

بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

دانشکده پرستاری واحد اسلام آباد

مخاطبان: دانشجویان ترم دوم کارشناسی پرستاری

عنوان درس: تغذیه و تغذیه درمانی

ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر: شنبه ها ۱۱ تا ۱۲

تعداد و نوع واحد: ۱.۵ واحد نظری

مدرس: دکتر داود سلیمانی

زمان ارائه درس: یکشنبه ها ساعت ۸ تا ۱۲

درس پیش نیاز: بیوشیمی

هدف کلی درس :

آشنایی مخاطبان با با علم تغذیه است و کاربرد آن در تنظیم برنامه های مراقبت تغذیه ای در عرصه های بالینی

اهداف کلی جلسات

- ۱- آشنایی فراگیران با نیاز بدن به انرژی در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی
- ۲- آشنایی فراگیران با نیاز بدن به کربوهیدرات ها در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی
- ۳- آشنایی فراگیران با نیاز بدن به پروتئین در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی
- ۴- آشنایی فراگیران با نیاز بدن به چربی ها در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی
- ۵- آشنایی فراگیران با نیاز بدن به ویتامین های محلول در چربی و اب در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی
- ۶- آشنایی فراگیران با نیاز بدن به املاح در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی
- ۷- آشنایی فراگیران گروههای غذایی، هرم غذایی، الگوی غذایی و اصول تغذیه مناسب
- ۸- آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با اختلالات دستگاه گوارش فوقانی و تحتانی
- ۹- آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با اختلالات کلیوی
- ۱۰- آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با مشکلات قلبی و عروقی
- ۱۱- آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران دیابتی
- ۱۲- آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با استرس متابولیک

جلسه اول

هدف کلی: آشنایی فراگیران با نیاز بدن به انرژی در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی

اهداف ویژه:

۱-۱. آشنایی فراگیران با عوامل موثر بر میزان و برآورد نیاز بدن به انرژی

۱-۲. آشنایی فراگیران با عوامل تاثیرگذار بر میزان نیاز بدن به انرژی در بیمارها و استرس

در پایان دانشجو قادر خواهد بود:

۱-۱. فراگیر قادر است میزان انرژی مورد نیاز بدن خود را تخمین نماید.

جلسه دوم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با نیاز بدن به کربوهیدرات ها در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی

اهداف ویژه:

۲-۱. آشنایی فراگیران با انواع کربوهیدرات

۲-۲. آشنایی فراگیران با میزان نیاز بدن به کربوهیدرات ها در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی

۲-۳. آشنایی فراگیران با انواع فیبرهای غذایی و منابع غذایی آن

۲-۴. آشنایی فراگیران با نقش فیبر ها در سلامت و پیشگیری از بیمارها

در پایان دانشجو قادر خواهد بود:

۲-۱. فراگیر قادر است میزان کربوهیدرات مورد نیاز بدن خود را تخمین نماید.

۲-۲. فراگیر قادر است میزان فیبر مورد نیاز بدن خود را تخمین نماید.

جلسه سوم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با نیاز بدن به پروتئین در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی

اهداف ویژه:

۳-۱. آشنایی فراگیران با انواع آمینو اسیدها و نقش آنها در سلامت بدن

۳-۲. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به پروتئین در شرایط عادی

۳-۳. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به پروتئین در در حالات خاص فیزیولوژیکی

۳-۴. آشنایی فراگیران با انواع پروتئین های با کیفیت بالا و پایین

۳-۵. آشنایی فراگیران با روش های ارتقاء کیفیت پروتئین های مختلف

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۳-۱. فراگیر قادر است میزان پروتئین مورد نیاز بدن خود را تخمین نماید.

۳-۲. فراگیر قادر است راههای افزایش کیفیت پروتئین در رژیم غذایی خود را بکار گیرد.

جلسه چهارم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با نیاز بدن به چربی ها در شرایط عادی و در حالات فیزیولوژیکی

اهداف ویژه:

۴-۱. آشنایی فراگیران با انواع چربی ها و منابع غذایی آنها

۴-۲. آشنایی فراگیران با انواع چربی های ضروری و غیر ضروری مورد نیاز بدن

۴-۳. آشنایی فراگیران با با میزان نیاز بدن به چربی ها در شرایط فیزیولوژیک و پاتولوژیکی

۴-۴. آشنایی فراگیران با چربی های امگا ۳ و ۶ مورد نیاز بدن

۴-۵. آشنایی فراگیران با نقش اسیدهای چرب امگا ۳ و ۶ در بدن و کنترل مسیرهای التهابی در بدن

۴-۶. آشنایی فراگیران با ماهیان و ایزیان به عنوان منبع غنی اسیدهای چرب ضروری مورد نیاز بدن

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۴-۱. فراگیر قادر است میزان چربی مورد نیاز بدن خود را تخمین نماید.

