

بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه
دانشکده بهداشت
قالب نگارش طرح درس
۹۵۹۵۹۵۹۵۹۵۹۵

عنوان درس : **تغذیه و تغذیه درمانی**

مخاطبان : دانشجویان ترم ۳ کارشناسی پرستاری سنقر

تعداد و نوع واحد : ۱/۵ واحد نظری

ساعت مشاوره : سه شنبه ۱۴-۱۳

درس پیش نیاز : بیوشیمی

زمان ارائه درس : سه شنبه ساعت ۱۶-۱۴

مدرس : دکتر عبداله زاد

نیمسال: اول ۹۶-۹۵

هدف کلی درس :

آشنا ساختن دانشجویان با اصول مراقبتهای تغذیه و رژیمهای غذایی در بیمارستان

اهداف کلی جلسات : (جهت هر جلسه یک هدف)

- ۱- اهمیت تغذیه در سلامتی و بیماریها، تعاریف و مفاهیم پایه علم تغذیه
- ۲- کربوهیدراتها: طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۳- پروتئینها: متابولیسم، هضم، جذب، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۴- لیپیدها: طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۵- ویتامین ها: طبقه بندی، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۶- مینرالها: طبقه بندی، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۷- رژیم های پایه بیمارستانی و رژیم غذایی پر کالری و پر پروتئین، کم چربی و کم نمک
- ۸- رژیم های غذایی در بیماریهای دستگاه گوارش، کبد و کیسه صفرا
- ۹- رژیم غذایی در اختلالات دستگاه ادراری
- ۱۰- رژیم غذایی در بیماریهای قلبی عروقی
- ۱۱- رژیم غذایی در دیابت
- ۱۲- رژیم غذایی در کم خونی ها، چاقی و لاغری

اهداف ویژه رفتاری به تفکیک اهداف کلی هر جلسه :

جلسه اول

هدف کلی : آشنایی با مبانی تغذیه

اهداف ویژه :

۱. آشنایی با اهمیت تغذیه در سلامتی و بیماریها
۲. آشنایی با تعاریف و مفاهیم پایه علم تغذیه

در پایان دانشجو قادر باشد :

۱. اهمیت تغذیه در سلامتی و بیماریها را توضیح دهد.

۲. تعاریف و مفاهیم پایه علم تغذیه را توضیح دهد.

جلسه دوم

هدف کلی: آشنایی با کربوهیدراتها

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم و نقش کربوهیدراتها
۲. آشنایی با بیماریهای مرتبط با کربوهیدراتها
۳. آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی کربوهیدراتها

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم و نقش کربوهیدراتها را توضیح دهد.
۲. بیماریهای مرتبط با کربوهیدراتها را توضیح دهد.
۳. مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی کربوهیدراتها را توضیح دهد.

جلسه سوم

هدف کلی: آشنایی با پروتئینها

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با هضم، جذب، متابولیسم و نقش پروتئینها
۲. آشنایی با بیماریهای مرتبط با پروتئینها
۳. آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی پروتئینها

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. هضم، جذب، متابولیسم و نقش پروتئینها را توضیح دهد.
۲. بیماریهای مرتبط با پروتئینها را توضیح دهد.
۳. مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی پروتئینها را توضیح دهد.

جلسه چهارم

هدف کلی: آشنایی با لیپیدها

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم و نقش لیپیدها
۲. آشنایی با بیماریهای مرتبط با لیپیدها
۳. آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی لیپیدها

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم و نقش لیپیدها را توضیح دهد.
۲. بیماریهای مرتبط با لیپیدها را توضیح دهد.
۳. مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی لیپیدها را توضیح دهد.

جلسه پنجم

هدف کلی: آشنایی با ویتامینها

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با طبقه بندی، جذب، متابولیسم و نقش ویتامینها
۲. آشنایی با بیماریهای مرتبط با ویتامینها
۳. آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی ویتامینها

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. طبقه بندی، جذب، متابولیسم و نقش ویتامینها را توضیح دهد.
۲. بیماریهای مرتبط با ویتامینها را توضیح دهد.
۳. مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی ویتامینها را توضیح دهد.

جلسه ششم

هدف کلی: آشنایی با مینرالها

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با طبقه بندی، جذب، متابولیسم و نقش مینرالها
۲. آشنایی با بیماریهای مرتبط با مینرالها
۳. آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی مینرالها

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. طبقه بندی، جذب، متابولیسم و نقش مینرالها را توضیح دهد.
۲. بیماریهای مرتبط با پروتئینها را مینرالها دهد.
۳. مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی مینرالها را توضیح دهد.

جلسه هفتم

هدف کلی: آشنایی با انواع رژیم های بیمارستانی

اهداف ویژه:

آشنایی با انواع رژیم های بیمارستانی (رژیم های پایه، رژیم غذایی پرکالری و پرپروتئین، کم چربی و کم نمک، مایع زلال و نرم)

در پایان دانشجو قادر باشد:

انواع رژیم های بیمارستانی (رژیم های پایه، رژیم غذایی پرکالری و پرپروتئین، کم چربی و کم نمک، مایع زلال و نرم) را توضیح دهد.

جلسه هشتم

هدف کلی: آشنایی با رژیم های غذایی در بیماریهای دستگاه گوارش

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با رژیم های غذایی در بیماریهای دستگاه گوارش
۲. آشنایی با رژیم های غذایی در بیماریهای کبد
۳. آشنایی با رژیم های غذایی در بیماری کیسه صفرا

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. رژیم های غذایی در بیماریهای دستگاه گوارش را توضیح دهد.

