

2011年儿科学辅导：儿童营养基础 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/654/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E5_84_BF_c22_654932.htm

儿童营养基础包括：能量、营养物质与水的需要两个方面！（一）能量 每克可供能量分别为：4kcal（16.74kJ），9kcal（37.66kJ），4kcal（16.74kJ）

。1kcal=4.184kJ 1.基础代谢需要量为在清醒、安静、空腹状况下，处于18~25摄氏度环境中人体维持生命进行最基本生理活动所需的能量。小儿基础代谢的能量需要量较成人高，并随年龄增长、体表面积的增加而逐渐减少。基础代谢所需在婴儿期占总能量的50%以上。1岁以内婴儿约需55kcal

（230.12kJ）/（kg.d）。7岁时约需44kcal（184.10kJ）/（kg.d），12岁时约需30kcal（125.52kJ）/（kg.d）。2.食物热力作用：指在消化和吸收食物中营养素的过程中出现能量消耗额外增加的现象，即食物代谢过程中所消耗的能量。与食物成分有关，蛋白质食物的热力作用最高，故婴儿此项能量所需占总能量的7%~8%，而混合膳食的年长儿仅为5%。3.活动所需：此项能量所需与身体大小、活动类别、强度和持续时间有关。活动所需能量个体差异较大，并随年龄增大而增加。一般婴儿约需15~20kcal（62.76~83.68kJ）/（kg.d），12~13岁约需30kcal（125.52kJ）/（kg.d）。4.排泄丢失5.

生长发育所需：小儿特有，耗能第二位。（二）营养物质与水的需要 水：生命的基础，年龄越小需水量越大。糖：供能（最主要的供能物质）与生物合成。脂肪：次要供能物质与生物合成。蛋白质：可供能，年龄越小需要量越大。矿物质与维生素：不能提供能量，但参与酶系统活动或作为其辅酶

，对调节体内各种代谢过程和生理活动，维持正常生长发育极其重要。膳食纤维：协助排便。 小编推荐：#0000ff>儿科学常见考题：小儿颅咽管瘤 #0000ff>临床儿科学高考考点：小儿脑膜瘤详解 #0000ff>2011年临床儿科学考点：小儿生长发育特征 #0000ff>#000000>特别推荐：#ff0000>2011年临床执业医师考试大纲#000000> #0000ff>考试时间 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com