**دانشگاه علوم پزشکی لرستان**

**مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی**

اطلاعات درس :

نام درس : تغذیه و تغذیه درمانی نیمسال تحصیلی : 1404-1403

کد درس : 1111405 گروه آموزشی : پرستاری

دانشکده : پرستاری دورود مقطع تحصیلی : کارشناسی پیوسته

تعداد واحد : 5.1 پیش نیاز درس : بیوشیمی

مدرسان درس :

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | نام ونام خانوادگی | مسئول درس | سهم تدریس | ایمیل |
|  | علیرضا خادم | علیرضا خادم | کامل | alirezakhadem@yahoo.com |

هدف کلی درس :

گسترش دانش دانشجو در زمینه نقش تغذیه در تامین سلامت فرد در دوره های مختلف زندگی به منظور پیشگیری از بروز سوتغذیه، ارتقاء دانش مربوط به مصرف مواد غذایی در زندگی روزمره وهمچنین آشنا کردن دانشجوی پرستاری با انواع رژیم های غذایی در بیماری های مختلف و بهداشت مواد غذایی مورد بحث قرار می گیرد.

هدف ویژه درس : (بطور کلی )

آشنایی فراگیران با :

1. مهمترین مشکلات تغذیه ای شایع درایران و جهان

2. فرآیند هضم و جذب و متابولیسم مواد غذایی

3. کربوهیدرات ها

4. پروتئین ها

5. چربی ها

6. انواع رژیم های بیمارستانی

7. تغذیه درمانی در بیماری های گوارش فوقانی

8. تغذیه درمانی در بیماری های گوارش تحتانی

9. تغذیه در کم خونی ها

10. تغذیه در بیماری های قلبی وعروقی

11. تغذیه در چاقی

12. تغذیه در دیابت

13. تغذیه در سرطان

14. راهنمایی برنامه غذایی و اصول تنظیم برنامه های غذایی، آشنایی با هرم مواد غذایی، معرفی گروه های غذایی

شرح کلی درس :

این درس دانشجویان را با اصول تغذیه، ترکیبات مواد غذایی، نقش تغذیه در ارتقا سطح سلامت و بررسی وضعیت تغذیه ای آشنا نموده و در نهایت انواع رژیم های غذایی در بیماری های مختلف را مورد بحث قرار خواهد داد.

وظایف فراگیر :

حضور به موقع در کلاس

انجام ارائه کلاسی

مشارکت داشتن در بحث های کلاسی

دقت دریادگیری مطالب آموزش داده شده

قوانین کلاس :

انجام حضور و غیاب

لزوم مشارکت تمام دانشجویان در بحث های کلاسی

لزوم ارائه کلاسی توسط تمام دانشجویان

رعایت نظم کلاس توسط دانشجویان

منابع اصلی و فرعی :

منبع انگلیسی:  **L. Kathleen mahan, Sylvia Escott-Stump (Eds). Kraus’s food, Nutrition & Diet Therapy (15th ed). Philadelphia: 2023.**

**Dudak, S. (2018). Nutrition Essential for Nursing Practice (8th ed). Philadelphia: Lippincott.s**

منابع فارسی :

تامپسون، سینتیا. (1398). تغذیه: پیشگیری و درمان. ترجمه داریوش کوهی کمالی. چاپ دوم.

فاکس، برایان آنتونی، کامرون، آلن چی (1376). دانش غذا، تغذیه و سلامتی، ترجمه داریوش کوهی کمالی، تهران: فارابی.

رهنمود های غذائی ایران، دکتر زهرا عبداللهی و همکاران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، معاونت بهداشتی 1398

اصول تغذیه پزشکی، ترجمه دکتر فرزاد شیدفر و همکاران، نشر جامعه نگر، 1396( سر فصل مصوب)

تغذیه و تغذیه درمانی در پرستاری؛ زهرا تذکری؛ نشر جامعه نگر؛1398.

تغذیه در بیمارستان؛ یاسمن پوراندیش؛ انتشارات کتاب ونوس؛1397.

شیوه تدریس :

شیوه ارائه درس : حضوری

بستر ارائه درس : در دسترس بودن تجهیزات لازم برای آموزش و وجود هماهنگی های لازم بین دانشجویان، اساتیدو واحد آموزش

روش های ارائه درس : سخنرانی، بحث و گفتگو، پرسش و پاسخ و مشارکت دانشجویان

وسایل کمک آموزشی : کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، وایت بورد، ماژیک

تکالیف فراگیران :

ارائه کلاسی

ارزیابی فراگیران :

* پرسش و پاسخ و آزمون پایان ترم
* حضور و غیاب و ارائه کلاسی

دانشگاه علوم پزشکی لرستان

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

جلسات درس :

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | روز و تاریخ | موضوع | اهداف کلی | منابع |
| 1 | چهارشنبه  01/12/1403 | مهمترین مشکلات تغذیه ای شایع درایران و جهان | شناخت مشکلات شایع تغذیه در ایران و جهان |  |
| 2 | چهارشنبه  08/12/1403 | فرآیند هضم و جذب و متابولیسم مواد غذایی | آشنایی با فرآیند هضم و جذب و متابولیسم مواد غذایی |  |
| 3 | چهارشنبه  15/12/1403 | راهنمایی برنامه غذایی و اصول تنظیم برنامه های غذایی، آشنایی با هرم مواد غذایی، معرفی گروه های غذایی | آشنایی با استاندارد های تغذیه ای و میزان هر سهم از مواد غذایی |  |
| 4 | چهارشنبه  22/12/1403 | کربوهیدرات ها | آشنایی با ساختار، هضم و جذب، متابولیسم و عملکرد کربوهیدرات ها |  |
| 5 | چهارشنبه  20/01/1404 | پروتئین ها | آشنایی با ساختار، هضم و جذب، متابولیسم و عملکرد پروتئین ها |  |
| 6 | چهارشنبه  27/01/1404 | چربی ها | آشنایی با ساختار، هضم و جذب، متابولیسم و عملکرد چربی ها |  |
| 7 | چهارشنبه  03/02/1404 | انواع رژیم های بیمارستانی | آشنایی با انواع رژیم های بیمارستانی و کاربرد آنها در بیماری  های مختلف |  |
| 8 | چهارشنبه  10/02/1404 | تغذیه در کم خونی ها | آشنایی با انواع کم خونی ها و  تغذیه درمانی در این بیماران |  |
| 9 | چهارشنبه  17/02/1404 | تغذیه درمانی در بیماری های گوارش فوقانی | آشنایی با انواع بیماریهای گوارشی فوقانی و تغذیه درمانی در این بیماران |  |
| 10 | چهارشنبه  24/02/1404 | تغذیه درمانی در بیماری های گوارش تحتانی | آشنایی با انواع بیماریهای گوارشی تحتانی و تغذیه درمانی در این بیماران |  |
| 12 | چهارشنبه  31/02/1404 | تغذیه در چاقی | آشنایی با عوامل ایجاد کننده چاقی و راهکارهای کنترلی و درمانی چاقی |  |
| 13 | چهارشنبه  07/03/1404 | تغذیه در دیابت | آشنایی با انواع دیابت، علل ایجاد کننده آن و راهکارهای پیشگیری و کنترلی آن |  |