



دانشگاه علوم پزشکی  
خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان

شیوه نامه اجرایی برنامه آموزشی و مقررات رشته علوم تغذیه

مقطع کارشناسی پیوسته

گروه تغذیه، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان

۱۴۰۲-۱۴۰۱

عنوان رشته : کارشناسی پیوسته علوم تغذیه

## Nutrition Sciences (B.Sc.)

تعریف رشته:

رشته تغذیه یکی از رشته های علوم پزشکی است که به منظور دستیابی به توسعه پایدار در جهت بهبود سلامت فرد و جامعه گام بر می دارد. این رشته به اصول علم تغذیه، ارزش گذاری مواد غذایی، نحوه تغذیه مناسب برای حفظ سلامت بدن و رژیم درمانی می پردازد.

هدف رشته: پیشگیری از بیماری های مرتبط با تغذیه و کمک به درمان آنها از طریق ارائه رژیم های غذایی مناسب می باشد.

اهداف آموزشی:

- پرورش کارشناسانی متعهد و مسئولیت پذیر که در همه زمینه های سلامت جامعه در رشته خود تخصص دارند.
- راهنمایی فراگیران به سمتی که پس از فارغ التحصیلی قادر به توسعه مهارت ها و دانش خود از طریق آموزش مداوم هستند.
- فراهم نمودن محیط مناسب برای آموزش عملی دانشجویان در مراکز درمانی و مراکز بهداشتی
- تربیت دانشجویان به سمتی که دانش آموختگان بتوانند با استفاده از تفکر نقادانه و ارتباط و مهارت های اولیه تحقیقاتی شرایط ایده آلی را برای انجام امور مرتبط با حرفه خود را ایجاد و حفظ نمایند.
- برگزاری وبینار و سمینارهای متعدد برای ارتقا دانش و مهارت دانشجویان
- کسب مهارت های مدیریتی و آشنا کردن دانشجویان با اصول و فنون مدیریت یک بخش رژیم درمانی

### نظام آموزشی :

آموزش در مقطع کارشناسی پیوسته در این دانشکده مبتنی بر نظام واحدی، ارزش هر درس با تعداد واحدهای آن درس سنجیده می شود و قبولی یا عدم قبولی دانشجو در یک درس، به همان درس محدود است.

هر واحد درسی، مقدار یا میزان درسی است که مفاد آن به ترتیب به صورت نظری ۱۷ ساعت، عملی یا آزمایشگاهی ۳۴ ساعت، کارگاهی و کارآموزی ۵۱ ساعت، کارورزی ۶۸ ساعت، در طول یک نیمسال تحصیلی، طبق برنامه مصوب شورای عالی برنامه ریزی تدریس می شود.

توانمندیهای اختصاصی مورد انتظار:

وظایف حرفه ای و توانمندی های اختصاصی مورد انتظار دانش آموختگان

توانمندی اختصاصی	شرح وظایف حرفه ای	کد درسی مرتبط
تعامل و ارتباط	ایجاد ارتباط موثر و کارآمد با تیم درمانی در بیمارستان	
ارزیابی وضعیت تغذیه	ارزیابی وضعیت تغذیه افراد و جامعه با روش های مختلف	۴۶
	ارزیابی وضعیت سلامت تغذیه ای گروه های مختلف سنی	
	ارزیابی وضعیت مصرف مواد غذایی در جامعه	
	ارزیابی وضعیت تغذیه ای بیماران	
تنظیم رژیم های غذایی	رژیم درمانی در بیماری های مختلف جهت کمک به درمان بیماری های مرتبط با تغذیه	۵۴-۵۵-۵۶-۵۷
آموزش و مشاوره تغذیه	آموزش تغذیه به افراد جامعه در سطوح مختلف	۵۰
	آموزش تغذیه به پرسنل مراکز تهیه و توزیع غذا از جمله بیمارستانها، کارخانجات، سازمان ها و ...	
	آموزش تغذیه به بیماران مختلف برای ارتقا سلامت	
	آموزش تغذیه و مشاوره تغذیه به افراد سالم و بیمار	
	ارائه رژیم غذایی طبق دستورالعمل	
پیشگیری از بیماری ها مرتبط با تغذیه	پیشگیری و کنترل بیماری های مرتبط با تغذیه از طریق همکاری در اجرای برنامه های تغذیه ای	۴۷-۵۱
	همکاری در اجرای برنامه های تغذیه جهت کمک به پیشگیری از بیماری ها	
مدیریت خدمات غذایی	مدیریت بخش غذا در مراکز مختلف	۴۳
	مدیریت خدمات غذایی در کترینگ ها و بیمارستان ها	
	نظارت بر اجرای غنی سازی مواد غذایی	

مهارت‌های عملی مورد انتظار:

کد درس	مهارت	حداقل تعداد موارد انجام مهارت برای یادگیری		
		مشاهده	کمک در انجام	انجام مستقل
۱۳	شناسایی آزمایشگاهی قندها و اسیدهای آمینه، تعیین اندیس های لپیدی، اندازه گیری پروتئین ها	۵	۵	۵
۲۳	کشت میکروبها، رنگ آمیزی و تشخیص میکروسکوپی	۵	۵	۵
۲۴	اندازه گیری اجزای تشکیل دهنده مواد غذایی ( شامل پروتئن، چربی، قندها، مواد معدنی و غیره)	۵	۵	۵
۲۵	شناسایی میکروارگانیزم ها در مواد غذایی	۵	۵	۵
۲۹	اندازه گیری ترکیبات مختلف از قبیل (گلوکز، اوره، کراتین و غیره) در خون و ادرار	۵	۵	۵
۳۸	تنظیم برنامه های غذایی	۱	۲	۲
۴۲	کار با نرم افزارهای برآورد، سفارش، نظارت و کنترل آمار مواد اولیه و غذایی واحدهای مختلفدر مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی	۲	۲	۲
۴۳	کار با نرم افزارهای مورد نیاز در رشته تغذیه	۲	۲	۲
۴۶	ارزیابی وضعیت تغذیه بر مبنای ارزیابی دریافت های غذایی و شاخص های تن سنجی مختلف	۲	۲	۲
۵۰	تهیه وسایل کمک آموزشی، تدوین و اجرای یک برنامه آموزش تغذیه، اجرای مشاوره تغذیه	۱	۱	۱
۵۹	کار با دستگاه اندازه گیری ترکیب بدن، متابولیسم پایه	۳	۳	۳

تعداد واحدهای اخذ شده در هر سال تحصیلی

سال تحصیلی	درس عمومی	درس پایه	درس انتخابی	درس تخصصی	کارآموزی در عرصه
سال اول	۱۰	۲۲		۴	
سال دوم	۱۰			۳۰	
سال سوم	۴	۴	۴	۳۲	۳
سال چهارم	.....	....		...	۱۸
کل = ۱۳۰	۲۴	۲۲		۶۶	۱۸

دروس پایه برنامه آموزشی دوره کارشناسی پیوسته رشته علوم تغذیه

کد درس	نام درس	تعداد واحد			تعداد ساعت درسی			پیش نیاز یا همزمان
		جمع	نظری	عملی	جمع	نظری	عملی	
۱۲	روش های مطالعه و یادگیری	۱	۱	-	۱۷	۱۷	-	
۱۳	بیوشیمی مقدماتی	۳	۲	۱	۶۸	۳۴	۳۴	
۱۴	فیزیولوژی (۱)	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۱۵	فیزیولوژی (۲)	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۱۶	آناتومی	۱	۱	-	۱۷	۱۷	-	
۱۷	آمار حیاتی	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۱۸	اصول روانشناسی و مشاوره	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۱۹	جامعه شناسی پزشکی	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۲۰	اصول اپیدمیولوژی	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۲	بهداشت عمومی	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۲۲	انگل شناسی پزشکی	۱	۱	-	۱۷	۱۷	-	
۲۳	میکروب شناسی پزشکی	۲	۱	۱	۵۱	۱۷	۳۴	
		جمع			۲۴			

