

المحتويات

9..... المقدمة

الباب الأول

12..... التثقيف الغذائي

12..... أهداف التثقيف الغذائي

13..... طرق التثقيف الغذائي

الباب الثاني

17..... العادات الغذائية

21..... العوامل المؤثرة في تغيير العادات الغذائية

23..... العادات الغذائية المنتشرة في كثير من الدول النامية

27..... وسائل تطوير وتحسين العادات الغذائية

29..... اثر الوعي الغذائي والعادات الغذائية في رفع المستوى الصحي العام لأفراد المجتمع

30..... أثر العوامل النفسية علي السلوك الغذائي

31..... أثر العوامل الاقتصادية في السلوك الغذائي

الباب الثالث

33..... التربية الغذائية في مراحل العمر المختلفة

34..... مرحلة الطفولة

36..... الشروط التي يجب توافرها في التغذية المدرسية

36..... العوامل التي تؤدي إلي زيادة الإقبال علي الوجبات المدرسية

37..... مرحلة المراهقة

38..... مرحلة السن المنتجة

38..... مرحلة الشيخوخة

39..... مشاكل سوء التغذية كأحد المعوقات التي تعترض التربية الغذائية

- 39..... العوامل البيئية التي تساعد على ظهور أمراض سوء التغذية
- 41..... الاتجاهات الغذائية وتأثيرها على الحالة الغذائية
- 42..... دور التثقيف الغذائي في حل مشاكل سوء التغذية

الباب الرابع

- 45..... **تقييم الحالة الغذائية في المجتمع**
- 47..... الجوانب التي يجب دراستها في المجتمع للتعرف على الحالة الغذائية للجماعات
- 48..... تقييم الغذاء
- 49..... الطرق الغير مباشرة لتقييم الغذاء
- 50..... الطرق المباشرة لتقييم الغذاء
- 57..... أعراض نقص الغذاء وتطورها
- 57..... الفحوص الإكلينيكية
- 60..... الفحوص الكيميائية الحيوية
- 61..... القياسات الانثروبومترية

الباب الخامس

- 71..... **برامج التثقيف الغذائي**
- 74..... مراحل العمل في برامج الإرشاد
- 75..... القواعد الأساسية في عمليات الإرشاد
- 76..... مكان الإرشاد
- 79..... طرق الإرشاد
- 84..... بعض الموضوعات التي يمكن معالجتها في برامج التثقيف الغذائي

الباب السادس

- 87..... **المنظمات الدولية**
- 88..... منظمة الأغذية والزراعة

المحتويات

89	منظمة الصحة العالمية.....
91	منظمة إغاثة الطفولة.....
92	منظمة أو جماعة الغذاء للسلام.....
92	منظمة اليونسكو.....
92	مؤتمر الغذاء العالمي.....
93	برنامج الغذاء العالمي.....

الباب السابع

95	التربية الصحية (التثقيف الصحي).....
101	المستويات الصحية للإنسان.....
103	ميادين التربية الصحية.....
104	طرق وأساليب التربية الصحية.....
105	الصحة المدرسية وعلاقتها بالصحة العامة.....
108	أهداف التغذية المدرسية.....
108	الخدمات الصحية المدرسية.....
110	الفريق الصحي بالمدرسة.....

الباب الثامن

113	التثقيف الغذائي للأمراض المختلفة.....
114	التثقيف الغذائي لمرضى السكر.....
123	التثقيف الغذائي لمرضى ضغط الدم المرتفع.....
128	التثقيف الغذائي لمرضى السمنة.....
136	التثقيف الغذائي لمرضى القلب والأوعية الدموية.....
146	التثقيف الغذائي لمرضى قرحة المعدة والإثني عشر.....
150	التثقيف الغذائي لعلاج ارتداد العصارة المعدية.والتهاب المرئوالتهاب المرئىء.....

المحتويات

151	التثقيف الغذائي لمرضى الإسهال
154	التثقيف الغذائي لمرضى الإمساك
157	التثقيف الغذائي للوقاية من الأنيميا
165	التثقيف الغذائي للوقاية من السرطان
169	التثقيف الغذائي لمرض الكبد
175	التثقيف الغذائي لمرضى الكلى
189	التثقيف الغذائي لمرضى هشاشة العظام
198	التثقيف الغذائي لمرضى الزهايمر
211	المراجع العربية
212	المراجع الاجنبية