۴-۲. نقش انواع چربی ها در کاهش یا افزایش التهاب در بدن را به طور کامل تشریح نماید.

۴-۳. مضرات مصرف چربی های حیوانی، اشباع گیاهی را برای اعضاء خانواده خود تشریح و منابع چربی های مفید را به آنها ارائه خواهد داد.

جلسه پنجم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با نیاز بدن به ویتامین های محلول در چربی و اب در شرایط عادی و در حالات فیزیولوژیکی

اهداف ویژه:

۵-۱. آشنایی فراگیران با ویتامین محلول در آب و نقش آن در سلامت بدن و در شرایط عادی و در حالات فیزیولوژیکی

۵-۲. آشنایی فراگیران با ویتامین محلول در چربی و نقش آن در سلامت بدن و در شرایط عادی و در حالات فیزیولوژیکی

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۵-۱. منابع غذایی غنی از انواع ویتامین های محلول در چربی و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید.

۵-۲. منابع غذایی غنی از انواع ویتامین های محلول در آب و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید.

جلسه ششم :

هدف کلی: آشنایی فراگیران با نیاز بدن به املاح مورد نیاز در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی

اهداف ویژه:

۶-۱. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به آهن و نقش آن در سلامت بدن

۶-۲. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به روی و نقش آن در سلامت بدن

۶-۳. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به مس و نقش آن در سلامت بدن

۶-۴. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به ید و نقش آن در سلامت بدن

۶-۵. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به سلنیوم و نقش آن در سلامت بدن

۶-۶. آشنایی فراگیران با نیاز بدن به کروم و نقش آن در سلامت بدن

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۶-۱. منابع غنی از آهن و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید.

۶-۲. منابع غنی از روی و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید.

۶-۳. منابع غنی از مس و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید

۶-۴. منابع غنی از ید و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید.

۶-۵. منابع غنی از سلنیوم و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید.

۶-۶. منابع غنی از کروم و نقش آن در سلامت بدن را تشریح نماید.

جلسه هفتم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با گروههای غذایی، الگوهای غذایی، هرم غذایی و اصول تغذیه مناسب

اهداف ویژه:

۷-۱. آشنایی فراگیران با الگوهای غذایی غالب در جامعه و الگوی مدیترانه ای و هرم تغذیه

۷-۲. آشنایی فراگیران با انواع گروههای غذایی و نیاز بدن به آنها

۷-۳. آشنایی فراگیران با اصل تعادل و تنوع در رژیم غذایی صحیح

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۷-۱. نقش الگوهای و گروههای در هرم تغذیه ای را به طور کامل تشریح نماید

۷-۲. عادات تغذیه ای نادرست خود را تصحیح نماید و یک برنامه غذایی صحیح برای خود اتخاذ نماید.

جلسه هشتم:

هدف کلی: آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با اختلالات دستگاه گوارش فوقانی و تحتانی

اهداف ویژه:

۸-۱. آشنایی مخاطبان با اصول تغذیه در بیماریهای کبدی

۸-۲. آشنایی مخاطبان با اصول تغذیه در بیماریهای کیسه صفرا

۸-۳. آشنایی مخاطبان با اصول تغذیه در بیماریهای پانکراسی

۸-۴. آشنایی مخاطبان با اصول تغذیه در بیماری التهابی روده

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۸-۱. دانشجو قادر خواهد بود اصول و نکات تغذیه در بیماریهای شایع گوارشی را تشریح نماید.

جلسه نهم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با اختلالات کلیوی

اهداف ویژه:

۹-۱. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با سنگ های کلیوی

۹-۲. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با نارسایی حاد کلیوی

۹-۳. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با نارسایی مزمن کلیوی

۹-۴. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران دیالیزی

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۹-۱. دانشجوی قادر خواهد بود اصول و نکات تغذیه در بیماریهای شایع کلیوی را تشریح نماید

جلسه دهم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران قلبی و عروقی

اهداف ویژه:

۱-۱۰. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران مبتلا به فشار خون بالا

۲-۱۰. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی

۱۰-۳. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران مبتلا به اترواسکلروز و اختلالات چربی خون

۱۰-۴. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران پیوند قلبی

در پایان دانشجو قادر خواهد بود:

۱-۱۰. دانشجوی قادر خواهد بود اصول و نکات تغذیه در بیماریهای شایع قلبی و عروقی را تشریح نماید

جلسه یازدهم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران دیابتی

اهداف ویژه:

۱-۱۱. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران مبتلا دیابت تیپ ۲

۲-۱۱. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران مبتلا به دیابت بارداری

۱۱-۳. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران دیابتی با علائم هیپوگلیسمی

در پایان دانشجو قادر خواهد بود:

۱-۱۱. دانشجوی قادر خواهد بود اصول و نکات تغذیه در بیماران دیابتی را تشریح نماید

جلسه دوازدهم

هدف کلی: آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با استرس متابولیکی

اهداف ویژه:

۱-۱۲. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران تروما و سپسیس

۱۲-۲. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در سوختگی ها

۱۲-۳. آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در جراحی ها

در پایان دانشجو قادر خواهد بود :

۱۲-۱. دانشجو قادر خواهد بود اصول و نکات تغذیه در بیماران با استرس متابولیکی را تشریح نماید

جلسه سیزدهم

امتحان پایان ترم

منابع :

1. Eleanor, N. Whitney. J. 2000. Nutrition for health and health Care, 2thed Belmont Wads Worth.
2. Mahan, L.k. and Escott-Stump, S. 2000. Krause's food, nutrition and Diet therapy, 4thed, W.B Saunders Co, Philadelphia.
3. Passmore, R, Eastwood, M.A. 1993. Davidson & Passmore. Human nutrition and dietetics. 9th edition, Churchill Livingstone, London.
4. Shaw, V. and Lawson. M, 2001, Clinical pediatric dietetics. Blackwell Scientific.
5. Shils, M.E., Olson J.A. and Shike M. 2000 Modern nutrition in health and disease. Lee Febiger.
6. Sue R.W, 2000. Basic nutrition and diet therapy, 11th ed. Mosby College Public.

روش تدریس:

سخنرانی، سخنرانی، بحث گروهی در سامانه نوید

وسایل و رسانه های کمک آموزشی :

پاورپینت، سامانه آموزش از راه دور نوید، اسکایپ، ادوب کانکت

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	سهم از نمره کل (درصد)	روش	آزمون
-	تمام جلسات	۱۰٪	شفاهی	کوئیز
مطابق برنامه اعلامی	مطابق برنامه اعلامی	۴۰٪	تشریحی	آزمون میان ترم
مطابق برنامه اعلامی	مطابق برنامه اعلامی	۴۰٪	تشریحی	آزمون پایان ترم
-	-	۱۰٪	تکالیف	حضور فعال

مقررات درس و انتظارات از دانشجو:

از دانشجویان محترم انتظار می رود:

- ۱- حضور منظم و دقیق در سامانه ی نوید داشته باشند و تکالیف هر جلسه را بموقع انجام دهند .
- ۲- از دیگر منابع و سایت های معتبر علمی استفاده نمایند.
- ۳- با اساتید ذکر شده برای برگزاری کلاس ها هماهنگ باشند .

جدول زمانبندی درس تغذیه و تغذیه درمانی

روز و ساعت جلسه : دوشنبه ها ساعت (۸-۱۲) مکان: دانشکده پرستاری واحد اسلام آباد

جلسه	موضوع درس	مدرس	تاریخ	روش تدریس (نرم افزار/ وسیله کمک آموزشی)
۱	آشنایی فراگیران با نیاز بدن به انرژی در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۹	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۲	آشنایی فراگیران با نیاز بدن به کربوهیدرات ها در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۹	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۳	آشنایی فراگیران با نیاز بدن به پروتئین در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۱۶	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۴	آشنایی فراگیران با نیاز بدن به چربی ها در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۱۶	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۵	آشنایی فراگیران با نیاز بدن به ویتامین های محلول در چربی و اب در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۲۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۶	آشنایی فراگیران با نیاز بدن به املاح در شرایط عادی و در حالات خاص فیزیولوژیکی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۲۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۷	آشنایی فراگیران گروههای غذایی، هرم غذایی، الگوی غذایی و اصول تغذیه مناسب	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۳۰	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۸	آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با اختلالات دستگاه گوارش فوقانی و تحتانی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۷/۳۰	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۹	آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با اختلالات کلیوی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۸/۷	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۱۰	آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با مشکلات قلبی و عروقی	دکتر سلیمانی	۱۴۰۲/۸/۷	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)

سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)	۱۴۰۲/۸/۱۵	دکتر سلیمانی	آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران دیابتی	۱۱
سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)	۱۴۰۲/۸/۱۵	دکتر سلیمانی	آشنایی فراگیران با اصول تغذیه در بیماران با استرس متابولیک	۱۲
امتحان پایان ترم				۱۳

تاریخ تحویل: ۱۴۰۲/۶/۱۸

نام و امضای مدرس: دکتر داود سلیمانی

نام و امضای مدیر گروه: دکتر امیر صابر

نام و امضای مسئول EDO دانشکده: دکتر معین بشیری