دروس تخصصی برنامه آموزشی دوره کارشناسی پیوسته رشته علوم تغذیه

پیش نیاز یا همزمان	تعداد ساعت درسی			تعداد واحد			نام درس	کد درس
	عملی	نظری	جمع	عملی	نظری	جمع		
	۳۴	۱۷	۵۱	۱	۱	۲	شیمی مواد غذایی	۲۴
۲۳	۳۴	۱۷	۵۱	۱	۱	۲	میکروب شناسی مواد غذایی	۲۵
۲۲-۲۳	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	بهداشت و مسمومیت مواد غذایی	۲۶
	-	۱۷	۱۷	-	۱	۱	اصول نگهداری مواد غذایی	۲۷
	-	۱۷	۱۷	-	۱	۱	اثر فرآیند بر ارزش مواد خوراکی	۲۸
۱۳	۳۴	۵۱	۸۵	۱	۳	۴	بیوشیمی متابولیسم	۲۹
	-	۱۷	۱۷	-	۱	۱	اصول ایمنولوژی	۳۰
-۷	-	۱۷	۱۷	-	۱	۱	اصطلاحات پزشکی	۳۱
۳۱	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	زبان تخصصی تغذیه	۳۲
۳۱-۱۴-۱۵	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	پاتوفیزیولوژی ۱	۳۳
۳۳	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	پاتوفیزیولوژی ۲	۳۴
۲۹	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	تغذیه اساسی ۱	۳۵
۲۹	-	۵۱	۵۱	-	۳	۳	تغذیه اساسی ۲	۳۶
۳۵-۳۶	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	فیزیولوژی تغذیه	۳۷
	-	۱۷	۱۷	-	۱	۱	اصول تنظیم برنامه های غذایی	۳۸
	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	داروشناسی	۳۹
۳۹	-	۱۷	۱۷	-	۱	۱	تداخل غذا- دارو	۴۰
۳۸-۱۹-۴۸	-	۱۷	۱۷	-	۱	۱	مکمل های غذایی	۴۱
۳۵-۳۶	۳۴	۱۷	۵۱	۱	۱	۲	مدیریت خدمات غذایی	۴۲
۳۸	۳۴		۳۴	۱	-	۱	کاربرد رایانه در علوم تغذیه	۴۳
۳۵-۳۶	-	۱۷	۱۷		۱	۱	اکولوژی غذا و تغذیه	۴۴
۳۵-۳۶	-	۱۷	۱۷		۱	۱	ژنتیک و تغذیه	۴۵
۳۵-۳۶	۳۴	۳۴	۶۸	۱	۲	۳	ارزیابی وضعیت تغذیه	۴۶
۳۵-۳۶-۴۶	-	۳۴	۳۴	-	۲	۲	بیماریهای ناشی از سوءتغذیه	۴۷

کد درس	نام درس	تعداد واحد			تعداد ساعت درسی			پیش نیاز یا همزمان
		جمع	نظری	عملی	جمع	نظری	عملی	
۴۸	تغذیه در دوره های زندگی	۳	۳	-	۵۱	۵۱	-	
	تغذیه در گروه های ویژه	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۵۰	اصول آموزش و مشاوره	۲	۱	۱	۱۷	۵۱	۳۸-۱۹-۵۰	
۵۱	اصول برنامه ریزی در تغذیه جامعه	۲	۲	-	۳۴	۳۴	۵۰-۲۰	
۵۲	خدمات تغذیه ای در مراقبتهای اولیه بهداشتی	۲	۲	-	۳۴	۳۴	۴۶	
۵۳	روش تحقیق در علوم تغذیه	۱	۱	-	۱۷	۱۷	۱۷-۲۰	
۵۴	رژیم درمانی ۱	۲	۲	-	۳۴	۳۴	۳۸	
۵۵	رژیم درمانی ۲	۲	۲	-	۳۴	۳۴	-	
۵۶	رژیم درمانی ۳	۲	۲	-	۳۴	۳۴	۵۴-۵۵	
۵۷	رژیم درمانی ۴	۲	۲	-	۳۴	۳۴	۵۴-۵۵	
۵۸	آشنایی با تفسیر داده های پاراکلینیکی	۱	۱	-	۱۷	۱۷	۴۶	
۵۹	سمینار	۱	-	۱	-	۳۴	۳۵-۳۶	
۶۰	پروژه	۲	-	۲	-	۶۸	۵۳	
<b>جمع</b>		۶۶						

جدول دروس کارآموزی در عرصه دوره کارشناسی پیوسته رشته علوم تغذیه

کد درس	نام درس	تعداد واحد			تعداد ساعت درسی		
		جمع	نظری	کارآموزی	جمع	نظری	کارآموزی
۶۱	کارآموزی در عرصه تغذیه جامعه (مراکز بهداشتی و درمانی)	۶	-	۶	۳۰۶	-	۳۰۶
۶۲	کارآموزی در عرصه تغذیه بالینی	۱۰	-	۱۰	۵۱۰	-	۵۱۰
۶۳	کارآموزی در عرصه صنایع غذایی	۲	-	۲	۱۰۲	-	۱۰۲
<b>جمع</b>		۱۸					

برنامه ترم بندی

ترم اول					
کد درس	نام درس	تعداد واحد	تئوری	عملی	پیش نیاز یا همزمان
۰۱	اندیشه اسلامی ۱	۲	۲	-	-
	زبان پیش دانشگاهی	۲	۲	-	-
۱۳	بیوشیمی مقدماتی	۳	۲	۱	-
۱۴	فیزیولوژی ۱	۲	۲	-	-
۱۶	آناتومی	۱	۱	-	-
۱۷	آمار حیاتی	۲	۲	-	-
۱۸	اصول روانشناسی و مشاوره	۲	۲	-	-
۱۹	جامعه شناسی پزشکی	۲	۲	-	-
۲۳	میکروب شناسی پزشکی	۲	۱	۱	-
	جمع واحد	۱۸	۱۶	۲	

ترم دوم					
کد درس	نام درس	تعداد واحد	تئوری	عملی	پیش نیاز یا همزمان
۰۱	اندیشه اسلامی ۲	۲	۲	-	-
۰۳	انقلاب اسلامی	۲	۲	-	-
۰۸	تربیت بدنی ۱	۱	-	۱	-
۰۷	زبان انگلیسی عمومی	۳	۳	-	-
۱۲	روش های مطالعه و یادگیری	۱	۱	-	-
۱۵	فیزیولوژی ۲	۲	۲	-	-
۲۰	اصول اپیدمیولوژی	۲	۲	-	-
۲۱	بهداشت عمومی	۲	۲	-	-
۲۲	انگل شناسی پزشکی	۱	۱	-	-
۲۹	بیوشیمی متابولیسم	۴	۳	۱	بیوشیمی مقدماتی
	جمع واحد	۲۰	۱۸	۲	

ترم سوم					
کد درس	نام درس	تعداد واحد	تئوری	عملی	پیش نیاز یا همزمان
۰۶	ادبیات فارسی	۳	۳	-	-
۰۹	تربیت بدنی ۲	۱	-	۱	تربیت بدنی ۱
۱۰	دانش خانواده و جمعیت	۲	۲	-	-
۲۴	شیمی مواد غذایی	۲	۱	۱	بیوشیمی مقدماتی
۲۵	میکروب شناسی مواد غذایی	۲	۱	۱	میکروب شناسی پزشکی
۲۶	بهداشت و مسمومیت‌های غذایی	۲	۲	-	میکروب شناسی پزشکی، انگل شناسی پزشکی
۳۰	اصول ایمنولوژی	۱	۱	-	-
۳۱	اصطلاحات پزشکی	۱	۱	-	زبان انگلیسی عمومی
۳۵	تغذیه اساسی ۱	۲	۲	-	بیوشیمی متابولیسم
۳۶	تغذیه اساسی ۲	۳	۳	-	بیوشیمی متابولیسم
۵۳	روش تحقیق در علوم تغذیه	۱	۱	-	آمار حیاتی، اصول اپیدمیولوژی
جمع واحد		۲۰	۱۷	۳	

.....

