



بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی
طرح دوره (course plan)

بهمن ۱۴۰۳

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

دانشکده: طب ایرانی گروه آموزشی: تاریخ علوم پزشکی مقطع و رشته تحصیلی: کارشناسی ارشد تاریخ علوم پزشکی

نام درس: تدابیر حفظ الصحة و اصول پیشگیری کد ۱۹ تعداد واحد: ۲ نوع واحد: نظری

پیش نیاز: درس مبانی نظری طب سنتی

زمان برگزاری کلاس: روز: چهارشنبه ساعت: ۸ تا ۱۰

مکان برگزاری: طرح جامع دانشکده 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 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 تقسانیه

- تدبیر استحمام
- تدبیر نوم و یقظه
- 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 لاحقہ
- 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

☐ صحیح-غلط

☐ جور کردنی

☒ چند گزینه ایی

☐ پاسخ کوتاه

☒ تشریحی

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

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	دلک و غمز 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	