



دانشگاه علوم پزشکی

دانشکده پزشکی

گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی

تعداد کل جلسات:

تعداد واحد: 2

کد درس: 125

نام درس: اصول کلی تغذیه

16

مسئول درس: خانم

نیمسال: دوم 400-99

زمان تشکیل کلاس: سه شنبه 15-16/30

خاجوی

ردیف	تاریخ	موضوع درس	مدرس
1	99/11/28	بخش اول: نقش و اهمیت تغذیه (2 ساعت) (مقدمه: مسایل و مشکلات تغذیه ای در ایران و جهان- اهمیت تغذیه در بهداشت و درمان و سلامت جامعه- اصول کلی تغذیه- اهداف- تاریخچه و تعاریف- ترکیب شیمیایی بدن)	خانم دکتر امین زاده
2	99/12/5	بخش دوم: مواد مغذی و منبع اصلی آن (7 ساعت) کربوهیدراتها - چربی ها- پروتئین	خانم دکتر امین زاده
3	99/12/12	انرژی- تعریف- روشهای اندازه گیری و نیازهای انرژی- تعادل انرژی	خانم دکتر امین زاده
4	99/12/19	آب و املاح و ویتامین ها	خانم دکتر امین زاده
5	99/12/26	بخش سوم: شناخت غذا (2 ساعت)	خانم دکتر امین زاده
6	400/1/17	گروههای غذایی (2 ساعت) موارد استعمال و استفاده از جداول تغذیه ای R.D.A-W.H.O-F.A.O جداول مواد غذایی خام و پخته	خانم دکتر امین زاده
7	400/1/24	بخش چهارم: شناخت فرهنگ، سنن و عادات غذایی منطقه ای در رابطه با وضع تغذیه فرد و جامعه و تنظیم برنامه غذایی (2 ساعت) ابعاد مختلف عادات غذایی جامعه- تنظیم برنامه غذایی- نقش برنامه ریزی تغذیه اصولی (نقش دولت - سازمانهای ملی و بین المللی)- نشریات علمی مربوط به غذا و تغذیه	خانم دکتر امین زاده
8	400/1/31	بخش پنجم: تغذیه گروههای آسیب پذیر (6 ساعت) نیازمندیهای تغذیه ای مادران در دوران بارداری و شیردهی	خانم خاجوی
9	400/2/7	نیازمندیهای تغذیه ای نوزادان و کودکان	خانم خاجوی
	400/2/21	نیازمندیهای تغذیه ای سالمندان	خانم خاجوی
10	400/2/28	بخش ششم: روش های ارزشیابی وضع تغذیه (4 ساعت) بررسی بالینی وضع تغذیه- بررسی آنتروپومتریک	آقای دکتر جعفری
11	400/3/4	بررسی مصرف مواد غذایی- بررسی شیمیایی- بررسی اقتصادی- اجتماعی	آقای دکتر جعفری
	400/3/11	بخش هفتم: بیماری های ناشی از سوء تغذیه و پیشگیری از آن (7 ساعت) مثلث بیماری زایی سوء تغذیه فقر پروتئین - انرژی (P.E.M)- کمخونیهای تغذیه ای (آهن- اسید فولیک- ویتامین B)	آقای دکتر دواتی
12	400/3/18	گوآتر اندمیک- گرزوفتالی- راشی تیسم- کمبود روی	آقای دکتر دواتی
13	400/3/25	کمبود روی- اسکوروبوت- بربری- پلاگر- نمایش اسلاید های مربوطه به علائم سوء تغذیه	آقای دکتر دواتی
14	400/4/1	بخش هشتم: بهداشت مواد غذایی (2 ساعت) اصول نگهداری مواد غذایی از نظر حفظ سلامت مواد مغذی- فرایند اتلاف مواد غذایی- مسمومیتهای مواد غذایی	خانم دکتر جوهری
15	400/4/15	جلسه امتحان پایانی	
16			

منابع:

- 1- اصول تغذیه پزشکی. ایندا کی دی بریون - الی ویتنی - کاترین پینا. ترجمه دکتر فرزانه شیدفر - فهیمه آق- مریم خزدوز - ناهید خلدی
- 2- اصول تغذیه کراوس 2012. ال. کتلین ماهان، سیلویا اسکات. ترجمه دکتر کیتی ستوده

-3