**دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی زابل**

**معاونت آموزشی**

**مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی دانشگاه علوم پزشکی**

فرم طرح درس روزانه

|  |
| --- |
| **دانشکده: بهداشت نام مدرس: دکتر فهیمه خوشابی رتبه علمی:استادیار** |
| **نام درس: تغذیه و رژیم های درمانی در بیمارستان کد درس: 730034 نوع درس(تئوری /عملی): تئوری تعداد واحد : 1 میزان ساعت : 17** |
| **رشته تحصیلی فراگیران مدیریت مقطع تحصیلی فراگیران : کارشناسی نیمسال ارائه درس: نیمسال اول 98-99** |

**\*موارد مدنظر ارزشیابی:**

**حضور فعال در کلاس ▄ سئوالات کلاسی ▄ امتحان میان ترم ▄ پروژه درسی کنفرانس – ترجمه فعالیت علمی و گزارش کار ▄ امتحان پایان نیمسال سایر▄**

**\*منابع درسی مورد استفاده :**

کتلین ماهان ال ،اسکات استامپ سیلویا. فرشچی حمیدرضا ، مجد امنه، نگهبان فرزانه. اصول تغذیه و رژیم درمانی. چاپ سوم نشر بشری، مرکز نشر علوم پزشکی با همکاری نشر تحفه، 1394.

Kathleen Mahan L. Raymond JL. Krause´s, FOOD& the Nutrition Care Process. 14th Ed., St. Louis, Missouri: Elsevier, 2017

Mahan L.K. Kruse food and nutrition therapy in medical diseases.6th, Washington, 2013.

Catharine R. Modern nutrition in food and diseases.11th, Philadelphia, 2012..

Garrow J.S, Ralph m. Human Nutrition & dietetics, 10th (ed) Churchill Livingstone, 2006

**شرحي از درس: امروزه بیش از هر زمان دیگر نقش تغذیه دربروز ، پیشگیری ، درمان، طول دوره نقاهتب یماری ها مشخص شده است. بسیاری از بیماری ها در کنار تغذیه مطلوب می تواند به طول مدت درمان کمتری ختم شود. اشنایی دانشجویان در زمینه تغذیه و رژیم های غذایی خاص برای بیماریهای مختلف می تواند در کمک رسانی به بیماران بستری و ارزیابی وضعیت تغذیه ای انها و نهایتا بهبود انها نقش مهمی داشته باشد**

**\*هدف کلی درس :**

**شناخت دانشجویان از اصول و بکارگیری رژیم های درمانی در بیمارستان جهت مراقبت از بیماران در دوره درمان و در نتیجه حفظ سلامت انها**

اهداف كلی درس:

الف: در مبحث تغذیه

1. تعریف تغذیه ؛ تاریخچه علم تغذیه
2. اهمیت تغذیه در پیشگیری از بیماری ها و حفظ سلامت
3. نقش تغذیه در طیف سلامت و بیماری
4. جایگاه تغذیه در خدمات اولیه بهداشتی
5. تعریف ( غذا ، مواد مغذی ، گروه های غذایی، تغذیه صحیح و مناسب و سالم
6. نقش فیزیولوژیک ومنابع مواد مغذی به تفکیک :

الف: کربوهیدرات ها ، انواع ان، نقش ان در برنامه های غذایی و بدن و منابع ان

ب: چربی ها ، اسیدهای چرب ضروری ، انواع ان، خواص ان ، نقش ان در برنامه غذایی و بدن و منابع ان

ج: پروتئین ، انواع ان، نقش ان در برنامه غذایی و بدن ، منابع مهم ان

د: ویتامین ها

* محلول در اب
* محلول در چربی

نقش فیزیولوژیک ویتامین ها و منابع ان و کمبودهای ان

ه- املاح ، نقش فیزیولوژیک ان در بدن ، منابع ان ، کمبودهای ید، اهن و کلسیم

* ارزیابی وضع تغذیه در ایران
* تعریف سوء تغذیه و انواع ان و راه های شناسایی سوء تغذیه، درجات سوء تغذیه در ایران و جهان، دلایل ایجاد سوء تغذیه در گروه های سنی

نقش تغذیه در گرو های اسیب پذیر

**ب: مبحث رژیم های غذایی بیمارستان**

**-اشنایی با انواع رژیم های غذایی بیمارستانی و موارد استفاده از ان**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **شماره جلسه** | **اهداف اختصاصی (رئوس مطالب همان جلسه)** | **اهداف ویژه رفتاری همان جلسه(دانشجو پس از ارائه درس قادر خواهد بود)** | **حیطه ایجاد تغییرات پس از آموزش ( شناختی،روان حرکتی،عاطفی)** | **روش های یاددهی-یادگیری** | **مواد و وسایل آموزشی** | **تکالیف دانشجو** |
| **اول** | **مقدمه و بیان اهداف درس** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- اهمیت درس تغذیه در ارتباط با رشته مدیریت را بیان نماید.**  **2- اشنایی با تاریخچه علم تغذیه و رژیم درمانی**  **3- مفاهیم Nutrition, Diet therapy, Food, Malnutrition, Over nutrition, Under nutrition, Nutrients, Macro& Micro nutrients را تعریف و در مورد انها توضیح دهد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **دوم** | **آشنايي فراگيران با مبحث كربوهيدراتها** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- نقش واهمیت كربوهيدراتها رادر تغذيه انسان توضيح دهد.**  **2- انواع كربوهيدراتها ومنابع آنها را نام ببرد.**  **3- در مورد گلیکوژنز و لیپوژنز توصیح دهد.**  **4- در مورد متابولیسم کربوهیدرات ها مختصرا توضیح دهد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **سوم** | **آشنايي فراگيران با مبحث چربيها** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- در مورد اهميت چربيها در رژیم غذایی توضيح دهد.**  **2- در مورد نقش واهميت چربيها در بدن توضيح دهد.**  **3- انواع اسیدهای جرب ضروری برای انسان را نام ببرد.**  **4- علائم بالینی ناشی از کمبود اسیدهای چرب را بیان کند.**  **5- در مورد متابولیسم چربی ها به طور مختصر توضیح دهد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **چهارم** | **آشنايي فراگيران با مبحث پروتئينها** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- در مورد اهمیت پروتئین ها در رژیم غذایی انسان توضیح دهد.**  **2- منابع عمده پروتئین را بشناسد و در مورد انها توضیح دهد.**  **3- انواع اسيدهاي آمينه واهميت تغذيه اي آنها را بيان كند. مفهوم اسید امینه محدود کننده را بیان کند.**  **4- تفاوت میان پروتئین های گیاهی و جانوری را از نظر امینواسیدهای ضروری بیان نماید.**  **4- نقش پروتئينها رادر بدن شرح دهد.**  **5- در مورد تعادل ازته و انواع ان توضیح دهد**  **6- در مورد متابولیسم پروتئین ها توضیح دهد.**  **7- در مورد بیماری هایی که مرتبط با کمبود پروتئین و انرژی هستند توضیح دهد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **پنجم** | **: آشنايي فراگيران با انواع ویتامین ها،**  **دلیل نامگذاری ویتامین های محلول در اب و بررسی ویتامین هاب محلول در اب از قبیل تیامین ، ریبوفلاوین و نیاسین**  **، اسید فولیک و ویتامین B6&B12 و اشنایی بامنابع غذایی این ویتامین ها.** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- اهميت ونقش ويتامين ها را در بدن توضيح دهد.**  **2- انواع ويتامين ها ودلايل نام گذاري آنها را شرح دهد.**  **3 عملکرد ويتامين های محلول در اب( تیامین ، ریبوفلاوین و نیاسین ، اسید فولیک و ویتامین B6&B12 ) را بیان نماید.**  **4- علائم بالینی ناشی از کمبود ويتامين های محلول در اب( تیامین ، ریبوفلاوین و نیاسین، اسید فولیک و ویتامین B6&B12 ) را نام ببرد.**  **3- منابع غذایی این ویتامین ها را نام ببرد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **ششم** | **ادامه مبحث آشنايي فراگيران با انواع ویتامین ها،**  **دلیل نامگذاری ویتامین های محلول در چربی و بررسی ویتامین هاب محلول در اب از قبیل A,D,E&K**  **و اشنایی بامنابع غذایی این ویتامین ها.** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- اهميت ونقش ويتامين ها را در بدن توضيح دهد.**  **2- انواع ويتامين ها ودلايل نام گذاري آنها را شرح دهد.**  **3 عملکرد ويتامين های محلول در چربی( تیامین ، ریبوفلاوین و نیاسین ، اسید فولیک و ویتامین B6&B12 ) را بیان نماید.**  **4- علائم بالینی ناشی از کمبود ويتامين های محلول در اب(A,D,E&K) را نام ببرد.**  **5- منابع غذایی این ویتامین ها را نام ببرد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **هفتم** | **آشنايي با املاح ( مواد معدنی)** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- اهميت مواد معدني رادر بدن توضيح دهد.**  **2- در مورد نقش تغذيه اي مواد معدنی از قبیل کلسیم، فسفر و در بدن بنويسد.**  **3- علائم باليني ناشي از سوءتغذيه کلسیم و فسفر را بیان کند.**  **4- مواد غذایی حاوی این عناصر را نام ببرد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **هشتم** | **ادامه مبحث مواد معدنی** | **دانشجو بايد بتواند:**  **.**  **1- در مورد نقش تغذيه اي مواد معدنی از اهن و روی در بدن بنويسد.**  **2- علائم باليني ناشي از سوءتغذيه اهن و روی را بیان کند.**  **3- مواد غذایی حاوی این عناصر را نام ببرد.** | **حیطه شناختی** | **سخنرانی وپرسش و پاسخ وبحث گروهی** | **پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک** | - حضور به موقع در کلاس  2- شرکت فعالانه در کلاس  3- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از انها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند. |
| **نهم** | **امتحان پایان ترم** |  |  |  |  |  |

**\*شرح مختصری از درس : (برای هر جلسه تنظیم گردد)**

**روش های یادهی-یادگیریمی تواند شامل : سخنرانی ،بحث در گروهای کوچک ،نمایشی ،پرسش و پاسخ ،حل مسئله (pbl)،گردش علمی ،آزمایشگاهی ،یادگیری بر اساس case و غیره**