



مرکز آموزش عالی علوم پزشکی وارستگان

نام و کد درس: ارزیابی وضعیت تغذیه کد ۳۳	تعداد واحد: ۳ واحد (۲ واحد نظری و ۱ واحد عملی)
تعداد جلسات: ۲۹ (۵۸ ساعت)	مدت هر جلسه: ۹۰ دقیقه زمان:
پیش نیاز: تغذیه اساسی ۱ و ۲- اپیدمیولوژی بیماری ها	فراگیران: دانشجویان کارشناسی پیوسته تغذیه
مشخصات استاد درس: زهره حسینی ساعات حضور: همه روزه بجز پنجشنبه ها از ساعت ۸ الی ۱۶ آدرس پست الکترونیکی: Hosseiniz@varastegan.ac.ir	
هدف کلی: ✓ آشنایی دانشجویان با مفهوم ارزیابی و مراحل آن و پرسش نامه های مورد استفاده ✓ آشنایی با روش های چهارگانه ارزیابی وضعیت تغذیه ✓ آشنایی دانشجویان با تست های آزمایشگاهی مورد استفاده در ارزیابی وضعیت تغذیه و تفسیر نتایج آن ✓ آشنایی با انواع سوء تغذیه و اختلالات خوردن	
شرح درس: ارزیابی وضعیت تغذیه بر اساس ۴ مرحله ارزیابی دریافت های غذایی، ارزیابی شاخص های تن سنجی، ارزیابی آزمایشگاهی و ارزیابی یافته های بالینی پایه گذاری شده است که براساس جامعیت این موضوع یک کارشناس تغذیه دیدگاه کامل و جامع تری نسبت به مراجعه کننده ها و افراد جامعه خود پیدا می کند که براساس آن در طراحی برنامه های تغذیه ای خود می تواند از آنها استفاده نماید.	
فعالیت استاد: سخنرانی و تدریس، پرسش و پاسخ، تشویق دانشجویان برای مشارکت در مباحث کلاسی و یادگیری بیشتر، استفاده از تصاویر، فیلم و انیمیشن جهت یادگیری بیشتر دانشجویان و فعالیت های عملی اندازه گیری توسط دانشجویان	
قوانین کلاس: انجام تکالیف در زمان مقرر- همکاری در انجام فعالیت های عملی کلاسی و حضور فعال در کلاس های آنلاین	
وظایف و فعالیت های دانشجویان: شرکت فعال در کلاس های آنلاین و مشارکت در مباحث کلاسی، انجام تکالیف سام و ارائه کلاسی	
شیوه ارزشیابی (با تعیین میزان نمره هر آیتم): امتحان میان ترم (۹ نمره)- امتحان پایان ترم (۸ نمره)-ارائه کلاسی (۱ نمره)- انجام فعالیت های عملی کلاس و پرسش و پاسخ (۲ نمره)	
امکانات آموزشی: ویدیو پروژکتور، کامپیوتر، تخته وایت برد و مژیک وایت برد و وسایل اتاق ارزیابی گروه تغذیه	
روش آموزش: ارائه سخنرانی توسط استاد با استفاده از نرم افزار CAMTESIA و ADOBECONNECT همراه با پرسش و پاسخ مجازی از دانشجویان و اندازه گیری های عملی	
منابع: 4- Mahan L K and Escott-Stump S. Krause's Food, Nutrition & Diet Therapy. WB, Saunders. 5- Shils ME, Olson JA, Shike M, Ross AC. Modern Nutrition in Health & Disease. Lippincott Williams & Wilkins. 6- Jelliffe and Jelliffe. Assessment of Nutritional Status. Oxford University Press, New York 7- Barkauskas VH, Baumann LC, Darling-Fisher CS. Health and Physical Assessment. Mosby, Philadelphia. 8- Pressman AH, Adams AH. Clinical Assessment of nutritional Status. Williams & Wilkin. 9- Sauberlich HE. Laboratory Tests for the Assessment of Nutritional Status. CRC Press	

