



بسمه تعالی

دانشگاه آزاد اسلامی داراب - گروه پرستاری طرح درس  
دوره (Course Plan) اصول تغذیه و تغذیه درمانی

عنوان درس و مشخصه درس : اصول تغذیه و تغذیه درمانی	رشته /مقطع تحصیلی : کارشناسی پیوسته پرستاری	سال تحصیلی /ترم:نیمسال دوم ۱۴۰۳-۱۴۰۴	تعداد واحد/نوع واحد: ۱.۵ واحد تئوری	تعداد دانشجو: ۵۱	مدرس: زینب میرزائی
پیش نیازها: بیوشیمی					
زمان شروع کلاس: ۱۴۰۳/۱۱/۱۴	زمان پایان ترم: ۱۴۰۴/۳/۲۲	محل تشکیل کلاس / شماره کلاس: دانشکده پرستاری			
مسئول طرح درسها: خانم کشاورز	تاریخ تجدید تدوین: ۱۴۰۴		تنظیم کننده: زینب میرزائی		

**هدف کلی:** آشنایی و گسترش دانش دانشجویان به اهمیت و نقش تغذیه صحیح در تأمین سلامت فرد و پیشگیری از بروز سوء تغذیه

ارتقاء دانش مربوط به مصرف مواد غذایی در زندگی روزمره

آشنا کردن دانشجویان پرستاری با انواع رژیم های غذایی در درمان بیماری ها

اهمیت آموزش به بیمار در مورد رعایت رژیم غذایی مرتبط

## عناوین مورد نظر تدریس:

تعریف واژگان و اهمیت تغذیه

هضم، جذب، متابولیسم و نقش مواد مغذی

رژیم های غذایی و درمانی

تغذیه در اختلالات دستگاه ادراری

تغذیه در اختلالات گوازشی

تغذیه در اختلالات قلب و عروق و کم خونی ها

تغذیه در تنیدگی های متابولیک

تغذیه در دیابت

تغذیه در چاقی

تغذیه در سرطان

تغذیه در بیماران دارای نقص سیستم ایمنی

## هدف کلی:

تعریف واژگان و اهمیت تغذیه

اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند :

واژگان رایج در علم تغذیه را تعریف کند

فرآیند پرستاری در ارزیابی تغذیه ای را انجام دهد

## هدف کلی

هضم، جذب، متابولیسم و نقش مواد مغذی

**اهداف اختصاصی: دانشجو باید بتواند:**

نحوه متابولیسم انرژی را شرح دهد

انرژی حاصل از مواد غذایی را محاسبه کند

هضم و جذب کربوهیدرات ها را توضیح دهد

هضم و جذب پروتئین ها را شرح دهد

انواع رژیم های گیاهخواری را بشناسد

هضم و جذب لیپید را توضیح دهد

جذب و دفع و مقادیر مورد نیاز مواد معدنی را بداند

عملکرد ویتامین ها و مقادیر مجاز مصرف آن را بیان کند

## هدف کلی

نقش آداب و سنن و سبک زندگی در تغذیه

**اهداف اختصاصی دانشجو باید بتواند:**

فرهنگ را تعریف کند

اثرات فرهنگ بر نوع تغذیه را بیان کند

عوامل موثر بر عادت های غذایی را شرح دهد

بیوتکنولوژی غذایی را توضیح دهد.

