

2023年11月23日保育培训活动安排

会议主题：保育培训——蛋白质、能量缺乏性营养不良

会议主持人：张俐

会议形式：现场会议

会议流程：

蛋白质、能量缺乏性营养不良是由于缺乏能量和(或)蛋白质所致的一种营养缺乏症，临床上以体重明显减轻、皮下脂肪减少和皮下水肿为特征，常伴有各器官系统的功能紊乱。

1. 病因

营养摄入不足，消化吸收不良，需要量增加。长期患病、做了大手术等。

2. 临床表现

体重不增是营养不良的早期表现。患儿主要表现为消瘦，皮下脂肪逐渐减少甚至消失，皮肤干燥、苍白，皮肤逐渐失去弹性。早期表现为体重不增，随后体重减轻，活动减少；进一步发展为皮下脂肪逐渐变薄、消失，肌肉松弛、萎缩，皮肤、毛发干枯、失去弹性；当病情加重时，身高增长迟缓，水肿，反应迟钝，智力落后，抗病能力下降。

3. 诊断

(1) 体重低下：其体重低于同年龄、同性别参照人群值的中位数-2SD，如在中位数-2SD~-3SD之间为中度；在中位数-3SD以下为重度。

(2) 生长迟缓：其身高低于同年龄、同性别参照人群值中位数-2SD，如在中位数-2SD~-3SD之间为中度；在中位数-3SD以下为重度。

(3) 消瘦：其体重低于同性别、同身高参照人群值的中位数-2SD，如在中位数-2SD~-3SD之间为中度；在中位数-3SD以下为重度。

4. 治疗

(1) 处理危及生命的并发症。

(2) 祛除病因：在查明病因的基础上，积极治疗原发病。

(3) 调整饮食，促进消化，提倡科学喂养。轻度营养不良治疗时，热能、蛋白质、脂肪从低值开始、不影响消化吸收，逐步递增到常量，中度营养不良起点量稍低一些，重度营养不良消化功能差，应从极少量开始。

(4) 给予促进消化吸收的药物，并注意补充锌、铁，也可采用中医推拿方法。(三) 维生素缺乏维生素是维持人体正常物质代谢和某些特殊生理功能不可缺少的低分子有机化合物，主要参与各种酶的组成。

造成维生素缺乏的主要原因：膳食中维生素含量不足，贫困、膳食单调、偏食等因素可使膳食中摄入维生素的量不能满足机体的需求。体内吸收障碍，如肠蠕动加快，吸收面积减少，长期腹泻等因素使维生素的吸收、储存减少。排出增多，可因授乳、大量排汗、长期大量使用利尿剂等使之排出增多。因药物等作用使维生素在体内加速破坏。生理和病理需要量增多。食物加工烹调不合理使维生素大量破坏或丢失。

预防维生素缺乏的措施：提供平衡膳食；根据人体的生理、病理情况及时调整维生素供给量；及时治疗影响维生素吸收的肠道疾病；食物加工烹调要合理，尽量减少维生素的损失。

1. 维生素A(VA)

维生素A又名视黄醇，与类胡萝卜素一样对热、酸、碱稳定，一般加工烹调方

法不会引起破坏,但易被氧化,高温与紫外线可促进这种氧化。

(1)生理功能

①参与视网膜视紫质的合成与再生,维持正常的暗适应能力,维持正常视觉。②促进蛋白质的生物合成和骨细胞的分化,促进机体的生长和骨骼的发育。③免疫蛋白也是糖蛋白,其合成与VA有关,故有增加机体抗感染的作用。④VA可促进上皮细胞的正常分化并控制其恶变,从而有防癌作用。

(2)VA缺乏症

由于VA和VA原摄入不足所引起的营养缺乏病,临床上首先表现为适应能力降低,进一步发展可形成夜盲症。皮肤基底细胞增生和过度角化,特别是毛囊口角化为毛囊丘疹(多发生在四肢伸肌表面、肩部、颈部、背部、臀部的毛囊周围);汗腺、皮脂腺萎缩,皮肤干燥,毛发干枯脱落;结膜角化,泪腺分泌减少,形成干眼病,进一步发展可出现角膜溃疡、穿孔,失明,还可出现结膜皱褶和毕脱斑;骨骼发育受阻,免疫和生殖功能下降。

(3)VA过多症

VA进入机体后排泄效率不高,长期过量摄入可在体内蓄积,引起VA过多症。主要症状为厌食、易怒、长骨末端外周疼痛、肢体活动受限、头发稀疏、肝肿大、肌肉僵硬、皮肤瘙痒、头痛、头晕等。及时停止食用,症状可很快消失。

(4)食物来源

天然VA只存在于动物体内。动物的肝脏、鱼肝油、奶类、蛋类及鱼卵是VA的主要来源。VA原(VA的前体)类胡萝卜素,广泛分布于植物性食品中,其中最重要的是 β -胡萝卜素。红色、橙色、深绿色植物性食物中含有丰富的 β -胡萝卜。