

دانشکده طب ایرانی
طرح دوره (course plan)

(دوره درس برای ۱۷ جلسه ۲ ساعته درس دارای ۱ واحد نظری و ۱ واحد عملی)

دانشکده: طب ایرانی گروه آموزشی: طب سنتی مقطع و رشته تحصیلی: دکترای تخصصی طب سنتی

نام درس: تدابیر حفظ الصحة و اصول پیشگیری تعداد واحد ۲ (یک واحد نظری و یک واحد عملی) نوع واحد: کمبود جبرانی
پیش نیاز: -

زمان برگزاری کلاس: روز: چهارشنبه ساعت: ۱۰ تا ۱۲ و چهار روز شنبه ۸ تا ۱۲

مکان برگزاری: طرح جامع دانشکده طب ایرانی و سلامتکده طب ایرانی

تعداد دانشجویان ۲ مسئول درس: دکتر نامدار مدرسین (به ترتیب حروف الفبا): دکتر نامدار

شرح دوره: (لطفا شرح دهید) (جایگاه درس در کوریکولوم مصوب)

۲ واحد نظری و عملی اختیاری می باشد

هدف کلی: (لطفا شرح دهید)

شناخت راهکارهای علمی و شیوه‌های پیشگیری از بیماری‌ها، حفظ سلامت و ارتقاء آن به تناسب شرایط فردی و محیطی بر اساس طب سنتی ایران به منظور انتخاب مناسب‌ترین شیوه‌های ارتقاء سلامت با توجه به شرایط علمی روز.

اهداف بینابینی: (در واقع همان اهداف کلی طرح درس است)

(منظور شکستن هدف کلی به اجزای تخصصی است که نسبت به اهداف کلی روشن تر و شفاف تر است و محورهای اصلی برنامه را نشان می دهد.
اهداف بینابینی قابل تقسیم شدن به اجزای اختصاصی تری به نام اهداف ویژه است که در واقع همان اهداف رفتاری اند)

- سته ضروریه

- مفهوم سلامت و مشخصه‌های آن

- تغذیه و اختیار غذا بر حسب کیفیت مزاج، تعدیل، انتقال به مزاج افضل، آداب تغذیه، ناسازگاری‌ها، طبخ و تهیه و نگهداری غذا

- ترویج و آداب آشامیدن آب و تدابیر مربوطه

- حرکت و سکون بدن، ریاضات مختلف، ریاضات خاص هر عضو، دلك، غمز و كبس و ربط

- تدبیر حرکات تفسانیه
- تدبیر استحمام
- تدبیر نوم و یقطه
- تدبیر احتباس و استفراغ (اسهال، قی، حقنه، براز، بول، عرق و نفث)
- تدبیر جامع
- تدبیر بر حسب فصول، طبایع مساکن
- فساد هوا و تدبیر آن
- تدبیر زنان باردار، شیرده و اطفال و تدبیر امراض لاحقه
- تدبیر اطفال و تعدیل اخلاق انسان
- تدبیر رضاع و شرایط مرضعه و تربیت طفل بعد از رضاع
- احوال و امراض ویژه اطفال و تدبیر آنها
- تدبیر جوانان و میان سالان و سالمندان
- تدبیر مسافرین

شیوه های تدریس:

- | | | |
|---|---|---|
| ☒ سخنرانی | ☒ سخنرانی برنامه ریزی شده | ☒ پرسش و پاسخ |
| ☐ بحث گروهی | ☒ یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL) | ☐ یادگیری مبتنی بر تیم (TBL) |
- سایر موارد (لطفا نام ببرید)-----

وظایف و تکالیف دانشجوی: (لطفا شرح دهید)

وسایل کمک آموزشی:

- | | | |
|--|------------------------------------|---|
| ☒ وایت برد | ☐ تخته و گچ | ☒ پروژکتور و اسلاید |
|--|------------------------------------|---|
- سایر موارد (لطفا نام ببرید)-----

نحوه ارزشیابی و درصد نمره: (از نمره کل)

☐ آزمون میان ترم ---۲۰--- درصد نمره

☐ آزمون پایان ترم ---۵۰--- درصد نمره

☐ انجام تکالیف ---۲۰--- درصد نمره

☐ شرکت فعال در کلاس ---۱۰--- درصد نمره

سایر موارد (لطفا نام ببرید)-----

نوع آزمون

☒ تشریحی

☐ پاسخ کوتاه

☒ چند گزینه ایی

☐ جور کردنی

☐ صحیح-غلط

سایر موارد (لطفا نام ببرید)-----

منابع پیشنهادی برای مطالعه

- منابع انگلیسی

✓ چاپی

✓ اینترنتی

- منابع فارسی

✓ چاپی

✓ اینترنتی

دانشکده طب ایرانی
طرح دوره (course plan)

جدول هفتگی کلیات ارائه درس
از ۲۸ مهر ۱۴۰۳ تا ۲۰ دی ۱۴۰۳

جلسه	عنوان مطالب	استاد مربوط
۱	خواب و بیداری (نوم و یقظه)	دکتر نامدار
۲	حرکت و سکون در طب ایرانی و نقش آن در بیماریها	دکتر نامدار
۳	انواع ریاضات و ریاضت خاص هر عضو	دکتر نامدار
۴	دلک و انواع آن در طب ایرانی و نقش آن در بدن	دکتر نامدار
۵	غمز و کبس و ربط در طب ایرانی	دکتر نامدار
۶	تدبیر ابدان خارج از اعتدال و فربهان	دکتر نامدار
۷	اعراض نفسانی	دکتر نامدار
۸	بعد چهارم سلامت (سلامت معنوی)	دکتر نامدار
۹	تدبیر سفر و آب و هوا (فصول)	دکتر نامدار
۱۰	تغذیه و تدابیر در زنان و حبالی	دکتر نامدار
۱۱	تغذیه و تدابیر در میانسالان و سالمندان	دکتر نامدار
۱۲	تغذیه و تدابیر در جوانان	دکتر نامدار
۱۳	احتباس و استفراغ (براز، بول، عرق، نفث)	دکتر نامدار
۱۴	اسهال، جماع، قی و حقنه	دکتر نامدار
۱۵	تغذیه و تدبیر در مرضه	دکتر نامدار
۱۶	تغذیه و تدابیر در اطفال	دکتر نامدار
۱۷	امتحان	

لازم به ذکر است در سلامتکده برنامه آموزشی جهت تکمیل واحد عملی خواهند داشت.