## هدف کلی

شناخت غذا و تنظیم برنامه غذایی و رژیم های درمانی

### اهداف اختصاصی دانشجو باید بتواند :

نحوه تنظیم برنامه غذایی متناسب با فرد را بداند

انواع رژیم های غذایی آشنا باشد

کاربرد انواع رژیم های درمانی را بداند

مراقبت های تغذیه ای بیماران در شرایط ویژه آگاه باشد

## هدف کلی

آشنایی دانشجو با تغذیه در اختلالات دستگاه ادراری

### اهداف اختصاصی دانشجو باید بتواند

تغذیه مناسب در بیماران مبتلا به سندرم نفروتیک را بشناسد

رژیم غذایی مناسب بیماران مزمن کلیوی آگاه باشد

تغذیه مناسب در بیماران مبتلا به انواع سنگ های کلیوی را بداند

## هدف کلی

آشنایی دانشجو با تغذیه در اختلالات گوارشی

### اهداف اختصاصی دانشجو باید بتواند

اختلالاتی که غذا خوردن را مختل می کند ، بشناسد

تغذیه مناسب در بیماران مبتلا به مشکلات مری و معده را بداند

رژیم غذایی مناسب در بیماران مبتلا به اختلالات روده ای آشنا باشد

## هدف کلی

آشنایی دانشجویان با تغذیه در اختلالات قلب و عروق و انواع کم خونی

### اهداف اختصاصی دانشجویان باید بتواند

الگوهای غذایی مناسب جهت حفظ سلامت قلب و عروق را بشناسد

رژیم غذایی مناسب در بیماران مبتلا به پرفشاری خون و آترواسکلروز را بداند

توصیه غذایی جهت بیماران مبتلا به مشکلات قلبی آگاه باشد

رژیم غذایی مناسب در انواع کم خونی ها را توضیح دهد

## هدف کلی

آشنایی دانشجویان با تغذیه در اختلالات متابولیک و تنفسی

### اهداف اختصاصی دانشجویان باید بتواند

فرآیند تنیدگی و پاسخ های هورمونی را توضیح دهد

تغذیه مناسب در بیماران سوختگی را بشناسد

رژیم غذایی مناسب در بیماران مبتلا به اختلالات مزمن تنفسی آگاه باشد

## هدف کلی

آشنایی دانشجویان با تغذیه در دیابت

### اهداف اختصاصی دانشجویان باید بتواند

انواع دیابت و علل آن را شرح دهد

روش های کنترل و درمان دیابت آگاه باشد

الگوی غذایی مناسب در بیماران دیابتی را بداند

روش های محاسبه کربوهیدرات را توضیح دهد

## هدف کلی

آشنایی دانشجویان با تغذیه در چاقی

### اهداف اختصاصی دانشجویان باید بتواند

روش های محاسبه شاخص توده بدنی و وزن ایده آل را بداند

علل افزایش وزن و چاقی را شرح دهد

استراتژی های کاهش و تنظیم وزن را بداند

انواع رژیم های کم کالری و روش های جراحی جهت کاهش وزن را بشناسد

## هدف کلی

آشنایی با تغذیه در بیماران مبتلا به سرطان

### اهداف اختصاصی: دانشجویان در پایان دوره باید بتواند

تاثیر سرطان و روش های درمانی آن بر تغذیه را بشناسد

اصول تغذیه در دوره درمان سرطان آگاه باشد

روش های کنترل علائم مرتبط به تغذیه آگاه باشد

## هدف کلی

آشنایی با تغذیه در بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی

### اهداف اختصاصی: دانشجویان در پایان دوره باید بتواند:

بیمارهای تغذیه ای به دنبال بیماری های نقص سیستم ایمنی را بداند

رژیم غذایی مناسب در این بیماران آگاه باشد

## هدف کلی

آشنایی با تغذیه از دیدگاه طب سنتی

### اهداف اختصاصی: دانشجو باید بتواند:

انواع مزاج و اخلاط را بشناسد

با طبع انواع غذاها آشنایی داشته باشد

تأثیر مزاج بر سلامتی انسان آگاه باشد

### روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، اسلاید آموزشی، فیلم

### امکانات آموزشی:

پاورپوینت، ویدئو پروژکتور، تخته و وایت برد

### آموزش دهنده:

زینب میرزائی

### منابع اصلی درس:

تغذیه و تغذیه ودرمانی در پرستاری؛ زهرا تذکری؛ نشر جامعه نگر؛ ۱۳۹۸

تغذیه در بیمارستان؛ یاسمن پوراندیش؛ انتشارات کتاب ونوس؛ ۱۳۹۷

اصول تغذیه کراوس؛ ترجمه فرزاد شیدفر؛ نشر جامعه نگر؛ ۱۳۹۷

شیمی مواد غذایی؛ حسن فاطمی، نشر شرکت سهامی انتشار؛ ۱۳۸۹

## شیوه ارزیابی دانشجو:

حضور فعال توام با آمادگی: ۱ نمره

تکالیف دانشجویی: ۲ نمره

آزمون میان ترم: ۸ نمره (سوالات تستی و تشریحی)

آزمون پایانی: ۹ نمره (سوالات تستی و تشریحی)

تکالیف دانشجویی: ارائه کنفرانس

## توجه:

استاد نقش تسهیل گر را دارا می باشد بنابراین یادگیری موثر مستلزم مطالعه و مشارکت فعال شما دانشجویان می باشد لذا انتظار می رود:

به منابع معرفی شده مراجعه و مطالب تکمیلی بحث ها را مطالعه کنید

به حضور منظم توام با آمادگی در تمام جلسات درس اهتمام ورزید

در جلسات کلاس و ارائه تکالیف فعالانه شرکت کنید