

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد تاکستان

گروه پرستاری

نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۴-۹۳

نام درس: اصول تغذیه و رژیم درمانی

تعداد واحد: ۱/۵ واحد

نوع واحد: نظری

پیش نیاز: بیوشیمی

گروه هدف: دانشجویان ترم ۲ پرستاری

روش تدریس: سخنرانی - تحقیق

وسایل کمک آموزشی: -

مدرس: دکتر امیرحسین صالحی

هدف کلی:

گسترش دانش دانشجویان در زمینه نقش تغذیه در تامین سلامت فرد در دوره های مختلف زندگی و آشنایی با انواع رژیم های غذایی در درمان بیماری ها و آموزش به بیمار در مورد رعایت رژیم غذایی

اهداف رفتاری:

در پایان دوره دانشجویان قادر خواهند بود:

- ۱- با مفاهیم اساسی تغذیه آشنا شود.
- ۲- تعاریفی از کلیات تغذیه ارائه دهد.
- ۳- در خصوص متابولیسم و تامین انرژی توضیح دهد.
- ۴- انواع گروه های غذایی را دسته بندی نماید.
- ۵- اقدامات ضروری در خصوص حفظ بهداشت مواد غذایی و نگهداری مواد غذایی را شرح دهد.
- ۶- روش های مختلف درمان با رژیم غذایی در گروه های خاص بیماران (دیابتی، فشارخون بالا، نقرس و غیره) را توضیح دهد.
- ۷- نیازهای مادران باردار از نظر تغذیه را برشمرد.
- ۸- با نیازهای خاص تغذیه در دوران سالمندی آشنا گردد.

فعالتهای فراگیران:

شرکت فعال در کلاس و مشارکت مستمر در مطالب مطرح شده و پرسش و پاسخ ها

حضور مداوم و منظم در کلاس های درس

شرکت در امتحانات پایان ترم

روش ارزشیابی:

امتحان پایان ترم: ۷۰٪

تحقیق در زمینه تغذیه: ۳۰٪

منابع اصلی درس:

اصول تغذیه و رژیم درمانی کراس

برنامه زمانبندی کلاسها

تعاریف و کلیات تغذیه	هفته اول
متابولیسم انرژی	هفته دوم
کربوهیدرات ها	هفته سوم
پروتئین ها	هفته چهارم
لیپیدها	هفته پنجم
آب و مواد معدنی	هفته ششم
ویتامین ها	هفته هفتم
نقش آداب و سنن در تغذیه	هفته هشتم
بهداشت مواد غذایی	هفته نهم
روش های نگهداری غذا	هفته دهم
رژیم غذایی طبیعی و درمانی	هفته یازدهم
تغذیه در اختلالات گوارشی	هفته دوازدهم
تغذیه در بیماران قلبی دیابتی	هفته سیزدهم
تغذیه در دوران بارداری و سالمندان	هفته چهاردهم
تغذیه و چاقی	هفته پانزدهم
تغذیه در بیماریهای کلیوی	هفته شانزدهم