جلسه	تاریخ ارائه	عنوان سرفصل مطالب	اهداف اختصاصی
در پایان این جلسه از دانشجو انتظار می‌رود:			
۱		تاریخچه تغذیه ای و ارزیابی	دانشجویان اهمیت ارزیابی تغذیه ای و علل بررسی وضعیت تغذیه را تشریح می کنند و با فرایند مراقبت تغذیه ای آشنا می گردند..
۲		تاریخچه تغذیه ای و ارزیابی	در پایان این جلسه دانشجویان با فرایند مراقبت تغذیه ای و مطالعات تغذیه ای آشنا می گردند.
۳		تاریخچه تغذیه ای و ارزیابی	دانشجویان می توانند با روش های ارزیابی و غربالگری وضعیت تغذیه و ابزارهای موجود در این حیطه آشنا شوند و آن را تشریح نمایند.
۴		ارزیابی رژیم ۱	دانشجویان می توانند روش های بررسی مصرف مواد غذایی (مشاهده مستقیم و روش توزین، بسامد خوراک)، را تشریح کرده و اندازه گیری نمایند.
۵		ارزیابی رژیم ۲	دانشجویان می توانند روش های اندازه گیری سروینگ سایز ها و واحد های معمول مصرف خوراک را به کار گیرند.. و با نرم های تغذیه ای روتین انا می گردند
۶		شاخص های ارزیابی فیزیکی در کودکان	دانشجویان می توانند انواع شاخص های مورد استفاده در ارزیابی فیزیکی کودکان را تشریح کنند.
۷		تفسیر نمودار های رشد قدی کودکان ۱	دانشجویان می توانند شاخص های تن سنجی بر مبنای اندازه های وزن، قد در کودکان، نحوه ترسیم نمودارهای رشد، تفسیر شاخص ها و نمودار ها در تعیین وضع تغذیه کودکان را تشریح کنند
۸		تفسیر نمودار های رشد قدی کودکان ۲	دانشجویان به طور کامل ارزیابی پایش رشد کودکان را انجام می دهند و انواع اختلالات رشد یا FTT را تحلیل می کنند
۹		تفسیر رشد افراد بزرگسال ۱	دانشجویان می توانند انواع روش ها و شاخص های ارزیابی فیزیکی افراد بزرگسال را تشریح کنند. دانشجویان می توانند شاخص BMI نحوه برآورد آن ، تفسیر داده ها و اندازه گیری محیط ها شامل دور کمر، لگن، بازو و شرایط اندازه گیری ، را تفسیر نمایند.
۱۰		تفسیر رشد افراد بزرگسال ۲	دانشجویان به طور عملی اندازه گیری محیط ها شامل دور کمر، لگن، بازو و شرایط اندازه گیری ، همراه با کاربرد cut off های معین هر اندازه گیری ، را انجام می دهند.
۱۱		تفسیر رشد افراد بزرگسال ۳	دانشجویان می توانند ترکیب بدن و نحوه اندازه گیری چین پوستی skin fold thickness و موارد کاربرد آن و تفسیر داده های حاصل از آن را تشریح نموده و با کالیپر اندازه گیری های لازم را انجام دهند
۱۲		تفسیر رشد افراد بزرگسال ۴	دانشجویان می توانند ترکیب بدن و نحوه اندازه گیری چین پوستی skin fold thickness و موارد کاربرد آن و تفسیر داده های حاصل از آن را تشریح نموده و با کالیپر اندازه گیری های لازم را انجام دهند
۱۳		ارزیابی ترکیب بدن اندازه گیری چربی زیر پوستی با استفاده از کالیپر	دانشجویان به طور مجازی اندازه گیری با کالیپر را آموزش می بینند.
۱۴		ارزیابی مستقیم ترکیب بدن و روش های آن	دانشجویان می توانند تمامی روش های ارزیابی مستقیم ترکیب بدن را توضیح دهند.
۱۵		ارزیابی مستقیم ترکیب بدن	دانشجویان روش BIA را می توانند به طور کامل در ارزیابی ترکیب بدن تشریح کنند.
۱۶		ارزیابی ترکیب بدن با BIA	دانشجویان می توانند به طور مستقیم اندازه گیری ترکیب بدن با BIA را انجام دهند.

ارزیابی فعالیت های جسمانی روزانه	دانشجویان می توانند ارزیابی بیماری سارکوپنی و موارد استفاده از ابزار های سنجش قدرت عضلات دست را تشریح کنند.		
۱۷	امتحان میان ترم	برگزاری امتحان میان ترم	
۱۸	ارزیابی آزمایشگاهی ۱	دانشجویان می توانند اهمیت ارزیابی داده های آزمایشگاهی در تعیین وضعیت تغذیه، مزایا و محدودیت ها، ارزیابی گروه تست های آزمایشگاهی پنل جامع متابولیک و پایه را توضیح دهند.	
۱۹	ارزیابی ۱CBC	دانشجویان می توانند تمام تست های هماتولوژی در قسمت CBC را تفسیر کنند.	
۲۰	ارزیابی ۲CBC	دانشجویان می توانند انواع اختلالات مربوط به سلول های خونی را تفسیر نمایند	
۲۱	ارزیابی تست های ادراری و پروتئین های التهابی	دانشجویان می توانند تست های مربوط به ارزیابی نمونه ادرار و پروتئین های وضعیت التهابی را تفسیر نمایند	
۲۲	ارزیابی ویتامین های محلول در چربی ۱	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ویتامین های محلول در چربی (ویتامین A و D) را تفسیر نمایند.	
۲۳	ارزیابی ویتامین های محلول در چربی ۲	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ویتامین های محلول در چربی (ویتامین K و E) را تفسیر نمایند.	
۲۴	ارزیابی ویتامین های محلول در آب ۱	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ویتامین اسید فولیک و B12 را تفسیر نمایند.	
۲۵	ارزیابی ویتامین های محلول در آب	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ویتامین C را تفسیر نمایند.	
۲۶	ارزیابی وضعیت آهن	دانشجویان می توانند انواع کم خونی ها را همراه با برگه آزمایش تفسیر نمایند.	
۲۷	ارزیابی املاح و وضعیت پروتئین	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ید، روی و پروتئین های بدن را تفسیر نمایند	
۲۸	ارزیابی بالینی	دانشجویان با انواع روش های ارزیابی وضعیت بالینی و علائم ناشی از کمبود یا مسمومیت ریزمغذی ها را تفسیر نمایند.	
۲۹	ارزیابی بالینی سوء تغذیه ها	دانشجویان می توانند مشکلات سوء تغذیه ای ماراسموس و کواشیورکور را تفسیر نمایند.	