



Περιεχόμενα

<i>Πρόλογος Ελληνικής Έκδοσης</i>	7
<i>Πρόλογος 4ης Αγγλικής Έκδοσης</i>	9
<i>Πρόλογος 3ης Αγγλικής Έκδοσης</i>	11
1. Μειώνοντας τον κίνδυνο στεφανιαίας νόσου	17
2. Διατροφή και αρτηριακή πίεση	31
3. Διατροφικές συμβουλές για κάποια άλλα χρόνια νοσήματα	39
4. Διατροφή στην κύηση	49
5. Βρεφική διατροφή	57
6. Παιδιά και έφηβοι	69
7. Νεαροί ενήλικες και ηλικιωμένοι	79
8. Υποθρεψία σε αναπτυσσόμενες χώρες	91
9. Άλλες διατροφικές ανεπάρκειες σε εύπορες κοινότητες	107
10. Βιταμίνες και κάποια ιχνοστοιχεία	119
11. Υπερβάλλον βάρος και παχυσαρκία	135

12. Υπολογίζοντας τη διατροφή	151
13. Θεραπευτικές δίαιτες	167
14. Τροφικές δηλητηριάσεις	179
<i>Patrick G. Wall, Ciara E. O'Reilly</i>	
15. Τροφική ευαισθησία	201
16. Επεξεργασία τροφίμων	211
17. Διατροφική υποστήριξη	223
<i>Nigel Reynolds, Christopher R. Pennington</i>	
18. Κάποιες αρχές	231
Ευρετήριο	243