

به نام خدا

طرح دوره برای درس: اصول کلی تغذیه

گروه هدف: دانشجویان پزشکی

تعداد واحد ۲

طول دوره: ۳۴ ساعت

زمان ارائه درسی: نیمسال اول و دوم

مدرس: گروه علوم تغذیه دانشگاه علوم پزشکی ارومیه

هدف کلی درس:

گسترش دانش دانشجویان در زمینه نقش تغذیه در تامین سلامت فرد در دوره های مختلف زندگی به منظور پیشگیری از بروز سوءتغذیه و ارتقا دانش مربوط به مصرف مواد غذایی در زندگی روزمره و همچنین آشنا کردن دانشجوی پزشکی با انواع رژیمهای غذایی در درمان بیماری ها و اهمیت آموزش به بیمار در مورد رعایت رژیم غذایی

مباحث:

• بخش اول

- تعاریف و کلیات مربوط به تغذیه، مواد غذایی، طبقه بندی مواد غذایی
- متابولیسم مواد مغذی و هضم و جذب آنها در بدن
- کمبودها و بیش بودهای تغذیه ای از دیدة انواع مواد مغذی
- روشهای بررسی وضعیت تغذیه ای در افراد تندرست و در انواع بیماریها
- بهداشت و مسمیتهای غذایی و روشهای نگهداری مواد غذایی

• بخش دوم

- رژیم غذایی طبیعی
- رژیم های غذایی درمانی و انواع آن ها شامل کم کالری، پرکالری، پروتئین، کم چربی، کم نمک، مایع شفاف و نرم
- انواع رژیمهای غذایی در بیماریهای مختلف شامل اختلالات دستگاه ادراری، اختلالات گوارشی، قلب و عروق، کم خونی ها، سوختگی، دیابت، چاقی

اهداف اختصاصی:

دانشجو در پایان ترم باید بتواند:

- تعاریف و کلیات مربوط به تغذیه و مواد غذایی را بیان نماید.
- مواد غذایی را طبقه بندی نماید.

- متابولیسم مواد غذایی و هضم و جذب آنها در بدن را توضیح دهد
- نقش آداب و سنن در تغذیه را شرح دهد.
- روشهای نگهداری مواد غذایی را توضیح دهد.
- اصول بهداشت مواد غذایی را شرح دهد.
- رژیم غذایی طبیعی را توضیح دهد.
- رژیم های غذایی درمانی و انواع آن ها شامل کم کالری، پرکالری، پرپروتئین، کم چربی، کم نمک، مایع شفاف و نرم را تبیین کند.
- انواع رژیمهای غذایی در بیماریهای مختلف شامل اختلالات دستگاه ادراری، اختلالات گوارشی، قلب و عروق، کم خونی ها، سوختگی، دیابت، چاقی را بیان نماید.