**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: ازمایشگاه ارزیابی وضع تغذیه کد درس: نوع درس(تئوری /عملی): عملی تعداد واحد : 1 میزان ساعت : 34** |
| **رشته تحصیلی فراگیران: تغذیه مقطع تحصیلی فراگیران : کارشناسی نیمسال ارائه درس: اول 98-97** |

**\*موارد مدنظر ارزشیابی:**

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

**\*منابع درسی مورد استفاده :**

منابع اصلی تدریس درس مورد نظر:

Jelliffe and Jelliffe. Assessment of nutritional status. Oxford University Press, New York.1995.

Barkauskas VH, Baumann LC, Darling- Fisher CS. Health and Physical Assessment. Mosby , Philadelphia.2000.

Pressman AH, Adams AH. Clinical Assessment of nutritional status. Williams& Wilkins.2004.

1. زراتی میترا ، بیطرفان ویدا. اصول ارزیابی وضعیت تغذیه . ناشر گروه تالیفی دکتر خلیلی. چاپ اول.تهران .1391
2. منصور صابری. تغذیه و رژیم درمانی. چاپ دوم، ویرایش چهارم. انتشارات کتاب میر، تهران 1390

فرم تنظیم طرح درس

**\* شرح مختصری از درس :** تغذیه علمی مربوط به پیشگیری بوده ، لذا بسیار حائز اهمیت می باشد که افراد اگاه و تحصیل کرده در این رشته از مهارتهای کافی جهت تشخیص و شناخت مشکلات تغذیه ای برخوردار باشند. امروزه در دنیا روش های گوناگونی وجود دارد تا از طریف انها بتوان افراد در معرض خطر و یا افراد مبتلا را شناسایی و بتوان انها را درمان کرد. لذا حائز اهمیت است که کارشناسان تغذیه و حتی اعضای تیم پزشکی با این روش ها اشناباشند. تا بتوانند از توانمندی های خود چه در زمینه غربال گری و چه در موارد حاداستفاده نمایند. بی شک بسیاری از کمبودهای تغدیه ای در مراخل ابتدایی بدون علامت و عارضه بوده و صرفا از طریق انجام ازمایشات بیوشیمیایی که فاکتور کلیدی در ارزیابی های تغذیه ای است شناخته می شود.

 **هدف کلی درس:**

**بخش تئوری**: اهداف كلي درس: در پایان این دوره انتظار می رود دانشجو بتواند :

* پس ازاتمام این درس بتواند وضعیت تغذیه ای فرد را با استفاده از روش های مختلف ارزیابی نموده و بر اساس ان مشکلات تغذیه ای را تشخیص دهد.

الف – اهداف دانشی

* اشنایی با تاریخجه و اهمیت بررسی وضع تغذیه و اصطلاحات مربوطه
* مراحل وضع تغذیه را بداند
* روش های مختلف بررسی وضع تغذیه را به شرح زیر بیان کند:
* تاریخچه تغذیه ای و بررسی اقتصادی – اجتماعی ( عادات غذایی، اگاهی های تغذیه ای ، امنیت غذایی و امار بهداشتی)
* انواع بررسی های مصرف مواد غذایی (یادامد 24 ساعته خوراک، بسامد خوراک، یادداشت غذایی و مشاهده مستقیم)
* بررسی انتروپومتری ( قد ، وزن ، محیط اندام ها نمایه توده بدن و ضخامت چین پوستی)
* بررسی بیوشیمیایی و ازمایشگاهی ( پروفایل لیپیدها، کربوهیدرات هاپروتئین ها، هماتولوژی و ویتامین ها واملاح)
* بررسی بالینی( تشخیص علائم سوء تغذیه ناشی از کمبود دریافت و یا اضافه دریافت)
* استانداردها و خطوط مرزی هریک از روش های بررسی را توضیح دهد.
* ب- اهداف مهارتی
* در هریک از روش های بررسی شاخص های مورداستفاده در تشخیص سوء تغذیه های رایج را بکار برد.
* بر اساس تفاسیر داده ها ی اندازه گیری شده وضعیت تغذیه ای فرد را تشخیص دهد.

