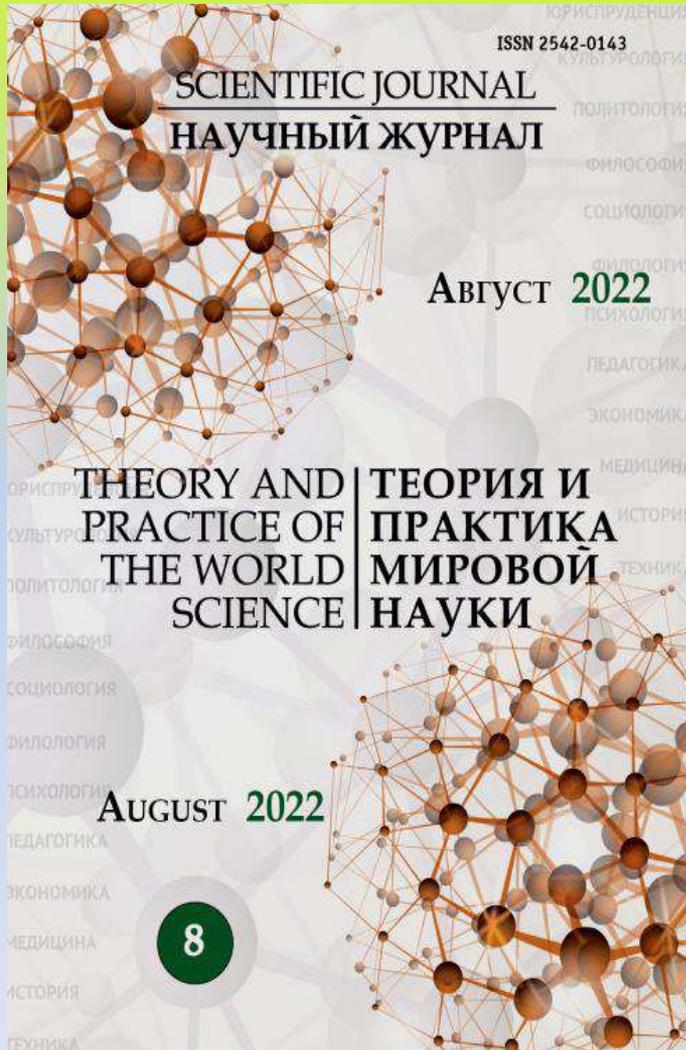


Койнова А. Н. Еще раз о здоровом питании / А. Н. Койнова // Пищевая индустрия. - 2021. - № 1 (45). - С. 38-40. - URL : [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_45417217\\_81771981.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_45417217_81771981.pdf)

*Тема здорового питания уже не одно десятилетие обсуждается в обществе. Казалось бы, многие аспекты этой проблемы очевидны, однако здоровее наше общество не становится, и дело даже не только в экологии. Напротив, проблема ухудшения здоровья человека год от года становится все более глобальной и вызывает все больше поводов для опасения среди специалистов. Главная причина этого – недостаточная информированность населения о правильном питании, считает Олег Стефанович Медведев, д-р мед. наук, заведующий кафедрой фармакологии МГУ им. М. Ломоносова и учредитель Национального исследовательского центра «Здоровое питание».*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



Сёмин А. Н. К вопросу о формировании системы здорового питания / А. Н. Семин // Теория и практика мировой науки. - 2022. - № 8. - С. 27-30. - URL : [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_49371621\\_32873208.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_49371621_32873208.pdf)

*В статье отмечается, что подготовка российского покупателя к неотвратимости потребления местных пищевых продуктов во имя сохранения здоровья особенно важна. Предложены концептуальные направления формирования системы здорового питания для всего населения. При этом первыми шагами для их реализации должна стать, так называемая, серия квартальных консультационных пунктов здорового питания (размещенных в продовольственных магазинах, к которым прикрепляются (разумеется на добровольной основе) жители окружающих домов. После беседы с врачом-диетологом пункта питания, как и в больнице, на человека заполняется формуляр и начинается история его пребывания в системе. Фиксируются все назначения и рекомендации..*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

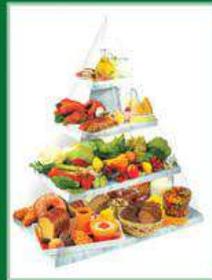
виртуальная книжная выставка

В.П. Шевченко

БИБЛИОТЕКА  
ВРАЧА-СПЕЦИАЛИСТА  
ДИЕТОЛОГИЯ  
ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИЯ

## Клиническая диетология

Под редакцией  
акад. РАМН В.Т. Ивашкина



ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА  
«ГЭОТАР-Медиа»

Шевченко В. П. Клиническая диетология : руководство / В. П. Шевченко ; ред. В. Т. Ивашкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 256 с.

