

بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه
دانشکده بهداشت
قالب نگارش طرح درس
 □□□□□□□□□□□□□□□□

عنوان درس: تغذیه و نقش آن در بهداشت دهان و دندانپزشکی پیشگیری تعداد و نوع واحد: ۱ واحد نظری درس پیش نیاز: ندارد مدرس: سید مصطفی نجواک*، یحیی پاسدار، احسان صادقی *طراح طرح درس	مخاطبان: دانشجویان ترم ۶ رشته دندان پزشکی ساعت مشاوره: چهارشنبه ۱۴-۱۳ زمان ارائه درس: یکشنبه ساعت ۱۰-۸ نیمسال: دوم ۹۵-۹۴
--	---

هدف کلی درس:

هدف: آشنایی دانشجویان با انواع مواد غذایی و تاثیر آنها در بهداشت عمومی و دندانپزشکی پیشگیری

اهداف کلی جلسات: (جهت هر جلسه یک هدف)

- ۱- آشنایی با نقش و اهمیت مواد مغذی در بدن انسان
- ۲- آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب، مصرف بیش از حد و منابع غذایی کربوهیدرات ها
- ۳- آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی پروتئین ها و چربی ها
- ۴- آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی ویتامین های محلول در آب و ویتامین های محلول در چربی
- ۵- آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی ماکرو و میکرو مینرال ها
- ۶- آشنایی با گروهها غذایی، هرم غذایی، جداول مواد غذایی و تنظیم رژیم غذایی
- ۷- آشنایی با اصول نگهداری مواد غذایی و مسمومیت های غذایی
- ۸- آشنایی با نقش تغذیه در دندانپزشکی پیشگیری و بهداشت مدارس

اهداف ویژه رفتاری به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

جلسه اول

هدف کلی: آشنایی با نقش و اهمیت مواد مغذی در بدن انسان

اهداف ویژه: تغییر نگرش نسبت به غذا، تغذیه و مواد مغذی

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- غذا را تعریف کند.
- ۲- انواع مواد مغذی (ماکرو و میکرو) را توضیح بدهد.
- ۳- اهمیت و نقش تغذیه سالم در پیشگیری از بیماری ها را توضیح دهد.
- ۴- جایگاه و نقش مهم تغذیه و رژیم درمانی را در درمان بیماری ها توضیح دهد.

جلسه دوم

هدف کلی: آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب، مصرف بیش از حد و منابع غذایی کربوهیدرات ها

اهداف ویژه:

۱- آشنایی با نقش ویژه کربوهیدرات ها در پوسیدگی دندان

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- کربوهیدرات ها را تعریف و نقش تغذیه ای آن را در بدن توضیح دهد.
- ۲- کربوهیدرات ها را بر اساس طبقه بندی آنها توضیح دهد.
- ۳- متابولیسم کربوهیدرات ها را در بافت های مختلف بدن مقایسه کند.
- ۴- منحنی استفان را تعریف و نقش کربوهیدرات ها را در پاتوژنسیته این منحنی شرح دهد.

جلسه سوم

هدف کلی: آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی پروتئین ها و چربی ها

اهداف ویژه:

آشنایی با نقش ویژه پروتئین ها و چربی ها در عفونت و التهاب

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- پروتئین ها را تعریف و نقش های متعدد (ساختاری، تنظیمی و متابولیک) آن را توضیح دهد.
- ۲- کمبود و معایب مصرف بیش از نیاز پروتئین ها را توضیح دهد.
- ۳- چربی ها را تعریف و نقش های ساختاری و متابولیک آن را توضیح دهد.
- ۴- متابولیسم انرژی را تعریف و نقش کربوهیدرات، چربی و پروتئین را در این متابولیسم شرح دهد.

جلسه چهارم

هدف کلی: آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی ویتامین های محلول در آب و ویتامین های محلول در چربی

اهداف ویژه :

آشنایی با علائم کمبود های حاشیه ای ویتامین ها

در پایان دانشجو قادر باشد :

- 1- ویتامین های محلول در آب و چربی را نام ببرد و کارکرد آنها را در بدن توضیح دهد.
- 2- عوارض ناشی از مصرف کم ویتامین های محلول در آب و چربی را در بدن شرح دهد.
- 3- منابع غذایی ویتامین های محلول در آب و چربی را نام ببرد

جلسه پنجم:

هدف کلی : آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی ماکرو و میکرو مینرال ها

اهداف ویژه : آشنایی با استئوپروز و آنی فقر آهن و راههای پیشگیری از بروز آنها

در پایان دانشجو قادر باشد:

- 1- ماکرو و میکرو مینرال ها را تعریف و نقش آنها را در بدن توضیح دهد.
- 2- عوارض ناشی از فزونی و یا کمبود مصرف ماکرو و میکرو مینرال ها را در بدن شرح دهد.
- 3- منابع غذایی ماکرو و میکرو مینرال ها را نام ببرد.
- 4- منظور از زیست دسترسی و تعامل مینرال ها با یکدیگر و با سایر مواد غذایی و دارویی را توضیح دهد.

جلسه ششم

هدف کلی : آشنایی با گروهها غذایی، هرم غذایی، جداول مواد غذایی و تنظیم رژیم غذایی

اهداف ویژه : آشنایی با اجزاء DRI

در پایان دانشجو قادر باشد :

- 1- گروههای مختلف مواد غذایی را نام ببرد .
- 2- مفاهیم AIRDA,UL و DRI را تعریف نماید.
- 3- روند تحولی هرم غذایی و my plate را توضیح دهد.
- 4- محتوای تغذیه ای گروههای مختلف مواد غذایی را شرح دهد.
- 5- یک واحد (Serving size) از هر گروه مختلف مواد غذایی را شرح دهد.

جلسه هفتم

هدف کلی : آشنایی با اصول نگهداری مواد غذایی و مسمومیت های غذایی

اهداف ویژه : آشنایی با مفاهیم امنیت و ایمنی غذایی

در پایان دانشجو قادر باشد :

- 1- انواع آلاینده های غذایی شامل آلاینده های میکروبی، انگلی و شیمیایی را توضیح دهد.
- 2- عوارض بالینی ورود انواع آلاینده های غذایی به بدن را شرح دهد.
- 3- راههای پیشگیری از آلودگی مواد غذایی را توضیح دهد.

جلسه هشتم

هدف کلی : آشنایی با نقش تغذیه در دندانپزشکی پیشگیری و بهداشت مدارس

اهداف ویژه : آشنایی با مفهوم DMFT و کاربرد های تحقیقاتی آن

در پایان دانشجو قادر باشد :

- 1- انواع مواد غذایی را بر حسب ایجاد پوسیدگی دندان دسته بندی و بتواند نقش آنها را توضیح دهد.
- 2- نقش انواع مواد مغذی در تشکیل و سلامت دندان را شرح دهد.
- 3- نقش فلور در تشکیل بلورهای فلورو آپاتیت و فلوروزیس را شرح دهد .

جلسه نهم

امتحان پایان ترم

منابع :

اصول تغذیه کراوس: زیر نظر دکتر علی کشاورز. ترجمه دکتر فرزاد فرشیدفر و ناهید خلدی. چاپ دوم ۱۳۸۹ -

اصول تغذیه کراوس ترجمه گیتی ستوده. ۲۰۱۰ -

L.Kathleen , Sylvia Escoott –Stump. Krause, sFood and the nutrition care process .13th ed.Elseivire. Sunders.2012

A catharinar.etal.Modern nutrition in health and disease 11th edlippinkon . 2014

روش تدریس :

سخنرانی ، بحث گروهی

رسانه های کمک آموزشی :

وایت برد - ویدیو پروژکتور

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	نمره	روش آزمون	آزمون
				آزمون میان دوره
		۲۰	تستی	آزمون پایان دوره

مقررات درس و انتظارات از دانشجو :

از دانشجویان محترم انتظار می رود :

- ۱- حضور منظم و دقیق در جلسات درس داشته باشند .
- ۲- در بحث های گروهی و فعالیت های آموزشی مشارکت نمایند.
- ۳- در هر جلسه آمادگی پاسخ گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند .
- ۴- از دیگر منابع و سایت های معتبر علمی استفاده نمایند .
- ۵- تلفن همراه خود را در کلاس خاموش نمایند.

بسمه تعالی

جدول زمانبندی درس

روز و ساعت جلسه : یکشنبه ها ساعت (۱۰-۸) کلاس شماره

جلسه	موضوع درس	مدرس	روش تدریس	وسیله کمک آموزشی
۱	آشنایی با نقش و اهمیت مواد مغذی در بدن انسان	دکتر سید مصطفی نچواک	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۲	آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب، مصرف بیش از حد و منابع غذایی کربوهیدرات ها	دکتر سید مصطفی نچواک	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۳	آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی پروتئین ها و چربی ها	دکتر سید مصطفی نچواک	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۴	آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی ویتامین های محلول در آب و ویتامین های محلول در چربی	دکتر سید مصطفی نچواک	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۵	آشنایی با ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی ماکرو و میکرو مینرال ها	دکتر سید مصطفی نچواک	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۶	آشنایی با گروهها غذایی، هرم غذایی، جداول مواد غذایی و تنظیم رژیم غذایی	دکتر سید مصطفی نچواک	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۷	آشنایی با اصول نگهداری مواد غذایی و مسمومیت های غذایی	دکتر احسان صادقی	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۸	آشنایی با نقش تغذیه در دندانپزشکی پیشگیری و بهداشت مدارس	دکتر یحیی پاسدار	سخنرانی + بحث گروهی	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۹	امتحان پایان ترم			