**فرم طرح درس/طرح دوره:** تغذیه اساسی 2

|  |
| --- |
| **فرم طرح درس/ طرح دوره** تغذیه اساسی 2 |
| **اطلاعات عمومی** **گروه:** تغذیه **نام درس:** تغذیه اساسی 2 **تعداد واحد:** 3**پیش نیاز:** بیوشیمی متابولیسم**رشته:**علوم تغذیه  **مقطع تحصیلی:** کارشناسی **سال تحصيلي :** 1404-1403**نیمسال:** اول  **مسئول درس:** دکترحسن مظفری**مدرسین:** دکتر مظفری، دکتر حسین زاده، دکترنجارزاده |
| **مقدمه:**دانشجویان کارشناسی علوم تغذیه باید نگاه ژرف به متابولیسم و سرنوشت مواد مغذی همچنین فیزیولوژی، منابع، علل کمبود و راه حل های مقابله با کمبود آنها پیدا کنند. در این درس هدف آشنایی آنها به میکرونوترینت ها یعنی ویتامین ها، شبه ویتامین ها و املاح خواهد بود.**پیامدهای یادگیری (آنچه فراگیر در آینده شغلی، در رابطه با این درس قراراست مورداستفاده قرار دهد):**نحوه ارزیابی و متدهای سنجش وضعیت ویتامین ها و املاح همچنین منابع غذایی و دلایل کمبود هریک و نحوه بر طرف کردن مشکلات ناشی از کمبود از طریق برقراری وضعیت تغذیه ای مناسب. |
| **هدف کلی:**پس از گذراندن این درس دانشجو باید بتواند اهمیت و نقش ویتامین ها، شبه ویتامین ها، اب و الکترولیت ها و مواد معدنی را در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری ها را بیان نماید. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **اهداف عینی** | **سرفصل موضوعات** | **حیطه اهداف­ آموزشی:** | **روش تدریس:** | **روش ارزیابی فراگیر:** | **مدرسین:** | **جلسه/برنامه زمانی** |
| دانشجو پس از 1- گذراندن باید بتواند اهمیت و نقش ویتامینهای محلول در اب ر در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری ها بیان نماید2- دانشجو پس از گذراندن باید بتواند اهمیت و نقش فلاونوییدها و کاروتینویید ها در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری ها بیان نماید | 1. ساختار بیوشیمیایی، متدهای ارزیابی میزان ویتامین های محلول در اب در مواد غذایی
2. مقادیر توصیه شده و متغیر های مورد استفاده در تعیین ان
3. منابع غذایی، هضم، جذب و متابولیسم
4. نقش ویتامین های محلول در اب در بروز و درمان بیماری ها
5. روش های ارزیابی وضعیت ویتا مین های محلول در اب در بدن
6. علل کمبود ویتامین های محلول در اب و نحوه درمان
7. علل مسمومیت ویتامین های محلول در اب، علائم و درمان و تداخلات دارویی با غذا و بالعکس در بیماری های مختلف

ساختار، تقسیم بندی، نقش در سلامتی و بیماری فلاونوییدها و کاروتینویید ها | شناختی |  | چند گزینه ای | دکتر حسین زاده | مهر 1403مهر 1403مهر 1403مهر 1403 |
| 3- دانشجو پس از گذراندن باید بتواند اهمیت و نقش ویتامینهای محلول در چربی را در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری ها بیان نماید | 1. ساختار بیوشیمیایی، متدهای ارزیابی میزان ویتامین های محلول در چربی در مواد غذایی
2. مقادیر توصیه شده و متغیر های مورد استفاده در تعیین ان
3. منابع غذایی، هضم، جذب و متابولیسم
4. نقش ویتامین های محلول در چربی در بروز و درمان بیماری ها
5. روش های ارزیابی وضعیت ویتا مین های محلول در چربی در بدن
6. علل کمبود ویتامین های محلول در چربی و نحوه درمان

علل مسمومیت ویتامین های محلول در چربی، علائم و درمان و تداخلات دارویی با غذا و بالعکس در بیماری های مختلف | شناختی |  | چند گزینه ای | دکتر مظفری | آبان 1403آبان 1403آبان 1403 |
| 4-گذراندن باید بتواند اهمیت و نقش مواد معدنی عمده را در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری ها بیان نماید | 1. توزیع مواد معدنی عمده (کلسیم، فسفر، منزیوم و گوگرد) در بدن، هضم، جذب و متابولیسم انها
2. نقش بیولوژیکی و سلولی مواد معدنی عمده در بدن، منابع غذایی ، ارزیابی وضعیت انها در بدن در شرایط فیزیولوژیک و دورانها

مقادیر توصیه شده، علل و علائم کمبود و مسمومیت با مواد معدنی عمده و نحوه درمان انها. استفاده فارماکولوژیک از مواد معدنی عمده و تداخلات دارو و غذای انها در بیماری ها | شناختی |  | چند گزینه ای | دکتر نجارزاده | آبان 1403آذر 1403آذر 1403 |
| 5-گذراندن باید بتواند اهمیت و نقش مواد معدنی جزئی و بسیار جزئی را در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری ها بیان نماید | 1. توزیع مواد معدنی جزئی و بسیار جزئی در بدن، هضم، جذب و متابولیسم انها
2. نقش بیولوژیکی و سلولی مواد معدنی جزئی و بسیار جزئی در بدن، منابع غذایی ، ارزیابی وضعیت انها در بدن در شرایط فیزیولوژیک و دورانها
3. مقادیر توصیه شده، علل و علائم کمبود و مسمومیت با جزئی و بسیار جزئی و نحوه درمان انها.

استفاده فارماکولوژیک از مواد معدنی جزئی و بسیار جزئی و تداخلات دارو و غذای انها در بیماری ها | شناختی |  | چند گزینه ای | دکتر مظفری | آذر 1403آذر 1403آذر 1403دی 1403 |
| 6-گذراندن باید بتواند توزیع اب و الکترولیت ها و نیز علل دهیدریشن و هیپو و هیپرناترمی ، کالمی و فسفاتمی و راهای رفع انها را بیان نماید7-گذراندن باید بتواند اهمیت و نقش شبه ویتامینها (کارنیتین، کولین، میواینوزیتول)در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری ها بیان نماید. | 1. توزیع اب و الکترولیت های مهم در بدن، علل دهیدراتاسیون، علل هیپو و هیپرناترمی و هیپو و هیپر کالمی
2. علائم و درمان علل هیپو و هایپر فسفاتمی، علائم و درمان اسیدوز و الکالوز تنفسی و متابولیکی

ساختار، تقسیم بندی، نقش در سلامتی و بیماری شبه ویتامین ها (کارنیتین، کولین، میواینوزیتول) | شناختی |  | چند گزینه ای | دکتر مظفری | دی 1403جبرانی |
|  |  | **آزمون میان­دوره** | **آزمون پایان­دوره** |  |  |
| **نحوه نمره دهی** |  |
| **منابع آموزشی** | krause’s food & Nutrition care process last editionmodern nutrition in health and disease last edition |