*Руководство обобщает многолетнюю работу автора, а также опубликованные данные исследований по изучению статуса питания человека при различных патологических состояниях. Приведена информация о потребностях организма в питательных веществах и энергообеспечении в зависимости от состояния хирургических, терапевтических и других больных. Подробно описаны современные средства для парентерального и энтерального питания, а также особенности методики и техники его осуществления. Указаны показания и противопоказания к этим видам искусственного питания. В разделе о традиционных методах диетотерапии подробно излагаются вопросы лечебного питания при заболеваниях органов пищеварения, сердечно-сосудистой системы, почек, при ожирении, сахарном диабете и др.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



Кильдиярова Р. Р. Детская диетология : руководство / Р. Р. Кильдиярова. - 2-е изд. , перераб. Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 256 с. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970469347.html>

*Книга посвящена диетологии детей от момента рождения до подросткового возраста. В разделе "Диететика здорового ребенка" описаны основы подготовки женщины к кормлению ребенка грудью с аргументацией его преимуществ; понятие лактации и гипогалактии; подбор молочных смесей при искусственном и смешанном вскармливании с организацией прикорма; схемы питания у детей разных возрастных групп, включая занимающихся спортом, а также питание недоношенного ребенка. Приведенный в виде алгоритмов систематизированный материал раздела "Диетотерапия больного ребенка" включает главы по лечебному питанию в лечебно-профилактических учреждениях, диетотерапии детей с патологией раннего возраста и заболеваниями, изложенными по системам.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



ФИЦ питания, биотехнологии  
и безопасности пищи рекомендует

В.А. ТУТЕЛЬЯН, Д.Б. НИКИТЮК, А.В. ПОГОЖЕВА, Н.В. ЖИЛИНСКАЯ, А.Д. ФЕСЮН

## COVID-19 РЕАБИЛИТАЦИЯ И ПИТАНИЕ

РУКОВОДСТВО  
ДЛЯ ВРАЧЕЙ



ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА  
«ГЭОТАР-Медиа»

COVID-19 : реабилитация и питание : руководство для врачей / В. А. Тутельян, Д. Б. Никитюк, А. В. Погожева [и др. ]. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 256 с. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970472002.html>

*В руководстве описаны актуальные алгоритмы реабилитации пациентов, перенесших COVID-19. Продемонстрирована роль питания в профилактике и лечении COVID-19 с акцентом на энергетическую ценность рациона, содержание в нем белка, полиненасыщенных жирных кислот семейства  $\omega$ -3, витаминов и минеральных веществ. Подробно представлены принципы питания как неотъемлемого компонента реабилитации в условиях реанимационного отделения, стационара, в амбулаторных и амбулаторно-поликлинических условиях, а также в санаторно-курортных организациях. В приложении приведены варианты меню рационов питания, применяемых на всех этапах реабилитации, а также для лиц, находящихся в режиме самоизоляции или карантина в домашних условиях в связи с COVID-19*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



Киселев А. В. Правильное питание в формировании здорового образа жизни студентов / А. В. Киселев // Вопросы педагогики. - 2022. - № 2-1. - С. 135-139.  
– URL : [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_47985384\\_27533852.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_47985384_27533852.pdf)

*Питание является одним из важнейших факторов, связывающих человека с внешней средой и оказывающих решающее влияние на здоровье, что подтверждается многочисленными исследованиями и статистическими данными. Целью исследования, представленного в статье, стало рассмотрение правильного питания в жизни студента. Задача - изучить образ жизни студентов и его влияние на здоровье, выявить основы рационального питания, проанализировать формирование здорового образа жизни, опросить студентов, и, основываясь на результатах исследования, подвести итоги анкетирования, а также дать рекомендации в соответствии с полученными результатами.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