ترم چهارم					
کد درس	نام درس	تعداد واحد	تئوری	عملی	پیش نیاز یا همزمان
۰۴	تاریخ تحلیلی صدر اسلام	۲	۲	-	
۰۵	تفسیر موضوعی قرآن	۲	۲	-	
۲۷	اصول نگهداری مواد غذایی	۱	۱	-	شیمی مواد غذایی، میکروب شناسی مواد غذایی
۲۸	اثر فرایند بر ارزش مواد خوراکی	۱	۱	-	شیمی مواد غذایی
۳۲	زبان تخصصی تغذیه	۲	۲	-	اصطلاحات پزشکی
۳۳	پاتوفیزیولوژی ۱	۲	۲	-	فیزیولوژی ۱، فیزیولوژی ۲، اصطلاحات پزشکی
۳۸	اصول تنظیم برنامه‌های غذایی	۱	۱	-	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲
۳۹	داروشناسی	۲	۲	-	بیوشیمی متابولیسم، اصطلاحات پزشکی
۴۲	مدیریت خدمات غذایی	۲	۱	۱	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲
۴۴	اکولوژی غذا و تغذیه	۱	۱	-	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲
۴۵	ژنتیک و تغذیه	۱	۱	-	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲
۴۶	ارزیابی وضعیت تغذیه	۳	۲	۱	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲
جمع واحد		۲۰	۱۸	۲	

ترم پنجم

کد درس	نام درس	تعداد واحد	تئوری	عملی	پیش نیاز یا همزمان
۱۱	تاریخ و فرهنگ و تمدن اسلام و ایران	۲	۲	-	-
۳۴	پاتوفیزیولوژی ۲	۲	۲	-	پاتوفیزیولوژی ۱
۳۷	فیزیولوژی تغذیه	۲	۲	-	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲
۴۰	تداخل غذا-دارو	۱	۱	-	داروشناسی
۴۳	کاربرد رایانه در علوم تغذیه	۱	-	۱	اصول تنظیم برنامه‌های غذایی
۴۷	بیماری‌های ناشی از سوءتغذیه	۲	۲	-	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲، ارزیابی وضعیت تغذیه
۴۸	تغذیه در دوره‌های زندگی	۳	۳	-	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲، اصول تنظیم برنامه‌های غذایی
۵۲	خدمات تغذیه ای در مراقبت‌های اولیه بهداشتی	۲	۲	-	ارزیابی وضعیت تغذیه
۵۴	رژیم درمانی ۱	۲	۲	-	اصول تنظیم برنامه‌های غذایی
۵۵	رژیم درمانی ۲	۲	۲	-	اصول تنظیم برنامه‌های غذایی
دانشگاه علوم پزشکی مجازی	اصول و مبانی مدیریت خطر حوادث و بلایا	۲	۲	-	-
	جمع واحد	۲۱	۲۰	۱	

.....

ترم ششم

کد درس	نام درس	تعداد واحد	تئوری	عملی	پیش نیاز یا همزمان
۰۲	آیین زندگی (اخلاق کاربردی)	۲	۲	-	-
۴۱	مکمل های غذایی	۱	۱	-	داروشناسی
۴۹	تغذیه گروه های ویژه	۲	۲	-	اصول تنظیم برنامه های غذایی، ارزیابی وضعیت تغذیه
۵۰	اصول آموزش و مشاوره تغذیه	۲	۱	۱	اصول روانشناسی و مشاوره، جامعه شناسی پزشکی، تغذیه در دوره های زندگی
۵۱	اصول برنامه ریزی در تغذیه جامعه	۲	۲	-	اصول اپیدمیولوژی، اصول آموزش و مشاوره تغذیه
۵۶	رژیم درمانی ۳	۲	۲	-	رژیم درمانی ۱ رژیم درمانی ۲
۵۷	رژیم درمانی ۴	۲	۲	-	رژیم درمانی ۱ رژیم درمانی ۲
۵۸	آشنایی با تفسیر داده های پاراکلینیکی	۱	۱	-	ارزیابی وضعیت تغذیه
۵۹	سمینار	۱	-	۱	تغذیه اساسی ۱، تغذیه اساسی ۲، ارزیابی وضعیت تغذیه
۶۰	پروژه	۲	-	۲	روش تحقیق در علوم تغذیه
دانشگاه علوم پزشکی مجازی	آشنایی با مبانی طب سنتی و مکمل	۲	۲	-	
	جمع واحد	۱۹	۱۵	۴	

.....

ترم هفتم

پیش نیاز یا همزمان	عملی	تئوری	تعداد واحد	نام درس	کد درس
	۶	-	۶	کارآموزی در عرصه تغذیه جامعه (مراکز بهداشتی و درمانی)	۶۱
	۲	-	۲	کارآموزی در عرصه صنایع غذایی	۶۳
	۸	-	۸	جمع واحد	

ترم هشتم

پیش نیاز یا همزمان	عملی	تئوری	تعداد واحد	نام درس	کد درس
	۱۰	-	۱۰	کارآموزی در عرصه تغذیه بالینی	۶۲
	۱۰	-	۱۰	جمع واحد	

طرح دوره های دروس تخصصی رشته علوم تغذیه

مقطع کارشناسی پیوسته

## **Course Plans**

## طرح دوره تغذیه اساسی ۱ Nutrition Course Plan ۱

مشخصات کلی:

نام دانشکده: پزشکی	گروه آموزشی: تغذیه و رژیم درمانی
نام درس: تغذیه اساسی ۱	رشته تحصیلی: علوم تغذیه

مشخصات درس:

نام درس: تغذیه اساسی ۱	تعداد واحد: ۲	پیش نیاز: بیوشیمی متابولیسم
زمان برگزاری: یکشنبه ها ساعت ۱۰ الی ۱۲	نیمسال: اول	سال تحصیلی: ۱۴۰۲-۱۴۰۱
نام مدرس یا مدرسین: دکتر محمدی (۲ واحد)		
نام مدرس مسئول درس: دکتر محمدی		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: 09171482015		
Mohammadi.nut@gmail.com		

اهداف درس:

<p><b>هدف کلی:</b> آشنایی با اصول پایه تغذیه و اهمیت درشت مغذی ها در پیشگیری و درمان بیماری ها و سلامت فرد</p> <p><b>اهداف اختصاصی<sup>۴</sup>:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با انرژی و فرمول‌های محاسبه انرژی مورد نیاز بدن</li> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با کربوهیدرات‌ها و نقش آنها در بدن</li> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با پروتئین‌ها و نقش آنها در بدن</li> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با چربی‌ها و نقش آنها در بدن</li> </ul> <p><b>فهرست محتوا:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>۱. تعاریف پایه و تقسیم بندی بیوشیمی کربوهیدرات‌ها</li> <li>۲. کربوهیدرات‌های مواد غذایی</li> <li>۳. نشاسته‌های موجود، مقاومت، ساختار و هضم و جذب</li> <li>۴. فیبرها: ساختار و تقسیم بندی</li> <li>۵. هگروزهای مهم در تغذیه: گلوکز فروکتوز و گالاکتوز هضم جذب و متابولیسم</li> <li>۶. شیرین کننده‌های مصنوعی: ساختار، آزمون جذب، میزان انرژی تولیدی و تاثیر احتمالی در سلامت و بیماری‌ها</li> <li>۷. قند خون تنظیم متابولیسمی هورمونی و سلولی مولکولی گلوکز در خون</li> <li>۸. تعریف کربوهیدرات‌های کاربوژن و بیان مکانیسم‌های احتمالی کربوهیدرات‌ها در فرایند کاربوژن‌نسیته</li> <li>۹. بررسی علت افزایش تری گلیسیرید با مصرف افراطی کربوهیدرات‌ها و نقش این درشت مغذی در سندرم متابولیک، بیماری‌های قلبی عروقی و دیابت</li> <li>۱۰. مفاهیم پایه و ساختار بیوشیمیایی اسیدهای آمینه</li> <li>۱۱. هضم و جذب و متابولیسم اسیدهای آمینه در بدن، توزیع آمینو اسیدها و روش‌های سنتز و تجزیه آمینو اسیدها برای روشن شدن علل ضروری بودن برخی آمینو اسیدها در بدن</li> <li>۱۲. روش‌های ارزیابی کیفیت پروتئین</li> <li>۱۳. روش‌های تعیین نیاز پروتئین‌ها و اسیدهای آمینه در بدن</li> </ol>
---

۱۴. تعاریف پایه و ساختار بیوشیمیایی لیپیدها (تری گلیسرید و اسیدهای چرب، کلسترول، فسفولیپید و استرول ها) و جانشین شونده‌های چربی
۱۵. هضم، جذب و متابولیسم چربی‌ها و تاکید بر نقش آنزیم‌ها و هورمون‌های کلیدی اهمیت آنها در سلامت و بیماری‌ها به فرایند تشکیل لیپوپروتئین‌ها
۱۶. فرایند سنتز اسیدهای چرب در بدن، آنزیم‌های موجود و علت ضروری بودن برخی از اسیدهای چرب
۱۷. نقش اسیدهای چرب در التهاب بیماری‌های قلبی و عروقی و تنفسی
۱۸. ترکیب بدن
۱۹. مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با انرژی واحدهای اندازه گیری ضریب تنفسی
۲۰. اجزای انرژی صرفی: BMR, PA, TEF, تعاریف و عوامل موثر بر هر یک از این اجزا
۲۱. کالریمتری مستقیم غیر مستقیم و آب دو بار نشان‌دار، استاندارد طلایی
۲۲. آشنایی با فرمول‌های هریس بندیکت، owen, مفلین، penn state و فرمول‌های جدید انرژی
۲۳. آشنایی با مفاهیم PAL, MET و کاربرد آنها

#### وظایف / تکالیف دانشجویان:

مطالعه محتوای آموزش داده شده در هر جلسه  
شرکت در کلاس و گفتگوهای کلاسی  
انجام تکالیف مشخص شده برای هر درس  
شرکت در آزمون میان ترم و آزمون نهایی

<sup>4</sup>منظور از اهداف اختصاصی همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است.

#### ارزشیابی دانشجو:

درصد از نمره کل	مبنای ارزشیابی
۴۵	آزمون پایانی
۴۵	آزمون یا آزمون های میان ترم
۵	حضور و مشارکت در کلاس، تالار گفتگو و چت روم
۵	انجام تکالیف، پروژه ها و پاسخ به تمرین

#### منابع پیشنهادی برای مطالعه:

1. Ellie Whitney., Sharon Rady Rolfes. Understanding Nutrition. 16<sup>th</sup> edition, 2022.
2. KATHLEEN MOHAN L., Raymondjl. Krause's food and the Nutrition Care Proses. Loise Missouri Elsevier.
3. Katharine Ross, Benjamine Caballero, Robert J. Cousins, Katherine L Tucker, Thomas R. Ziegler. Modern Nutrition in Health and Disease. Lippincott Williams & Wilkines

جدول زمان بندی دروس:

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام استاد
۱	1401/06/20	۱۰ الی ۱۲	مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با انرژی، واحدهای اندازه گیری ضریب تنفسی	حضور	دکتر محمدی
۲	1401/06/27	۱۰ الی ۱۲	اجزای انرژی صرفی: BMR, PA, TEF, تعاریف و عوامل موثر بر هر یک از این اجزا	حضور	دکتر محمدی
۳	1401/07/3 تعطیلی (جبرانی)	۱۰ الی ۱۲	کالریمتری مستقیم، غیر مستقیم و آب دو بار نشان‌دار، استاندارد طلایی	حضور	دکتر محمدی
۴	1401/07/10	۱۰ الی ۱۲	آشنایی با فرمول‌های هریس بندیکت، owen, مفلین، penn state	حضور	دکتر محمدی
۵	1401/07/17	۱۰ الی ۱۲	فرمول‌های جدید انرژی آشنایی با مفاهیم PAL, MET و کاربرد آنها	حضور	دکتر محمدی
۶	1401/07/24	۱۰ الی ۱۲	تعاریف پایه و تقسیم بندی بیوشیمی کربوهیدرات‌ها و کربوهیدرات‌های مواد غذایی	حضور	دکتر محمدی
۷	1401/08/1	۱۰ الی ۱۲	نشاسته‌های موجود، مقاومت، ساختار و هضم و جذب، فیبرها: ساختار و تقسیم بندی	حضور	دکتر محمدی
۸	1401/08/8	۱۰ الی ۱۲	هگزوزهای مهم در تغذیه: گلوکز فروکتوز و گالاکتوز: هضم جذب و متابولیسم، شیرین کننده‌های مصنوعی ساختار، آزمون جذب میزان انرژی تولیدی و تاثیر احتمالی در سلامت و بیماری‌ها- قند خون: تنظیم متابولیکی هورمونی و سلولی مولکولی گلوکز در خون	حضور	دکتر محمدی
۹	1401/08/15	۱۰ الی ۱۲	تعریف کربوهیدرات‌های کاربوژن و بیان مکانیسم‌های احتمالی، کربوهیدرات‌ها در فرایند کاربوژن‌نسیسته، بررسی علت افزایش تری گلیسیرید با مصرف افراطی کربوهیدرات‌ها و نقش این درشت مغذی در سندرم متابولیک، بیماری‌های قلبی عروقی و دیابت	حضور	دکتر محمدی
۱۰	1401/08/22	۱۰ الی ۱۲	مفاهیم پایه و ساختار بیوشیمیایی اسیدهای آمینه، هضم و جذب و متابولیسم اسیدهای آمینه در بدن توزیع آمینو اسیدها و روش های سنتز و تجزیه آمینو اسیدها برای روشن شدن علل ضروری بودن برخی آمینو اسیدها در بدن	حضور	دکتر محمدی
۱۱	1401/08/29	۱۰ الی ۱۲	روش‌های ارزیابی کیفیت پروتئین، روش‌های تعیین نیاز به پروتئین‌ها و اسیدهای آمینه در بدن	حضور	دکتر محمدی
۱۲	1401/09/6	۱۰ الی ۱۲	تعاریف پایه و ساختار بیوشیمیایی لیپیدها (تری گلیسیرید و اسیدهای چرب، کلسترول، فسفولیپید و استرول‌ها) و جانشین شونده‌های چربی	حضور	دکتر محمدی
۱۳	1401/09/13	۱۰ الی ۱۲	هضم، جذب و متابولیسم چربی‌ها و تاکید بر نقش آنزیم‌ها و هورمون‌های کلیدی اهمیت آنها در سلامت و بیماری‌ها	حضور	دکتر محمدی
۱۴	1401/09/20	۱۰ الی ۱۲	فرایند تشکیل لیپوپروتئین‌ها و نقش آنها در بدن	حضور	دکتر محمدی

دکتر محمدی	حضور	فرایند سنتز اسیدهای چرب در بدن آنزیم‌های موجود و علت ضروری بودن برخی از اسیدهای چرب	۱۰ الی ۱۲	1401/09/27	۱۵
دکتر محمدی	حضور	نقش اسیدهای چرب در التهاب بیماری‌های قلبی و عروقی و تنفسی	۱۰ الی ۱۲	1401/10/4	۱۶
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم اول : جلسه ۱ تا ۳		
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم دوم : جلسه ۱ تا ۶		
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم دوم : جلسه ۱ تا ۹		
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم دوم : جلسه ۱ تا ۱۲		
		تاریخ امتحان: اعلام شده توسط آموزش	امتحان پایان ترم جلسه ۱ تا ۱۶		
ساعت امتحان:.....					
ساعت امتحان:.....					
ساعت امتحان:.....					
ساعت امتحان:.....					
ساعت امتحان:.....					

## طرح دوره تغذیه اساسی ۱ Nutrition Course Plan ۱

مشخصات کلی:

نام دانشکده: پزشکی	گروه آموزشی: تغذیه و رژیم درمانی
نام درس: تغذیه اساسی ۱	رشته تحصیلی: علوم تغذیه

مشخصات درس:

نام درس: تغذیه اساسی ۱	تعداد واحد: ۲	پیش نیاز: بیوشیمی متابولیسم
زمان برگزاری: یکشنبه ها ساعت ۱۰ الی ۱۲	نیمسال: اول	سال تحصیلی: ۱۴۰۲-۱۴۰۱
نام مدرس یا مدرسین: دکتر محمدی (۲ واحد)		
نام مدرس مسئول درس: دکتر محمدی		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: 09171482015 Mohammadi.nut@gmail.com		

اهداف درس:

<p><b>هدف کلی:</b> آشنایی با اصول پایه تغذیه و اهمیت درشت مغذی ها در پیشگیری و درمان بیماری ها و سلامت فرد</p> <p><b>اهداف اختصاصی<sup>۴</sup>:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با انرژی و فرمول های محاسبه انرژی مورد نیاز بدن</li> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با کربوهیدرات ها و نقش آنها در بدن</li> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با پروتئین ها و نقش آنها در بدن</li> <li>- آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با چربی ها و نقش آنها در بدن</li> </ul> <p><b>فهرست محتوا:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>۱. تعاریف پایه و تقسیم بندی بیوشیمی کربوهیدرات ها</li> <li>۲. کربوهیدرات های مواد غذایی</li> <li>۳. نشاسته های موجود، مقاومت، ساختار و هضم و جذب</li> <li>۴. فیبرها: ساختار و تقسیم بندی</li> <li>۵. هگروزهای مهم در تغذیه: گلوکز فروکتوز و گالاکتوز هضم جذب و متابولیسم</li> <li>۶. شیرین کننده های مصنوعی: ساختار، آزمون جذب، میزان انرژی تولیدی و تاثیر احتمالی در سلامت و بیماری ها</li> <li>۷. قند خون تنظیم متابولیسمی هورمونی و سلولی مولکولی گلوکز در خون</li> <li>۸. تعریف کربوهیدرات های کاربوژن و بیان مکانیسم های احتمالی کربوهیدرات ها در فرایند کاربوژیسیسته</li> <li>۹. بررسی علت افزایش تری گلیسیرید با مصرف افراطی کربوهیدرات ها و نقش این درشت مغذی در سندرم متابولیک، بیماری های قلبی عروقی و دیابت</li> <li>۱۰. مفاهیم پایه و ساختار بیوشیمیایی اسیدهای آمینه</li> <li>۱۱. هضم و جذب و متابولیسم اسیدهای آمینه در بدن، توزیع آمینو اسیدها و روش های سنتز و تجزیه آمینو اسیدها برای روشن شدن علل ضروری بودن برخی آمینو اسیدها در بدن</li> </ol>
---

۱۲. روش‌های ارزیابی کیفیت پروتئین
۱۳. روش‌های تعیین نیاز به پروتئین‌ها و اسیدهای آمینه در بدن
۱۴. تعاریف پایه و ساختار بیوشیمیایی لیپیدها (تری گلیسرید و اسیدهای چرب، کلسترول، فسفولیپید و استرول‌ها) و جانشین شونده‌های چربی
۱۵. هضم، جذب و متابولیسم چربی‌ها و تاکید بر نقش آنزیم‌ها و هورمون‌های کلیدی اهمیت آنها در سلامت و بیماری‌ها به فرایند تشکیل لیپوپروتئین‌ها
۱۶. فرایند سنتز اسیدهای چرب در بدن، آنزیم‌های موجود و علت ضروری بودن برخی از اسیدهای چرب
۱۷. نقش اسیدهای چرب در التهاب بیماری‌های قلبی و عروقی و تنفسی
۱۸. ترکیب بدن
۱۹. مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با انرژی واحدهای اندازه گیری ضریب تنفسی
۲۰. اجزای انرژی صرفی: BMR, PA, TEF, تعاریف و عوامل موثر بر هر یک از این اجزا
۲۱. کالریمتری مستقیم غیر مستقیم و آب دو بار نشان‌دار، استاندارد طلایی
۲۲. آشنایی با فرمول‌های هریس بندیکت، owen, مفلین, penn state و فرمول‌های جدید انرژی
۲۳. آشنایی با مفاهیم PAL, MET و کاربرد آنها

#### وظایف / تکالیف دانشجویان:

مطالعه محتوای آموزش داده شده در هر جلسه  
شرکت در کلاس و گفتگوهای کلاسی  
انجام تکالیف مشخص شده برای هر درس  
شرکت در آزمون میان ترم و آزمون نهایی

<sup>4</sup> منظور از اهداف اختصاصی همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است.

#### ارزشیابی دانشجویان:

درصد از نمره کل	مبنای ارزشیابی
۴۵	آزمون پایانی
۴۵	آزمون یا آزمون های میان ترم
۵	حضور و مشارکت در کلاس، تالار گفتگو و چت روم
۵	انجام تکالیف، پروژه ها و پاسخ به تمرین

#### منابع پیشنهادی برای مطالعه:

1. Ellie Whitney., Sharon Rady Rolfes. Understanding Nutrition. 16<sup>th</sup> edition, 2022.
2. KATHLEEN MOHAN L., Raymondjl. Krause's food and the Nutrition Care Proses. Loise Missouri Elsevier.
3. Katharine Ross, Benjamine Caballero, Robert J. Cousins, Katherine L Tucker, Thomas R. Ziegler. Modern Nutrition in Health and Disease. Lippincott Williams & Wilkines

جدول زمان بندی دروس:

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام استاد
۱	1401/06/20	۱۰ الی ۱۲	مفاهیم پایه و تعاریف مهم در ارتباط با انرژی، واحدهای اندازه گیری ضریب تنفسی	حضور	دکتر محمدی
۲	1401/06/27	۱۰ الی ۱۲	اجزای انرژی صرفی: BMR, PA, TEF, تعاریف و عوامل موثر بر هر یک از این اجزا	حضور	دکتر محمدی
۳	1401/07/3 (تعطیلی (جبرانی)	۱۰ الی ۱۲	کالریمتری مستقیم، غیر مستقیم و آب دو بار نشان دار، استاندارد طلایی	حضور	دکتر محمدی
۴	1401/07/10	۱۰ الی ۱۲	آشنایی با فرمول‌های هریس بندیکت، owen, مفلین، penn state	حضور	دکتر محمدی
۵	1401/07/17	۱۰ الی ۱۲	فرمول‌های جدید انرژی آشنایی با مفاهیم PAL, MET و کاربرد آنها	حضور	دکتر محمدی
۶	1401/07/24	۱۰ الی ۱۲	تعاریف پایه و تقسیم بندی بیوشیمی کربوهیدرات‌ها و کربوهیدرات‌های مواد غذایی	حضور	دکتر محمدی
۷	1401/08/1	۱۰ الی ۱۲	نشاسته‌های موجود، مقاومت، ساختار و هضم و جذب، فیبرها: ساختار و تقسیم بندی	حضور	دکتر محمدی
۸	1401/08/8	۱۰ الی ۱۲	هگزوزهای مهم در تغذیه: گلوکز فروکتوز و گالاکتوز: هضم جذب و متابولیسم، شیرین کننده‌های مصنوعی ساختار، آزمون جذب میزان انرژی تولیدی و تاثیر احتمالی در سلامت و بیماری‌ها- قند خون: تنظیم متابولیکی هورمونی و سلولی مولکولی گلوکز در خون	حضور	دکتر محمدی
۹	1401/08/15	۱۰ الی ۱۲	تعریف کربوهیدرات‌های کاربوژن و بیان مکانیسم‌های احتمالی، کربوهیدرات‌ها در فرایند کاربوژن‌نیسته، بررسی علت افزایش تری گلیسیرید با مصرف افراطی کربوهیدرات‌ها و نقش این درشت مغذی در سندرم متابولیک، بیماری‌های قلبی عروقی و دیابت	حضور	دکتر محمدی
۱۰	1401/08/22	۱۰ الی ۱۲	مفاهیم پایه و ساختار بیوشیمیایی اسیدهای آمینه، هضم و جذب و متابولیسم اسیدهای آمینه در بدن توزیع آمینو اسیدها و روش‌های سنتز و تجزیه آمینو اسیدها برای روشن شدن علل ضروری بودن برخی آمینو اسیدها در بدن	حضور	دکتر محمدی
۱۱	1401/08/29	۱۰ الی ۱۲	روش‌های ارزیابی کیفیت پروتئین، روش‌های تعیین نیاز به پروتئین‌ها و اسیدهای آمینه در بدن	حضور	دکتر محمدی
۱۲	1401/09/6	۱۰ الی ۱۲	تعاریف پایه و ساختار بیوشیمیایی لیپیدها (تری گلیسیرید و اسیدهای چرب، کلسترول، فسفولیپید و استرول‌ها) و جانشین شونده‌های چربی	حضور	دکتر محمدی

دکتر محمدی	حضور	هضم، جذب و متابولیسم چربی‌ها و تاکید بر نقش آنزیم‌ها و هورمون‌های کلیدی اهمیت آنها در سلامت و بیماری‌ها	۱۰ الی ۱۲	1401/09/13	۱۳
دکتر محمدی	حضور	فرایند تشکیل لیپوپروتئین‌ها و نقش آنها در بدن	۱۰ الی ۱۲	1401/09/20	۱۴
دکتر محمدی	حضور	فرایند سنتز اسیدهای چرب در بدن آنزیم‌های موجود و علت ضروری بودن برخی از اسیدهای چرب	۱۰ الی ۱۲	1401/09/27	۱۵
دکتر محمدی	حضور	نقش اسیدهای چرب در التهاب بیماری‌های قلبی و عروقی و تنفسی	۱۰ الی ۱۲	1401/10/4	۱۶
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم اول : جلسه ۱ تا ۳		
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم دوم : جلسه ۱ تا ۶		
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم دوم : جلسه ۱ تا ۹		
		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم دوم : جلسه ۱ تا ۱۲		
		تاریخ امتحان: اعلام شده توسط آموزش	امتحان پایان ترم جلسه ۱ تا ۱۶		

## طرح دوره تغذیه اساسی ۲ Nutrition Course Plan

مشخصات کلی:

نام دانشکده: پزشکی	گروه آموزشی: تغذیه و رژیم درمانی
نام درس: تغذیه اساسی ۲	رشته تحصیلی: علوم تغذیه

مشخصات درس:

نام درس: تغذیه اساسی ۲	تعداد واحد: ۳	پیش نیاز: بیوشیمی متابولیسم
زمان برگزاری: دوشنبه‌ها و چهارشنبه‌ها ساعت ۱۰ الی ۱۲ نیمسال: اول سال تحصیلی: ۱۴۰۱-۱۴۰۲		
نام مدرس یا مدرسین: دکتر رزم پور (مسئول درس، ۲ واحد)، دکتر رضانی (۱ واحد)		
نام مدرس مسئول درس: دکتر رزم پور		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی:		

اهداف درس:

<p><b>هدف کلی:</b> بیان اهمیت و نقش ویتامین‌ها، شبه ویتامین‌ها، آب و الکترولیت‌ها و مواد معدنی در عملکرد طبیعی بدن، سلامت و بیماری‌ها</p> <p><b>اهداف اختصاصی<sup>۴</sup>:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- آشنایی با اهمیت و نقش ویتامین‌های محلول در چربی در تامین سلامت فرد</li> <li>- آشنایی با اهمیت و نقش ویتامین‌های محلول در آب در تامین سلامت فرد</li> <li>- آشنایی با اهمیت و نقش مواد معدنی در تامین سلامت فرد</li> <li>- آشنایی با اهمیت تامین آب و الکترولیت‌ها</li> <li>- آشنایی با شبه ویتامین‌ها، فلاونوئیدها و کارتنوئیدها و نقش آن‌ها در سلامتی</li> </ul> <p><b>فهرست محتوا:</b></p> <p>۱- ساختار بیوشیمیایی، روش‌های ارزیابی میزان ویتامین‌های محلول در چربی (A,D,E,K) و ویتامین‌های محلول در آب در مواد غذایی (B,B2,B5,B6,B8,B9,B12,C) ، مقادیر توصیه شده روزانه DRI و متغیرهای مورد استفاده در منابع غذایی، هضم، جذب و متابولیسم، نقش ویتامین‌ها در بیماری‌ها، نقش‌های درمانی و موارد مورد نیاز برای محدودیت، روش‌های ارزشیابی وضعیت ویتامین‌ها در بدن، علل کمبود، علائم و نحوه درمان، علل مسمومیت، علائم و نحوه درمان تداخلات دارو با غذا و بالعکس در بیماری‌های مختلف.</p> <p>۲- توزیع مواد معدنی عمده (کلسیم، فسفر، منیزیم و گوگرد) و جزئی و بسیار جزئی (آهن، روی، منگنز، کروم یا سلنیوم مولیبدنیوم ، کبالت، بور و آرسنیک) در بدن، هضم، جذب و متابولیسم، نقشه‌های بیولوژیکی و سلولی مواد معدنی در بدن، منابع غذایی غنی و مهم، ارزیابی وضعیت مواد معدنی در بدن در شرایط مختلف فیزیولوژی و دوران‌های مختلف زندگی، مقادیر توصیه شده روزانه و عوامل تعیین کننده، علل کمبود، علائم و نحوه درمان، علل مسمومیت، علائم و نحوه درمان استفاده فارماکولوژیک از مواد معدنی تداخلات دارویی با مواد معدنی، در بیماری‌های مختلف</p> <p>۳- توضیح آب و الکترولیت‌های مهم در بدن، علل دهیدراتاسیون و overhydration ، ادم، آسیت، علائم و علل هایپو و هایپرناترمی، علائم، درمان، علل هایپو و هایپرکالمی، علائم، درمان، علل هایپو و هایپر فسفاتمی، علل و علائم و درمان اسیدوز تنفسی و متابولیکی، آلكالوز تنفسی و متابولیکی</p> <p>۴- شبه ویتامین‌ها (کارنیتین، کولین، بیوایزوبیوتین، فلاونوئیدها و کارتنوئیدها، ساکسارین، تقسیم بندی و نقش در سلامتی و بیماری‌ها)</p>
---

**وظایف / تکالیف دانشجویان:**

مطالعه محتوای آموزش داده شده در هر جلسه  
 شرکت در کلاس و گفتگوهای کلاسی  
 انجام تکالیف مشخص شده برای هر درس  
 شرکت در آزمون میان ترم و آزمون نهایی

<sup>4</sup>منظور از اهداف اختصاصی همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است.

**ارزشیابی دانشجویان:**

درصد از نمره کل	مبنای ارزشیابی
۶۰	آزمون پایانی
۳۰	آزمون یا آزمون های میان ترم
۵	حضور و مشارکت در کلاس، تالار گفتگو و چت روم
۵	انجام تکالیف، پروژه ها و پاسخ به تمرین

**منابع پیشنهادی برای مطالعه:**

1. Ellie Whitney., Sharon Rady Rolfes. Understanding Nutrition. 16<sup>th</sup> edition, 2022.
2. KATHLEEN MOHAN L., Raymondjl. Krause's food and the Nutrition Care Proses. Loise Missouri Elsevier.
3. Katharine Ross, Benjamine Caballero, Robert J. Cousins, Katherine L Tucker, Thomas R. Ziegler. Modern Nutrition in Health and Disease. Lippincott Williams & Wilkines

**جدول زمان بندی دروس:**

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام استاد
۱	1401/06/21	۱۰ الی ۱۲	ویتامین های محلول در چربی (ویتامین A)	حضور	دکتر رزم پور
۲	1401/06/23	۱۰ الی ۱۲	ویتامین های محلول در چربی (ویتامین A)	حضور	دکتر رزم پور
۳	1401/06/28	۱۰ الی ۱۲	ویتامین های محلول در چربی (ویتامین D)	حضور	دکتر رزم پور
۴	1401/07/04	۱۰ الی ۱۲	ویتامین های محلول در چربی (ویتامین D)	حضور	دکتر رزم پور
۵	1401/07/06	۱۰ الی ۱۲	ویتامین های محلول در چربی (ویتامین E و K)	حضور	دکتر رزم پور
۶	1401/07/11	۱۰ الی ۱۲	ویتامین های محلول در آب (B1 و B2)	حضور	دکتر رضانی

دکتر رضانی	حضورى	ویتامین های محلول در آب (B3 , B5, B8)	۱۰ الی ۱۲	1401/07/18	۷
دکتر رضانی	حضورى	ویتامین های محلول در آب (B6)	۱۰ الی ۱۲	1401/07/20	۸
دکتر رضانی	حضورى	ویتامین های محلول در آب (B9)	۱۰ الی ۱۲	1401/07/25	۹
دکتر رضانی	حضورى	ویتامین های محلول در آب (B12)	۱۰ الی ۱۲	1401/08/02	۱۰
دکتر رضانی	حضورى	ویتامین های محلول در آب (C)	۱۰ الی ۱۲	1401/08/04	۱۱
دکتر رضانی	حضورى	مواد معدنی عمده (کلسیم و فسفر)	۱۰ الی ۱۲	1401/08/09	۱۲
دکتر رضانی	حضورى	مواد معدنی عمده (کلسیم و فسفر)	۱۰ الی ۱۲	1401/08/16	۱۳
دکتر رزم پور	حضورى	مواد معدنی عمده (منیزیم و گوگرد)	۱۰ الی ۱۲	1401/08/18	۱۴
دکتر رزم پور	حضورى	مواد معدنی جزئی (آهن)	۱۰ الی ۱۲	1401/08/23	۱۵
دکتر رزم پور	حضورى	مواد معدنی جزئی (آهن)	۱۰ الی ۱۲	1401/08/30	۱۶
دکتر رزم پور	حضورى	مواد معدنی جزئی و بسیار جزئی (ید، روی، منگنز، کروم یا سلنیوم مولیبدنیوم، کبالت، بور و آرسنیک)	۱۰ الی ۱۲	1401/09/02	۱۷
دکتر رزم پور	حضورى	مواد معدنی جزئی و بسیار جزئی (ید، روی، منگنز، کروم یا سلنیوم مولیبدنیوم، کبالت، بور و آرسنیک)	۱۰ الی ۱۲	1401/09/07	۱۸
دکتر رزم پور	حضورى	توضیح آب و الکترولیت های مهم در بدن، علل دهیدراتاسیون و overhydration	۱۰ الی ۱۲	1401/09/14	۱۹
دکتر رزم پور	حضورى	ادم، آسیت	۱۰ الی ۱۲	1401/09/16	۲۰
دکتر رزم پور	حضورى	علائم و علل هایپو و هایپر ناترمی، علائم، درمان، علل هایپو و هایپر کالمی، علائم، درمان، علل هایپو و هایپر فسفاتمی	۱۰ الی ۱۲	1401/09/21	۲۱
دکتر رزم پور	حضورى	علل و علائم و درمان اسیدوز تنفسی و متابولیکی، آلکالوز تنفسی و متابولیکی	۱۰ الی ۱۲	1401/09/27	۲۲
دکتر رزم پور	حضورى	شبه ویتامین ها (کارنیتین، کولین، میواینوزیتول)	۱۰ الی ۱۲	1401/09/30	۲۳
دکتر رزم پور	حضورى	فلاونوئیدها و کارتنوئیدها: ساختار، تقسیم بندی و نقش در سلامتی و بیماری ها	۱۰ الی ۱۲	1401/10/05	۲۴

..... ساعت امتحان:.....	تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم اول : جلسه ۱ تا ۵
..... ساعت امتحان:.....	تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم دوم : جلسه ۶ تا ۱۲
..... ساعت امتحان:.....	تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم سوم : جلسه ۱۳ تا ۱۸
..... ساعت امتحان:.....	تاریخ امتحان: اعلام شده توسط آموزش	پایان ترم: جلسه ۱۹ تا ۲۴

## Research in Nutrition Course Plan طرح دوره روش تحقیق در تغذیه

مشخصات کلی:

نام دانشکده: پزشکی	گروه آموزشی: تغذیه و رژیم درمانی
نام درس: روش تحقیق در علوم تغذیه	رشته تحصیلی: علوم تغذیه

مشخصات درس:

نام درس: روش تحقیق در علوم تغذیه	تعداد واحد: ۱	پیش نیاز: آمار حیاتی، اصول اپیدمیولوژی
زمان برگزاری: سه شنبه ساعت ۱۴ الی ۱۶	نیمسال: اول	سال تحصیلی: ۱۴۰۱-۱۴۰۲
نام مدرس یا مدرسین: دکتر رضانی (۱ واحد)		
نام مدرس مسئول درس: دکتر رضانی		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: 09138997251 Ramezani.n.j@gmail.com		

اهداف درس:

هدف کلی: در پایان این درس دانشجو باید روش‌های پژوهش را درک نموده و آنها را در مورد شناسایی و حل مشکلات غذا و تغذیه به کار ببندد. به طور ویژه دانشجو باید قادر باشد:

الف: انواع مختلف روش‌های پژوهش غذا و تغذیه را بیان و مقایسه کند.

ب: مراحل تدوین یک طرح پژوهشی غذا و تغذیه را شرح دهد.

### اهداف اختصاصی<sup>۴</sup>:

- آشنایی با انتخاب موضوع
- آشنایی با اجزای پروپوزال شامل بیان مسئله، بررسی متون، اهداف و ...
- آشنایی با روش‌های گردآوری داده و نمونه
- آشنایی با مسائل اخلاقی در پژوهش

### فهرست محتوا:

- معیارهای انتخاب موضوع پژوهشی
- بیان مسئله
- بررسی متون
- اهداف، پرسش‌ها، فرضیات
- جدول متغیرها
- روش‌های گردآوری داده‌ها
- حجم نمونه و روش‌های نمونه‌گیری
- تجزیه و تحلیل داده‌ها
- پیش‌آزمایی روش تحقیق و طرح کار
- مدیریت تحقیق و بودجه
- اخلاق در پژوهش

**وظایف / تکالیف دانشجویان:**

مطالعه محتوای آموزش داده شده در هر جلسه  
شرکت در کلاس و گفتگوهای کلاسی  
انجام تکالیف مشخص شده برای هر درس  
شرکت در آزمون میان ترم و آزمون نهایی

<sup>4</sup>منظور از اهداف اختصاصی همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است.

**ارزشیابی دانشجوی:**

درصد از نمره کل	مبنای ارزشیابی
50	آزمون پایانی
-	آزمون یا آزمون های میان ترم
-	حضور و مشارکت در کلاس، تالار گفتگو و چت روم
50	انجام تکالیف، پروژه ها و پاسخ به تمرین

**منابع پیشنهادی برای مطالعه:**

وارکویزر . س. م . پاتمنتن . ا. برافلی آ. روش تحقیق در سیستم های بهداشتی. ترجمه ستوده مرام آ. دژکامم. زعیم م. معاونت  
پژوهشی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

**جدول زمان بندی دروس:**

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام استاد
۱	1401/07/12	۱۴ الی ۱۶	معیارهای انتخاب موضوع پژوهشی در حیطه علوم تغذیه	حضوری	دکتر رضائی
۲	1401/07/19	۱۴ الی ۱۶	بیان مسئله	حضوری	دکتر رضائی
۳	1401/07/26	۱۴ الی ۱۶	جست و جوی منابع و بررسی متون	حضوری	دکتر رضائی
۴	1401/08/10	۱۴ الی ۱۶	اهداف، پرسش ها، فرضیات	حضوری	دکتر رضائی
۵	1401/08/24	۱۴ الی ۱۶	جدول متغیرها - روش های گردآوری داده ها	حضوری	دکتر رضائی
۶	1401/09/08	۱۴ الی ۱۶	حجم نمونه و روش های نمونه گیری - تجزیه و تحلیل داده ها	حضوری	دکتر رضائی
۷	1401/09/22	۱۴ الی ۱۶	پیش آزمایی روش تحقیق و طرح کار - مدیریت تحقیق و بودجه	حضوری	دکتر رضائی
۸	1401/09/29	۱۴ الی ۱۶	اخلاق در پژوهش خلاصه طرح پیشنهادی	حضوری	دکتر رضائی

## طرح دوره تغذیه اساسی ۲ Nutrition Course Plan

مشخصات کلی:

نام دانشکده: پزشکی	گروه آموزشی: تغذیه و رژیم درمانی
نام درس: بهداشت و مسمومیت های غذایی	رشته تحصیلی: علوم تغذیه

مشخصات درس:

نام درس: بهداشت و مسمومیت های غذایی	تعداد واحد: ۲	پیش نیاز: انگل شناسی پزشکی، میکروب شناسی پزشکی
زمان برگزاری: چهارشنبه‌ها ساعت ۸ الی ۱۰		
نام مدرس یا مدرسین: دکتر جهانلو (۵/۰ واحد)، دکتر رزم پور (۵/۰ واحد)، دکتر رضانی (۵/۰ واحد)، دکتر محمدی (۵/۰ واحد)		
نام مدرس مسئول درس: دکتر رضانی		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: 09138997251 Ramezani.n.j@gmail.com		
نیمسال: اول		
سال تحصیلی: ۱۴۰۱-۱۴۰۲		

اهداف درس:

<p style="text-align: center;"><b>هدف کلی:</b> شناسایی راه‌های آلودگی مواد در زنجیره غذایی و مسمومیت غذایی و روش‌های پیشگیری و کنترل آن</p> <p style="text-align: center;"><b>اهداف اختصاصی<sup>۴</sup>:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- آشنایی با انواع مسمومیت‌های غذایی</li> <li>- آشنایی با راه‌های مختلف آلودگی مواد غذایی</li> <li>- آشنایی با سموم ناشی از فراوری‌ها و بسته بندی‌های مواد غذایی</li> <li>- آشنایی با راه‌های کنترل و پیشگیری از مسمومیت‌ها</li> <li>- آشنایی با بهداشت مواد غذایی مختلف (لبنیات، گوشت‌ها، ماهی، تخم مرغ، غلات)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>فهرست محتوا:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تعریف مسمومیت و عفونت در غذا</li> <li>- منابع آلودگی آب و مواد غذایی و راه‌های انتشار آن</li> <li>- آشنایی با سموم ناشی از فراوری‌ها و بسته بندی‌های مواد غذایی</li> <li>- مسمومیت و بیماری‌های منتقله از آب و غذا به انسان</li> <li>- راه‌های کنترل و پیشگیری از مسمومیت‌ها (آشنایی با اصول و روش‌های نگهداری مواد غذایی)</li> <li>- آشنایی با بازرسی اماکن تهیه، توزیع و فروش مواد غذایی، معرفی سردخانه‌ها</li> <li>- بهداشت مواد غذایی مختلف (لبنیات، گوشت، ماهی، مرغ، تخم مرغ، غلات و حبوبات، غذاهای کنسروی)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>وظایف / تکالیف دانشجویان:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>مطالعه محتوای آموزش داده شده در هر جلسه</li> <li>شرکت در کلاس و گفتگوهای کلاسی</li> <li>انجام تکالیف مشخص شده برای هر درس</li> </ul> <p style="text-align: center;">شرکت در آزمون میان ترم و آزمون نهایی</p>
---



<sup>4</sup>منظور از اهداف اختصاصی همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است.

ارزشیابی دانشجو:

مبنای ارزشیابی	درصد از نمره کل
آزمون پایانی	۶۰
آزمون یا آزمون های میان ترم	۳۰
حضور و مشارکت در کلاس، تالار گفتگو و چت روم	۵
انجام تکالیف، پروژه ها و پاسخ به تمرین	۵

منابع پیشنهادی برای مطالعه:

۱. فر زاده الان د. بهداشت مواد غذایی. انتشارت موسسه فرهنگی نور دانش تهران

2. Takayuhi .S.L. Bseldaus I. Introduction to Food Toxicology. Academic press NY.

3. Trickett. J. The prevention of Food Poisoning Nelson Thrones Ltd.

جدول زمان بندی دروس:

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام استاد
۱	1401/06/23	۱۰ الی ۱۲	آشنایی با عوامل آلوده و فاسد کننده مواد غذایی	حضور	دکتر رضانی
۲	1401/06/30	۱۰ الی ۱۲	منابع آلودگی آب و مواد غذایی و راههای انتشار آن	حضور	دکتر رضانی
۳	1401/07/06	۱۰ الی ۱۲	سموم ناشی از فرآوری های مواد غذایی	حضور	دکتر رضانی
۴	1401/07/13 تعطیلی (جبرانی)	۱۰ الی ۱۲	سموم بسته بندی مواد غذایی	حضور	دکتر رضانی
۵	1401/07/20	۱۰ الی ۱۲	مسمومیت و بیماری های منتقله از آب و غذا به انسان	حضور	دکتر رزم پور
۶	1401/07/27	۱۰ الی ۱۲	مسمومیت و بیماری های منتقله از آب و غذا به انسان	حضور	دکتر رزم پور
۷	1401/08/04	۱۰ الی ۱۲	آشنایی با اصول و روش های نگهداری مواد غذایی	حضور	دکتر رزم پور

دکتر رزم پور	حضورى	آشنایى با اصول و روش‌هاى نگهدارى مواد غذایى	۱۰ الی ۱۲	1401/08/11	۸
دکتر جهانلو	حضورى	آشنایى با بازرسى اماکن تهیه، توزیع و فروش مواد غذایى، معرفى سردخانه‌ها	۱۰ الی ۱۲	1401/08/18	۹
دکتر جهانلو	حضورى	بهداشت شير و فراورده‌هاى آن	۱۰ الی ۱۲	1401/08/25	۱۰
دکتر جهانلو	حضورى	بهداشت و بازرسى گوشت	۱۰ الی ۱۲	1401/09/02	۱۱
دکتر جهانلو	حضورى	بهداشت و بازرسى ماهى	۱۰ الی ۱۲	1401/09/09	۱۲
دکتر محمدى	حضورى	بهداشت و بازرسى گوشت مرغ	۱۰ الی ۱۲	1401/09/16	۱۳
دکتر محمدى	حضورى	بهداشت و بازرسى تخم مرغ	۱۰ الی ۱۲	1401/09/23	۱۴
دکتر محمدى	حضورى	بهداشت و بازرسى غذاهاى کنسرو شده	۱۰ الی ۱۲	1401/09/30	۱۵
دکتر محمدى	حضورى	بهداشت غلات، حبوبات و فراورده‌هاى آن	۱۰ الی ۱۲	1401/10/07	۱۶
ساعت امتحان:.....		تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان	میان ترم اول : جلسه ۱ تا ۶		
ساعت امتحان: .....		تاریخ امتحان: اعلام شده توسط آموزش	امتحان پایان ترم جلسه ۷ تا ۱۶		

# ارزشیابی برنامه (program Evaluation)

## شرایط ارزشیابی برنامه:

این برنامه در شرایط زیر ارزشیابی می شود.

-گذشت ۵ سال از اجرای برنامه

-تغییرات عمده فن آوری که نیاز به بازنگری برنامه داشته باشد.

-تصمیم و سیاستگذاری های اصلی مرتبط با برنامه از سوی دبیرشورای عالی برنامه ریزی پزشکی وزارت متبوع

## شاخص ارزشیابی:

-میزان رضایت دانش آموختگان از برنامه

-میزان رضایت اعضای هیات علمی

-میزان برآورد نیازها و رفع مشکلات سلامت در استان

- کمیت و کیفیت تولیدات فکری و پژوهشی توسط دانش آموختگان رشته

## شیوه ارزشیابی برنامه:

-طبق پکیج ارزشیابی برنامه تهیه شده در دفتر توسعه آموزش دانشکده پزشکی بندرعباس از طریق ارزشیابی گروه و مرکز توسعه آموزش

-استفاده از پرسشنامه های موجود در واحد ارزشیابی دانشکده

## متولی ارزشیابی:

مرکز توسعه آموزش دانشکده با همکاری گروه مربوطه

## نحوه بازنگری برنامه :

## مراحل بازنگری برنامه به ترتیب زیر است :

- گرد آوری اطلاعات از طریق مشاهده، مصاحبه دانشجو و هیات علمی
- سایر منابع طبق پکیج ارزشیابی