

بسمه تعالی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان بوشهر  
مرکز توسعه آموزش پزشکی  
دفتر نظارت و ارزشیابی  
فرم طرح درس

نام و نام خانوادگی مدرس: عباس یوسفی نژاد آخرین مدرک تحصیلی: دکتری تخصصی رشته تحصیلی: در علوم تغذیه  
رتبه دانشگاهی: استادیار گروه آموزشی: علوم تغذیه

رشته تحصیلی فراگیران: علوم تغذیه مقطع: کارشناسی پیوسته  
تعداد فراگیران: 18 ترم: ششم 94-1395

عنوان درس به طور کامل: رژیم درمانی 2  
نوع درس:  تئوری  عملی  کار آموزشی  تعداد واحد: 3  
زمان شروع کلاس: 94/11/26 زمان خاتمه کلاس: 95/03/15 تاریخ امتحان میان ترم: 94/2/5  
پایان ترم:

مراحل ارزشیابی  مرحله ای  تکوینی  
فعالیت دانشجو انجام تکالیف حضور و غیاب .....10 درصد از نمره نهایی  
امتحان میان ترم .....25 درصد از نمره نهایی  
کوئیزهای انجام شده ..... درصد از نمره نهایی  
امتحان پایان ترم .....65 درصد از نمره نهایی  
نوع امتحان میان ترم شفاهی  تشریحی  چند گزینه ای  صحیح و غلط   
جور کردنی   
نوع امتحان پایان ترم شفاهی  تشریحی  چند گزینه ای  صحیح و غلط   
جور کردنی

شرحی از درس: این درس مبنای آشنایی با علم رژیم شناسی است و کاربرد آن تنظیم برنامه های مراقبت تغذیه ای در عرصه های بالینی است.

منابع اصلی تدریس درس مورد نظر:

Mahan L K and Escott-Stump S. Krauses Food, Nutrition & Diet Therapy.. Saunders Company, Philadelphia, PA, USA. WB. 2012.

## اهداف کلی درس:

پس از گذراندن این واحد دانشجو قادر خواهد بود اصول و بکارگیری رژیم های درمانی و نحوه تنظیم برنامه مراقبت تغذیه ای را در مراکز درمانی فراگرفته و انجام دهد.

- 1- تغذیه درمانی در قلب و عروق
- 2- تغذیه درمانی در پرفشاری خون
- 3- تغذیه درمانی در نارسای قلبی
- 4- تغذیه درمانی در بیماری های ریوی
- 5- تغذیه درمانی در بیماری های کلیوی
- 6- تغذیه درمانی در سرطان
- 7- تغذیه درمانی در اختلالات روماتیسمی
- 8- تغذیه درمانی در بیماری های عصبی
- 9- تغذیه درمانی در بیماری های روانی

## \*جلسه اول

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در قلب و عروق 1

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- اجزای پروفیل لیپیدی را نام برده و ترکیبات آن را شرح دهد.
- مارکهای التهابی را نام برده و عوامل مؤثر در افزایش آن ها را نام ببرد.
- پیشگیری از بیماری های قلبی-عروقی را از طریق تغذیه شرح دهد.

روانی حرکتی

عاطفی

شناختی

روش آموزشی: سخنرانی.

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور-وایت برد

## \*جلسه دوم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در قلب و عروق 2

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- افزایش دهنده ها و کاهش دهنده های LDL را نام ببرد.
- افزایش دهنده ها و کاهش دهنده های HDL را نام ببرد.
- افزایش دهنده ها و کاهش دهنده های TG را نام ببرد.
- افزایش دهنده ها و کاهش دهنده های کلسترول را نام ببرد.
- ویژگی های توصیه های TLC را شرح دهد.
- انواع اسیدهای چرب و اثرات آن ها را نام برده و شرح دهد.
- انواع آنتی اکسیدان ها را نام برده و اهمیت آن ها را شرح دهد.

حیطه : شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور

## جلسه سوم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در پرفشاری خون 1

اهداف اختصاصی

دانشجو باید:

- پیشگیری اولیه پرفشاری خون را از طریق تغذیه سالم شرح دهد.
- ارتباط لیپیدها و پرفشاری را توضیح دهد.
- ارتباط سدیم و پرفشاری را توضیح دهد.
- ارتباط کلسیم و پرفشاری را توضیح دهد.
- ارتباط منیزیم و پرفشاری را توضیح دهد.
- ارتباط مصرف میوه و سبزی و پرفشاری را توضیح دهد.
- ارتباط فعالیت فیزیکی و پرفشاری را توضیح دهد.
- ارتباط کاهش وزن و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط پتاسیم و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط امگا-3 و پرفشاری را توضیح دهد.