**بخش عملی:**

در این بخش دانشجویان عملا با تکنیک های اندازه گیری ازمایشگاهی ، ابزارهای تن سنجی ، ارزیابی مصرف مواد مغذی اشنا شده و انها را به صورت مطالعه موارد به کار بسته و تفسیر می نمایند.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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**  | اشنایی با لوازم ازمایشگاهی و نحوه استاندارد کردن انها | **استاندارد کردن لوازم و ابزار بررسی را انجام دهد** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی**  |
| **دوم** | کار با ترازو و قد سنج و سنجش قد و وزن و محاسبه BMI | سنجش قد و وزن در افراد مختلف و محاسیه ی BMI  | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **سوم** | تفسیر نتایج حاصل از اندازه گیری های قد ووزن و ترسیم منحنی رشد بر اساس استانداردهای موجود | ترسیم منحنی رشد | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **چهارم** | اندازه گیری محیط ها ( دور سر، دور سینه و دور کمر ودور مچ ..) | **محیط ها را اندازه گیری نماید و انها را با نتایج کار سایر دانشجویان مقایسه نماید.** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **پنجم** | تفسیر نتایج حاصل از اندازه گیری محیط ها ( دور سر، دور سینه و دور کمر و ..) بر اساس استانداردهای موجود | مقایسه و تفسیر نتایج با استفاده از استانداردهای موجود | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **ششم** | استفاده از کالیپر برای تعیین ضخامت چین پوستی و تفسیر نتایج داده های بدست امده بر اساس استانداردهای موجود | استفاده از کالیپر و اندازه گیری چین پوستی در مناطق مختلف بدن | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **هفتم** | کارعملی دانشجویان باانواع ترازو وقدسنج | **انواع ترازو و قد سنج را بشناسد و نحوه ی و موارد کاربرد انها را بداند** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **هشتم** | ادامه کارعملی دانشجویان و مقایسه و تفسیر نتایج با استانداردهایی موجود | **تفسیر نتایج با استانداردهای موجود و مقایسه کار خود با سایر دانشجویان**  | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **نهم** | اشنایی دانشجویان با نحوه بررسی و انالیز مواد غذایی | **نحوه ی استفاده از جدول ترکیبات مواد غذایی را بداند و بتواند رژیم غذایی را با توجه به جدول ترکیبات مواد غذایی انالیز نماید.** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **دهم** | اشنایی دانشجویان با نحوه بررسی و انالیز مواد غذایی | **نحوه ی استفاده از نرم افزار انالیز مواد غذایی را بداند و بتواند پرسشنامه های مربوط به FFQ را انالیز و تفسیر نماید** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **یازدهم** | اشنایی دانشجویان با نحوه بررسی و انالیز مواد غذایی | **نحوه ی استفاده از نرم افزار N4 را بداند و بتواند پرسشنامه های مربوط به 24-Recall Method را انالیز و تفسیر نماید** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **دوازدهم** | **اشنایی با روش های تن سنجی و استفاده از ابزار موجود در ازمایشگاه به منظور اندازه گیری های تن سنجی**  | **اشنایی و کار با انواع ترازو و قد سنج و نحوه ی اندازه گیری محیط های بدن** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **سیزدهم** | **ادامه مبحث : اشنایی با روش های تن سنجی و استفاده از ابزار موجود در ازمایشگاه به منظور اندازه گیری های تن سنجی** | **کار عملی در ازمایشگاه و تفسیر نتایج بدست امده با استفاده از استانداردهای موجود ومقایسه نتایج حاصله با نتایج سایر دانشجویان** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در ازمایشگاه** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **جهاردهم** | **ادامه مبحث : اشنایی با روش های تن سنجی و استفاده از ابزار موجود در ازمایشگاه به منظور اندازه گیری های تن سنجی** | **کار عملی در مراکز بهداشتی به منظور اشنایی و رسم مقادیر بدست امده ار اندازه گیری های انتروپومتریک در کارت رشد کودکان** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ابزار موجود در مراکز بهداشتی درمانی** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **پانزدهم** | **ادامه مبحث : اشنایی با روش های تن سنجی و استفاده از ابزار موجود در ازمایشگاه به منظور اندازه گیری های تن سنجی** | **کار عملی در مراکز بهداشتی به منظور اشنایی و رسم مقادیر بدست امده ار اندازه گیری های انتروپومتریک در کارت رشد کودکان** | **شناختی و روان حرکتی،عاطفی** | **کار عملی**  | **ا ابزار موجود در مراکز بهداشتی درمانی** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **شانزدهم** | **ادامه مبحث : اشنایی با روش های تن سنجی و استفاده از ابزار موجود در ازمایشگاه به منظور اندازه گیری های تن سنجی** | **کار عملی در مراکز بهداشتی به منظور اشنایی و رسم مقادیر بدست امده ار اندازه گیری های انتروپومتریک در کارت رشد کودکان** | شناختی و روان حرکتی،عاطفی | **کار عملی**  | **ابزار موجود در مراکز بهداشتی درمانی** | **نوشتن و ارائه ی گزارش نهایی** |
| **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**