

# 103-2 Preliminary Syllabus, Da-Yeh Univ

Information			
Title	營養學	Serial No. / ID	0662 / MHI3020
Dept.	藥用植物與保健學系	School System / Class	大學日間部3年1班
Lecturer	呂玟蓓	Full or Part-time	兼任
Required / Credit	Optinal / 2	Graduate Class	No
Time / Place	(三)56 /	Language	Chinese

Introduction
本學期上課內容以基礎營養、熱量營養素、能量代謝平衡、營養素與礦物質、生命期營養等五大內容，基礎營養以個人日常應用的健康飲食原則為起點，到能量營養素與各階段需求之營養和應用，是一個人醫生健康之原則。

Outline
1.營養科學
2.健康飲食工具
3.糧食供應
4.消化與吸收
5.碳水化合物
6.脂質
7.蛋白質
8.酒精
9.能量代謝
10.能量平衡
11.營養與運動
12.脂溶性維生素
13.水溶性維生素
14.水與巨量礦物質
15.微量礦物質
16.懷孕與哺乳
17.成長期營養
18.成年期營養

Prerequisite
普通化學、有機化學