

第二部分 特定人群膳食指南

特定人群包括孕期妇女、哺乳期妇女、婴幼儿、儿童、老年人及素食人群。除一般人群膳食指南外，考虑到这些人群生理和营养需要的特殊性，特制定孕期妇女、哺乳期妇女、6月龄内婴儿、7~24月龄婴幼儿、学龄前儿童、学龄儿童、一般老年人、高龄老年人及素食人群共9个特定人群膳食指南。

由于备孕期和孕期妇女在膳食、营养和身体活动方面具有很多相似特征，此次将备孕期和孕期妇女膳食指南合并。老年人的期望寿命延长，老年人群特别是80岁及以上老年人的人数增加，其系统功能衰退更显著且常患多种慢性病，需要更专业、精细、个体化的指导，因此将老年人膳食指南细分为一般老年人和高龄老年人两个部分。

0~24月龄婴幼儿喂养指南，全面地给出了膳食准则和喂养指导，以期更好地指导婴幼儿母乳喂养和辅食添加。

对其他特定人群，均是在一般人群膳食指南的基础上给予了补充说明。因此在给2岁以上其他特定人群指导时，应结合一般人群膳食指南和特定人群膳食指南两部分的内容，以期更好地指导孕期、哺乳期妇女的营养，儿童生长发育快速增长时期的合理饮食，适应老年人生理变化和营养需求的膳食安排，预防素食人群营养缺乏，保障营养充足。

