**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: 28 نوع درس(تئوری /عملی): تئوری تعداد واحد : 2 میزان ساعت : 34** |
| **رشته تحصیلی فراگیران مدیریت مقطع تحصیلی فراگیران : کارشناسی نیمسال ارائه درس: نیمسال اول 98-97** |

**\*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.

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** | **آشنايي با اصول کلی تنظیم برنامه های غذایی** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- انواع گروه های غذایی را نام برده ودر مورد مقادیر توصیه شده روزانه انها توضیح دهد.**  **2- در مورد جدول جانشینی مواد غذایی و هرم غذایی توضیح دهد.**  **3- تفاوت جدول جانشینی مواد غذایی و هرم مواد غذایی را شرح دهد.**  **4- مفهوم RDA رابیان نماید.**  **5- نحوه استفاده از جدول RDA را 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. |
| **دهم** | **اشنایی با مبحث رژیم درمانی و انواع رژیم های غذایی د رمانی** | **دانشجو بايد بتواند**  **1- رژیم درمانی را تعریف کند.**  **1- اشنایی با انواع رژیم های غذایی بیمارستانی**  **2- اشنایی با رژیم های مایع و انواع ان و موارد مصرف**  **3- اشنایی با رژیم های نرم وموارد کاربرد انها را بیان کند**  **4- در مورد رژیم نرمال و ویژگی های ان توضیح دهد**  **5- در مورد رژیم تغییر یافته (Modified diet) و دلایل استفاده از ان توضیح دهد.**  **6- اشنایی با رژیم های کم کالری پر کالری و موارد مصرف انها**  **7- اشنایی با رژیم های کم پروتئین وپرپروتئین و موارد مصرف انها**  **8 - اشنایی با رژیم های کم چربی و کم نمک و موارد مصرف انها** | **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. |
| **یازدهم** | **رژیم درمانی در جراحی ها، سوختگی ها عفونت ها** | **دانشجو بايد بتواند:**  **- ویژگی رژیم های غذایی در این بیماران را بیان کند.**  **- اهمیت رژیم درمانی در این بیماران را درک نماید.**  **- مواد غذایی را که مناسب برای مصرف در این بیماران هستند 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. |
| **دوازدهم** | **رژیم درمانی در بیماری های متابولیک از قبیل دیابت و بیماری های قلبی و عروقی** | **دانشجو بايد بتواند:**  **1- بیماری دیابت را تعریف نموده و انواع ان را نام ببرد.**  **2- علایم بالینی دیابت را بیان نماید**  **3- عواملی را که در ایجاد بیماری دیابت نقش دارند را نام ببرد.**  **4- اهداف تفریه درمانی در بیماری دیابت ملیتوس را بیان نماید.**  **5- تفوت های میان دیابت وابسته به انسولین و غیر وابسته به انسولین را بیان نماید.**  **6- در مورد انواع انسولین و نحوه عملکرد و رژیم درمانی تجویز شده و وعده های غذایی باتوجه به نوع انسولین توضیح دهد.**  **7- در مورد شاخص گلیسمیک و عوامل موثر بر ان شرح 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. |
| **سیزدهم** | **رژیم درمانی دربیماری های قلبی و عروقی(CVD)** | **دانشجو بايد بتواند:**  **- اترواسکلروزیس را تعریف نماید.**  **- عواملی و شرایطی را که در ابجاد اترواسکلروزیس نقش دارند راشناخته و ا نها را لیست نماید.**  **- در موردرابطه بین بیماری قلبی و عروقی ورژیم غذایی توضیح دهد.**  **- عوامل خطر در ایجاد بیماری CVD را بیان نماید.**  **- مواد غذایی غیر مجاز برای بیماران مبتلا به CVD را نام ببرد.**  **- اهداف تغذیه درمانی رادر بیماران مبتلا به CVD بیان نماید.**  **- مشخصات رژیم های غذایی برای این بیماران را بیان کند.** | **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. |
| **چهاردهم** | **رژیم درمانی در بیماران کلیوی** | **دانشجو بايد بتواند:**  **- مواردی را که سبب افزایش مواد زاید در کلیه می شوند را نام ببرد.**  **- اختلالات کلیوی را نام برده و در مورد انها توضیح دهد.**  **- در مورد گلومرونفریت حاد و علائم مشخصه ان توضیح دهد.**  **- ویژگی های رژیم غذایی مناسب برای این بیماران توضیح دهدو مواد مغذی مورد نیاز برای بیمار را با توجه به ویژگی افراد بیان نماید.**  **- در مورد گلومرونفریت مزمن و علائم مشخصه ان توضیح دهد.**  **- ویژگی های رژیم غذایی مناسب برای این بیماران توضیح دهدو مواد مغذی مورد نیاز برای بیمار را با توجه به ویژگی افراد بیان نماید.** | **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. |
| **پانزدهم** | **ادامه مبحث رژیم درمانی در بیماران کلیوی** | **دانشجو بايد بتواند:**  **- در مورد سندرم نفروتیک و علائم مشخصه ان توضیح دهد.**  **- ویژگی های رژیم غذایی مناسب برای این بیماران توضیح دهدو مواد مغذی مورد نیاز برای بیمار را با توجه به ویژگی افراد بیان نماید.**  **- در مورد اورمی وعلایم مشخصه توضیح دهد.**  **- در مورد انواع دیالیز توصیح دهد.**  **- در مورد رژیم غذایی و مواد مغذی تجویز شده در دیالیز پریتونیال توضیح دهد.**  **- در مورد همودیالیز و رژیم غذایی مناسب برای این بیماران 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. |
| **شانزدهم** | **اشنایی با رژیم های غذایی قبل و بعد از عمل جراحی و رژیم غذایی برای بیماران سرطانی** | **دانشجو بايد بتواند:**  **- در مورد ویژگی های رژیم های غذایی قبل و بعد از عمل جراحی توضیح دهد.**  **- در موردویژگی های رژیم غذایی مناسب برای بیماران سرطانی 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 |
| **هفدهم** | **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**