روانی حرکتی

حیطه: شناختی  عاطفی

روش آموزشی: کار گروهی

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور-وایت برد

\*جلسه چهارم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در پرفشاری خون 2

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- اجزای رژیم DASH را نام برده و توضیح دهد.

- ارتباط دریافت انرژی و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط مصرف نمک و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط پتاسیم و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط مصرف انواع چربی و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط پتاسیم و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط ورزش و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط سیر و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط رزوراترول و پرفشاری را توضیح دهد.

- ارتباط کوئرستین و پرفشاری را توضیح دهد.

روانی حرکتی

حیطه: شناختی  عاطفی

روش آموزشی: سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه پنجم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در نارسایی قلبی 1

اهداف اختصاصی:

- ارتباط پرفشاری خون و نارسایی قلبی را توضیح دهد.

- ارتباط دیابت و نارسایی قلبی را توضیح دهد.

- ارتباط CHD و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی را توضیح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه ششم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در نارسایی قلبی 2

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- ارتباط محدودیت نمک و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط مصرف الکل و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط مصرف کافئین و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط مصرف کلسیم و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط کوآنزیم Q10 و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط پرفشاری خون و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط تیامین و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- ارتباط پرفشاری خون و نارسایی را توضیح دهد.
- ارتباط ویتامین D و نارسایی قلبی را توضیح دهد.
- تغذیه درمانی پس از پیوند قلب را توضیح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه هفتم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در بیماری های ریوی 1

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- ارتباط تغذیه و سیستم تنفسی را توضیح دهد.
- اختلالات سیستم ریوی را نام ببرد.
- علایم توبرکلوسیس را شرح دهد.
- علل و علایم آسم را شرح دهد.
- علل و علایم توبرکلوسیس را شرح دهد.
- علل و علایم سرطان ریه را شرح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: . سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه هشتم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در بیماری های ریوی 2

اهداف اختصاصی

دانشجو باید:

- مراقبت های تغذیه ای برای آسم را نام ببرد.
- ارتباط امگا-3 و آسم را شرح دهد.
- ارتباط امگا-6 و آسم را شرح دهد.
- ارتباط مصرف ویتامین ها و BPD را شرح دهد.
- ارتباط ویتامین ها و CLD را شرح دهد.
- ارتباط دریافت انرژی و COPD را شرح دهد.
- ارتباط دریافت پروتئین و COPD را شرح دهد.
- ارتباط سدیم و CF را شرح دهد.
- ارتباط بتا کاروتن و سرطان ریه را شرح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: . سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه نهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در بیماری های کلیوی 1

اهداف اختصاصی:

- مفهوم نفرولیتیزیس را شرح دهد.
- ارتباط PH و سنگ کلیوی را شرح دهد.
- ارتباط ویتامین D و سنگ کلیوی را شرح دهد.
- ارتباط دریافت کلسیم و سنگ کلیوی را شرح دهد.
- ارتباط مصرف گوشت و سنگ کلیوی را شرح دهد.
- ارتباط مصرف میوه و سبزی و سنگ کلیوی را شرح دهد.
- ارتباط خاکستر اسیدی و سنگ کلیوی را شرح دهد.
- ارتباط خاکستر بازی و سنگ کلیوی را شرح دهد.
- ارتباط غذاهای خنثی و سنگ کلیوی را شرح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: . سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه دهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در بیماری های کلیوی 2

اهداف اختصاصی:

- ارتباط مصرف پروتئین و سندروم نفریتیک را شرح دهد.
- ارتباط مصرف پتاسیم و سندروم نفریتیک را شرح دهد.
- ارتباط مصرف سدیم و سندروم نفریتیک را شرح دهد.
- ارتباط مکمل یاری روی و ARF را شرح دهد.
- ارتباط مصرف پروتئین و ARF را شرح دهد.
- ارتباط سدیم و ARF را شرح دهد.
- ارتباط پتاسیم و ARF را شرح دهد.
- ارتباط ویتامین D و سندروم فانکونی را شرح دهد.
- انواع دیالیز و محدودیت های غذایی آن را توضیح دهد.

روانی حرکتی

عاطفی

حیطه : شناختی

روش آموزشی : سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه یازدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در سرطان 1

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- ارتباط تغذیه و کارسینوزن ها را شرح دهد.
- ارتباط فیتوکمیکال ها و کارسینوزن ها را شرح دهد.
- ارتباط دریافت انرژی و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط وزن بدن و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط مصرف الکل و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط دریافت انرژی و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط دریافت پروتئین و نوع آن و سرطان را شرح دهد.

