



معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان

طرح دوره مکمل های غذایی

مشخصات کلی:

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

مشخصات درس:

نام درس: مکمل های غذایی	تعداد واحد: ۱ واحد تئوری	پیش نیاز: داروشناسی
زمان برگزاری: دوشنبه ۱۰-۸	نیمسال: دوم	سال تحصیلی: ۱۴۰۲-۱۴۰۳
نام مدرس یا مدرسین: دکتر محمدی		
نام مدرس مسئول درس: دکتر محمدی		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: Mohammadi.nut@gmail.com		

اهداف درس:

<p>هدف کلی: آگاهی از انواع مکمل ها و فرمولاهای مهم و رایج در تغذیه و شناختن کاربرد ، مکانیسم عمل و تاثیرات آنها بر بدن و همچنین عوارش جانبی نامطلوب و موارد مصرف و منع مصرف آنها.</p> <p>اهداف اختصاصی^۴:</p> <ul style="list-style-type: none"> -آشنایی با مکمل های رایج و مکانیسم آنها، عوارض جانبی نامطلوب و موارد مصرف و منع مصرف آنها: • در بیماری های قلب و عروق، گوارش، غدد و دیابت، کلیه، سرطان و اعصاب و روان • مکمل های چاقی، لاغری • مکمل های ورزشی • مکمل ها و فرمولاهای رایج در بیمارستان <p>-نحوه دستور صحیح تجویز مکمل ها</p>

فهرست محتوا:

- دانستن هدف از استفاده از مکمل های تغذیه ای ،موارد مصرف واشکال مختلف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج و شیوه اثر آن ها در بیماری های قلبی ،عروقی،عوارض جانبی نامطلوب ، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج و شیوه اثر آن ها در بیماری های گوارشی، عوارض جانبی نامطلوب ، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج و شیوه اثر آن ها در بیماری های غدد و دیابت، عوارض جانبی نامطلوب ، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج و شیوه اثر آن ها در بیماری های کلیوی، عوارض جانبی نامطلوب ، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج و شیوه اثر آن ها در سرطان، عوارض جانبی نامطلوب ، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج و شیوه اثر آنها در بیماری های اعصاب و روان ، عوارض جانبی نامطلوب، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج و شیوه اثر آن ها در چاقی و لاغری، عوارض جانبی نامطلوب ، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل های رایج ورزشی و شیوه اثر آن ها، عوارض جانبی نامطلوب ، موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با مکمل ها و فرمولاهای رایج بیمارستانی و شیوه اثر آن ها، عوارض جانبی نامطلوب ،موارد مصرف و منع مصرف آنها
- آشنایی با نحوه مصرف صحیح مکمل های تغذیه ای ، نحوه صحیح تجویز و بهترین زمان مصرف 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

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

ارزشیابی دانشجویان:

درصد از نمره کل	مبنای ارزشیابی
۵۰	آزمون پایانی
۵۰	آزمون یا آزمون های میان ترم
-	حضور و مشارکت در کلاس، تالار گفتگو و چت روم

منابع پیشنهادی برای مطالعه: آخرین ویرایش

- 1) Golan, BG Tashjian, AH, Armstrong EJ, Armstrong, AW. Principles of Pharmacology. Lippincott Williams & Wilkins.
- 2) Katzung, BG, Masters, SB. Trevor AJ. Basic & Clinical Pharmacology. MC Graw Hill.
- 3) Batista E, Yassin, G. BOWES, G, Laing, A. Crash Course Pharmacology. Mosby Elsevier
- 4) Rang, HP.Dale, MM, Ritter, JM. Flower, RJ. Henderson, G. Rang & Dales Pharmacology. Elsevier

جدول زمان بندی دروس:

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام استاد
۱	۱۴۰۲/۱۱/۱۶	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل های ورزشی	حضور	دکتر محمدی
۲	۱۴۰۲/۱۱/۲۳	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل های ورزشی	حضور	دکتر محمدی
۳	۱۴۰۲/۱۱/۳۰	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل های ورزشی	حضور	دکتر محمدی
۴	۱۴۰۲/۱۲/۰۷	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل های رایج در چاقی، لاغری	حضور	دکتر محمد
۵	۱۴۰۲/۱۲/۱۴	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل های رایج در چاقی، لاغری	حضور	دکتر محمدی
۶	۱۴۰۲/۱۲/۲۱	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل های رایج در بیماری های قلبی عروقی، غدد و دیابت و کلیوی	حضور	دکتر محمدی
۷	۱۴۰۲/۱۲/۲۸	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل های رایج در در بیماری های گوارشی، سرطان، بیماری های اعصاب و روان	حضور	دکتر محمدی
۸	۱۴۰۳/۰۱/۲۰	۸ الی ۱۰	آشنایی با مکمل ها و فرمولاهای رایج بیمارستانی	حضور	دکتر محمدی
<p>امتحان میان ترم : جلسه ۱ تا ۴ تاریخ امتحان: اعلام شده توسط آموزش ساعت امتحان:</p> <p>امتحان پایان ترم : جلسه ۵ تا ۸ تاریخ امتحان: اعلام شده توسط آموزش ساعت امتحان:</p>					