

SPIS TREŚCI

| | |
|--|-----|
| PRZEDMOWA | VII |
| ALFABETYCZNY WYKAZ HASEŁ | IX |
| I. WSTĘP | 1 |
| 1. Pojęcie zdrowia oraz jego uwarunkowania genetyczne, środowiskowe i związane ze stylem życia | 1 |
| 2. Relacje między żywnością, żywieniem i zdrowiem | 5 |
| II. ŻYWNOŚĆ | 17 |
| 1. Definicje i podział produktów żywnościowych | 17 |
| 2. Jakość żywności i jej uwarunkowania | 23 |
| 3. Przetwarzanie i utrwalanie żywności | 51 |
| 4. Biotechnologia w produkcji żywności | 85 |
| 5. Dodatki do żywności i ich zastosowanie | 156 |
| 6. Znakowanie żywności | 164 |
| 7. Prawo żywnościowe i urzędowa kontrola żywności | 175 |
| III. ŻYWIENIE | 201 |
| 1. Istota racjonalnego żywienia i podstawowe pojęcia z tym związane | 201 |
| 2. Podstawowe składniki pożywienia | 206 |
| 3. Żywność jako źródło składników odżywczych | 250 |
| 4. Trawienie i przyswajanie pożywienia | 265 |
| 5. Podstawowe zasady racjonalnego żywienia | 286 |
| 6. Wegetarianizm jako dieta alternatywna | 319 |
| 7. Żywienie dietetyczne | 327 |
| 8. Interakcje leków ze składnikami żywności | 341 |
| IV. ZDROWIE | 354 |
| 1. Biologiczne podstawy zdrowia | 354 |
| 2. Etiologia i prewencja wybranych chorób dietozależnych | 395 |
| 3. Zanieczyszczenia żywności i ich wpływ na zdrowie człowieka. | 404 |
| 4. Inne zagrożenia dla zdrowia | 436 |
| 5. Instrumenty polityki prozdrowotnej | 441 |