

هدف کلی درس: گسترش دانش دانشجو در زمینه نقش تغذیه در تامین سلامت فرد در دوره های مختلف زندگی به منظور پیشگیری از بروز سوء تغذیه ، و ارتقاء دانش مربوط به مصرف مواد غذایی در زندگی روزمره و همچنین آشنا کردن دانشجوی پرستاری با انواع رژیم های غذایی در درمان بیماری ها ، و اهمیت آموزش به بیمار در مورد رعایت رژیم غذایی مرتبط

شرح درس: در این درس اصول تغذیه ، ترکیبات مواد غذایی ، نقش تغذیه در ارتقاء سطح سلامت و بررسی وضعیت تغذیه ای بزرگسالان و سالمندان، انواع رژیم های غذایی در بیماری های مختلف و بهداشت مواد غذایی مورد بحث قرار می گیرد.

رئوس مطالب: (۲۶ ساعت)

بخش اول

- تعریف واژه ها، اهمیت تغذیه در سلامت و مشکلات تغذیه ای شایع در ایران و جهان
- هضم، جذب، متابولیسم و نقش مواد مغذی
- نقش آداب ، سنن و سبک زندگی در تغذیه

بخش دوم

- شناخت غذا ، تنظیم برنامه غذایی
- آشنایی با رژیم های غذایی درمانی و انواع آنها شامل:
 - کم کالری
 - پرکالری
 - پر پروتئین
 - کم چربی
 - کم نمک
 - مایع شفاف
 - نرم
- آشنایی با انواع رژیم های غذایی در بیماری های مختلف شامل:
 - اختلالات دستگاه ادراری
 - اختلالات گوارشی
 - قلب و عروق
 - کم خونی ها
 - سوختگی ها
 - دیابت
 - چاقی



منابع اصلی درس:

۱. تامپسون ، سینتیا. (۱۳۷۹ یا چاپ جدید). تغذیه : پیشگیری و درمان . ترجمه داریوش ، کوهی کمالی . چاپ اول.
۲. فاکس ، برایان آنتونی ، کامرون ، آلن چی (۱۳۷۶ یا چاپ جدید). دانش غذا ، تغذیه و سلامتی ، ترجمه داریوش کوهی کمالی، تهران : فارابی.
3. Dudak, S., Nutrition Essentials for Nursing Practice,(last ed.). Philadelphia: Lippincott.

شیوه ارزیابی دانشجو:

- آزمون های مرحله ای و نیمسال
- آزمون پایانی