## виртуальная книжная выставка

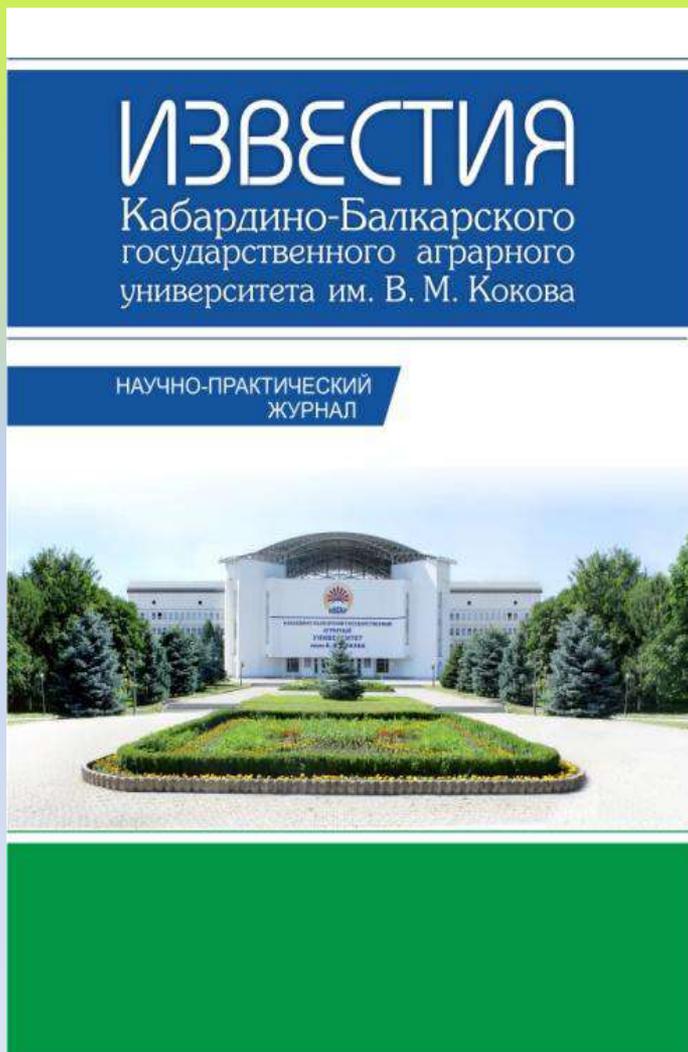


Максимова А. А. Здоровое питание, как важнейший фактор успеваемости школьников / А. А. Максимова // Университетская наука. - 2021. - № 2 (12). - С. 167-170. – URL : [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_47211548\\_22223336.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_47211548_22223336.pdf)

*В статье исследуются аспекты правильного питания в образовательных учреждениях современного типа; приводятся доводы в пользу сбалансированного питания, в основу которого положены законы биохимии и физиологии; выделяются критерии и условия, способствующие раскрытию когнитивных способностей и снижению заболеваемости обучаемых в течение учебного года.*

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

виртуальная книжная выставка



Рациональное питание как основной фактор здоровой жизни пожилых людей / А. С. Джабоева, Т. Б. Зукаева, А. А. Баева, Л. А. Витюк // Известия Кабардино-Балкарского государственного аграрного университета им. В.М. Кокова. - 2021. - № 4 (34). - С. 27-34. – URL : [elibrary\\_47479211\\_76442239.pdf](https://elibrary_47479211_76442239.pdf)

*В статье рассматриваются виды старения организма человека и факторы его ускоряющие. Представлены научные принципы организации питания людей пожилого, старческого возрастов и долгожителей, основными из которых являются: соответствие калорийности рациона питания энергетическим затратам; обеспечение оптимального соотношения пищевых веществ в рационе питания; использование при составлении рационов питания продуктов, характеризующихся легкой перевариваемостью и обладающих способностью умеренно стимулировать секреторную и моторноэвакуаторную функции органов желудочнокишечного тракта .*

**Контактная информация:**

**Тел.: (8352) 70-92-42 (доб. 218# ; 219#)**

**Сайт Республиканской научно-медицинской библиотеки: [http:// giduv.com/lib/](http://giduv.com/lib/)**

**Сообщество ВКонтакте: <https://vk.com/club62305209>**