۲. رژیم های غذایی در بیماریهای کبد را توضیح دهد.
۳. رژیم های غذایی در بیماری کیسه صفرا را توضیح دهد.

جلسه نهم

هدف کلی: آشنایی با رژیمهای غذایی در اختلالات دستگاه ادراری

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با رژیم غذایی در بیماریهای حاد و مزمن کلیه
۲. آشنایی با رژیم غذایی در دیالیز و پیوند کلیه
۳. آشنایی با رژیم غذایی در سنگهای کلیه

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. رژیم غذایی در بیماریهای حاد و مزمن کلیه را توضیح دهد.
۲. رژیم غذایی در دیالیز و پیوند کلیه را توضیح دهد.
۳. رژیم غذایی در سنگهای کلیه را توضیح دهد.

جلسه دهم

هدف کلی: آشنایی با رژیم غذایی در بیماریهای قلبی عروقی

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با رژیم غذایی در نارساییهای قلبی
۲. آشنایی با رژیم غذایی در بیماران هیپرلیپیدمیک
۳. آشنایی با رژیم غذایی در فشار خون

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. رژیم غذایی در نارساییهای قلبی را توضیح دهد.
۲. رژیم غذایی در بیماران هیپرلیپیدمیک را توضیح دهد.
۳. رژیم غذایی در فشار خون را توضیح دهد.

جلسه یازدهم

هدف کلی: آشنایی با رژیم غذایی در دیابت

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با دیابت نوع ۱ و ۲
۲. آشنایی با رژیم غذایی در دیابت نوع ۱ و ۲

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. دیابت نوع ۱ و ۲ را توضیح دهد.
۲. رژیم غذایی در دیابت نوع ۱ و ۲ را توضیح دهد.

جلسه دوازدهم

هدف کلی: آشنایی با رژیم غذایی در کم خونی ها، چاقی و لاغری

اهداف ویژه :

۱. آشنایی با رژیم غذایی در انواع کم خونی ها
۲. آشنایی با رژیم غذایی در چاقی و لاغری

در پایان دانشجو قادر باشد :

۱. رژیم غذایی در انواع کم خونی ها را توضیح دهد.
۲. رژیم غذایی در چاقی و لاغری را توضیح دهد.

جلسه سیزدهم

امتحان پایان ترم

منابع :

- ۱- اصول تغذیه کراوس ۲۰۱۲: جلد اول، ترجمه دکتر محمد خلیلی
- ۲- اصول تغذیه کراوس ۲۰۱۲: جلد دوم، ترجمه دکتر فرزاد شیدفر
- ۳- راهنمای رژیم درمانی انجمن تغذیه ایران ۱۳۸۲: زیر نظر فریبا شیخ

3-Krause's Food & The nutrition Care Process (2012)
5-Dudek Nutrition Essentials for Nursing Practice. (2006)

روش تدریس :

سخنرانی ، بحث گروهی

رسانه های کمک آموزشی :

وایت برد - ویدیو پروژکتور

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	نمره	روش آزمون	آزمون
				آزمون میان دوره
		۲۰	تشریحی	آزمون پایان دوره

مقررات درس و انتظارات از دانشجو :

از دانشجویان محترم انتظار می رود :

- ۱- حضور منظم و دقیق در جلسات درس داشته باشند .
- ۲- در بحث های گروهی و فعالیت های آموزشی مشارکت نمایند.
- ۳- در هر جلسه آمادگی پاسخ گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند .
- ۴- از دیگر منابع و سایت های معتبر علمی استفاده نمایند .
- ۵- تلفن همراه خود را در کلاس خاموش نمایند.

بسمه تعالی

جدول زمانبندی درس

روز و ساعت جلسه : سه شنبه ها ساعت (۱۶-۱۴) کلاس شماره ۳.....

جلسه	تاریخ	موضوع درس	مدرس
۱	۹۵/۷/۶	اهمیت تغذیه در سلامتی و بیماریها، تعاریف و مفاهیم پایه علم تغذیه	دکتر عبداللهزاد
۲	۹۵/۷/۱۳	کربوهیدراتها: طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی	دکتر عبداللهزاد
۳	۹۵/۷/۲۰	پروتئینها: هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی	دکتر عبداللهزاد
۴	۹۵/۷/۲۷	لیپیدها: طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی	دکتر عبداللهزاد
۵	۹۵/۸/۴	ویتامینها: طبقه بندی، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی	دکتر عبداللهزاد
۶	۹۵/۸/۱۱	مینرالها: طبقه بندی، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی	دکتر عبداللهزاد
۷	۹۵/۸/۱۸	رژیم های پایه بیمارستانی و رژیم غذایی پر کالری و پر پروتئین، کم چربی و کم نمک	دکتر عبداللهزاد
۸	۹۵/۸/۲۵	رژیم های غذایی در بیماریهای دستگاه گوارش، کبد و کیسه صفرا	دکتر عبداللهزاد
۹	۹۵/۹/۲	رژیم غذایی در اختلالات دستگاه ادراری	دکتر عبداللهزاد
۱۰	۹۵/۹/۹	رژیم غذایی در بیماریهای قلبی عروقی	دکتر عبداللهزاد
۱۱	۹۵/۹/۱۶	رژیم غذایی در دیابت	دکتر عبداللهزاد
۱۲	۹۵/۹/۲۳	رژیم غذایی در کم خونی ها، چاقی و لاغری	دکتر عبداللهزاد
۱۳		امتحان پایان ترم	

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:

تاریخ ارسال :

نام و امضای مدیر گروه:

تاریخ ارسال :

نام و امضای مدرس:

تاریخ تحویل: