

"بنام خدا"

عنوان درس: تغذیه پیشرفته (۲)

گروه هدف: دانشجویان دوره کارشناسی ارشد علوم تغذیه

تعداد واحد: ۳ (درس مشترک؛ یک و نیم واحد سهم بنده)

طول دوره: ۲۵ ساعت، زمان و محل تشکیل کلاس: یکشنبه: ۸-۱۰، کلاس تحصیلات تکمیلی گروه

نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۳-۹۴

مدرس: دکتر بهرام پورقاسم گرگری، استاد دانشکده تغذیه دانشگاه علوم پزشکی تبریز

هدف کلی واحد درسی:

آشنایی کاملتر با مفاهیم اساسی و پایه ای تغذیه مواد معدنی و بخصوص مطالب جدیدتر در تکمیل مطالب قبلی در ارتباط با مواد معدنی

مباحث:

- (-) مواد معدنی و توزیع آنها در بدن
- (-) ماکرو مینرالها، میکرو مینرالها و اولترا تریس المانها
- (-) کلسیم، فسفر تغذیه و متابولیسم آنها در بدن
- (-) منیزیم، تغذیه و متابولیسم آن در بدن
- (-) آهن، روی: تغذیه و متابولیسم آنها در بدن
- (-) ید، تغذیه و متابولیسم آن در بدن
- (-) مس، سلنیوم: تغذیه و متابولیسم آن در بدن
- (-) کروم، مولیبدن: تغذیه و متابولیسم آن در بدن

- سایر عناصر (اولترا تریس المانها)

اهداف اختصاصی:

دانشجو در پایان ترم باید بتواند:

- مباحث جدید در تکمیل مطالب یاد گرفته قبلی در ارتباط با مواد معدنی را بداند.
- اهمیت، و نقش مواد معدنی مختلف شامل: کلسیم، فسفر، منیزیم، آهن، روی، و در پیشگیری و درمان بیماریها توضیح دهد
- نیازهای تغذیه ای و عوامل موثر در نیاز به مواد مغذی فوق را بداند.
- علایم کمبود و اضاف دریافت مواد معدنی را بیان کند.
- در ارتباط با مواد معدنی بحث شده، مطالعه ای را به صورت Review آماده و ارائه نماید.

جلسه اول:

- معرفی و آشنایی اولیه با دانشجویان
- بیان اهداف و مراجع درس
- توضیحات مربوط به توزیع کلسیم در بدن با تاکید بر مطالب جدید.

جلسه دوم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل و رفع ابهامات
- تکمیل بحث کلسیم

جلسه سوم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- بحث فسفر و متابولیسم آن در بدن با تاکید بر تازه های فسفر در بدن

جلسه چهارم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- بحث منیزیم، وظایف، متابولیسم و ... در بدن

جلسه پنجم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- بحث آهن، وظایف، متابولیسم،

جلسه ششم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- تکمیل مباحث آهن : کمبود ، گروههای در معرض خطر برای کمبود، اضافه دریافت و ... با تاکید بر مطالب جدید

جلسه هفتم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- بحث روی وظایف، کمبود، علل ایجاد کننده و...

جلسه هشتم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- بحث ید

جلسه نهم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- بحث مس

جلسه دهم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل
- بحث سلنیوم

- ارائه مطلب کلاسی توسط دانشجویان

جلسه یازدهم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل

- بحث مولیدن ، کروم

- ارائه مطلب کلاسی توسط دانشجویان

جلسه دوازدهم:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبل

- بحث اولترا تریس المانها

- ارائه مطلب کلاسی توسط دانشجویان

جلسه سیزدهم:

امتحان:

منابع مورد استفاده برای تدریس:

(۱) کتاب مدرن سال ۲۰۱۳

(۲) کتب کراس سال ۲۰۱۲

(۳) مطالب گرفته شده از مجلات معتبر تغذیه ای