روانی حرکتی

عاطفی

حیطه : شناختی

روش آموزشی : سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه دوازدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در سرطان 2

اهداف اختصاصی:

- ارتباط BPA و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط دریافت کلسیم و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط دریافت ویتامین D و سرطان را شرح دهد.



- ارتباط دریافت قهوه و چای و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط دریافت فولیک اسید و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط دریافت میوه و سبزی و سرطان را شرح دهد.
- ارتباط دریافت سویا و فیتواستروژن ها و سرطان را شرح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

#### \*جلسه سیزدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در استرس متابولیک 1

اهداف اختصاصی

دانشجو باید:

- مراحل پاسخ متابولیک به استرس را توضیح دهد.
- 8 مورد از پروتئین های فاز حاد را نام ببرد.
- تفاوت گرسنگی و استرس را شرح دهد
- حمایت تغذیه ای در صدمات و تروما را شرح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

#### \*جلسه چهاردهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در استرس متابولیک 2

اهداف اختصاصی:

- ارتباط دریافت انرژی و تروما را شرح دهد.
- ارتباط دریافت پروتئین و تروما را شرح دهد.
- ارتباط دریافت ویتامین ها و مواد معدنی و تروما را شرح دهد.
- ارتباط دریافت انرژی و تروما را شرح دهد.
- ارتباط نوع فرمولا و تروما را شرح دهد.

- ارتباط دریافت آرژینین و تروما را شرح دهد.
- ارتباط دریافت انرژی و سوختگی را شرح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه پانزدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در اختلالات روماتیسمی 1

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- ارتباط دریافت آنتی اکسیدان ها و استئوآرتریت را شرح دهد.
- ارتباط دریافت امگا-3 و استئوآرتریت را شرح دهد.
- ارتباط دریافت امگا-6 و استئوآرتریت را شرح دهد.
- ارتباط دریافت گلوکز آمین و استئوآرتریت را شرح دهد.
- ارتباط دریافت آنتی اکسیدان ها و RA را شرح دهد.
- ارتباط دریافت امگا-3 و RA را شرح دهد.
- ارتباط دریافت امگا-6 و RA را شرح دهد.

حیطه:  شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه شانزدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در اختلالات روماتیسمی 2

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- ارتباط دریافت کلسیم و سندروم شوگرن را شرح دهد.
- ارتباط دریافت امگا-3 و سندروم شوگرن را شرح دهد.
- ارتباط دریافت ویتامین B6 و سندروم شوگرن را شرح دهد.

- ارتباط دریافت ویتامین C و سندروم شوگرن را شرح دهد.
- ارتباط دریافت منابع حیوانی و نقرس را شرح دهد.
- ارتباط دریافت الکل و نقرس را شرح دهد.

حیطه : شناختی  عاطفی  روانی حرکتی   
 روش آموزشی: . سخنرانی.....  
 وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه هفدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در بیماری های عصبی 1

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- ارتباط کمبودهای تغذیه ای و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- ارتباط پرخوری ها و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- ارتباط کلسیم و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- ارتباط الکل و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- ارتباط ویتامین B12 و بیماری های عصبی را شرح دهد.

حیطه : شناختی  عاطفی  روانی حرکتی   
 روش آموزشی: . سخنرانی.....  
 وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه هجدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: تغذیه در کم خونی 2

اهداف اختصاصی:

دانشجو باید:

- ارتباط کمبود ویتامین E و بیماری های عصبی را شرح دهد.

- ارتباط کمبود B1 و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- ارتباط کمبود B3 و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- ارتباط کمبود ویتامین D و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- ارتباط امگا-3 و بیماری های عصبی را شرح دهد.
- 

حیطه : شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: . سخنرانی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه نوزدهم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: ارایه دانشجویان 1

اهداف اختصاصی

آشنایی با اصول رژیم درمانی بر اساس گروه بندی و موضوعات

حیطه : شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: . سخنرانی دانشجوی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه بیستم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: ارایه دانشجویان 2

اهداف اختصاصی

آشنایی با اصول رژیم درمانی بر اساس گروه بندی و موضوعات

حیطه : شناختی  عاطفی  روانی حرکتی

روش آموزشی: . سخنرانی دانشجوی.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

\*جلسه بیست و یکم

نام مدرس: عباس یوسفی نژاد

عنوان مبحث: ارایه دانشجویان 3

اهداف اختصاصی

آشنایی با اصول رژیم درمانی بر اساس گروه بندی و موضوعات

حیطه : شناختی  عاطفی

روش آموزشی: . سخنرانی دانشجو.....

وسیله کمک آموزشی: ویدئو پروژکتور.....

روانی حرکتی