



مرکز آموزش عالی علوم پزشکی وارستگان

نام و کد درس:	تعداد واحد: ۳ واحد (۲ واحد نظری و ۱ واحد عملی)
ارزیابی وضعیت تغذیه کد ۳۳	
تعداد جلسات: 24 (48 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: دکتر علیرضا غفلی ساعات حضور: همه روزه از ساعت ۷:۳۰ الی ۱۴/۳۰ آدرس پست الکترونیکی: Gheflatia@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 - حضور فعال در کلاس- حضور به موقع سر کلاس- عدم غیبت بیش از حد مجاز	
وظایف و فعالیت های دانشجویان: شرکت فعال در کلاس در مباحث کلاسی، انجام تکالیف LMS و ارائه کلاسی	
شیوه ارزشیابی (با تعیین میزان نمره هر آیت): امتحان میان ترم (۷ نمره)- امتحان پایان ترم (۱۰ نمره)- فعالیت های کلاسی و حضور فعال در کلاس (۳ نمره)	
امکانات آموزشی: ویدیو پروژکتور، کامپیوتر، تخته وایت برد و مایک وایت برد و وسایل اتاق ارزیابی گروه تغذیه	
روش آموزش: ارائه سخنرانی توسط استاد با استفاده از نرم افزار پاورپوینت به همراه پرسش و پاسخ دانشجویی	
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.	

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		ارزیابی رژیم ۱	دانشجویان می توانند روش های بررسی مصرف مواد غذایی (مشاهده مستقیم و روش توزین، بسامد خوراک، و...) را تشریح کرده و اندازه گیری نمایند.
۳		ارزیابی رژیم ۲	دانشجویان می توانند روش های اندازه گیری سروینگ سایز ها و واحد های معمول مصرف خوراک و روش های نوآورانه و مکانیزه بررسی تغذیه ای را به کار گیرند..
۴		ارزیابی رژیم ۳	دانشجویان می توانند با روش های کمک ابزاری اندازه گیری سروینگ سایز ها و واحد های معمول مصرف خوراک و مدل های غذایی آشنا گردند. بررسی عملی فرم های ارزیابی تغذیه در کلاس
۵		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.
۶		ارزیابی CBC	دانشجویان می توانند تمام تست های هماتولوژی در قسمت CBC را تفسیر کنند.
۷		ارزیابی ویتامین های محلول در چربی	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ویتامین های محلول در چربی (ویتامین A و D و E) را تفسیر نمایند.
۸		ارزیابی ویتامین های محلول در آب ۱	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ویتامین اسید فولیک و B12 را تفسیر نمایند.
۹		ارزیابی ویتامین های محلول در آب ۲	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ویتامین C ، ویتامین B6 و B1 را تفسیر نمایند.
۱۰		ارزیابی وضعیت آهن	دانشجویان می توانند انواع کم خونی ها را همراه با برگه آزمایش تفسیر نمایند.
۱۱		ارزیابی املاح و وضعیت پروتئین بدن	دانشجویان می توانند تست های آزمایشگاهی در ارزیابی ید ، روی و پروتئین های بدن را تفسیر نمایند
۱۲		شاخص های ارزیابی فیزیکی در کودکان	دانشجویان می توانند انواع شاخص های مورد استفاده در ارزیابی فیزیکی کودکان را تشریح کنند.
۱۳		تفسیر نمودار های رشد 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
۱۴		آزمون میان ترم	

۱۵	تفسیر نمودار های رشدی کودکان ۲	دانشجویان به طور کامل ارزیابی پایش رشد کودکان را انجام می دهند و انواع اختلالات رشد یا FTT را تحلیل می کنند
۱۶	تفسیر شاخص های تن سنجی در افراد بزرگسال ۱	دانشجویان می توانند انواع روش ها و شاخص های ارزیابی فیزیکی افراد بزرگسال را تشریح کنند. دانشجویان می توانند شاخص وزن و شاخص قد به صورت مستقیم و اندازه گیری غیرمستقیم ، شاخص BMI نحوه برآورد آن ، اندازه گیری اسکلت بدنی، تعیین روش هایی برای ارزیابی وزن ایده آل و شاخص های مربوط به وزن و قد را تفسیر نمایند.
۱۷	تفسیر شاخص های تن سنجی در افراد بزرگسال ۲	دانشجویان با ترکیب بدن و روش های مستقیم و غیر مستقیم ارزیابی ترکیب بدن آشنا می شوند و به طور عملی اندازه گیری محیط ها در ارزیابی غیر مستقیم ترکیب بدنی شامل دور کمر، لگن، بازو و شرایط اندازه گیری ، همراه با کاربرد cut off های معین هر اندازه گیری ، را انجام می دهند. (همراه با ارزیابی عملی)
۱۸	تفسیر شاخص های تن سنجی در افراد بزرگسال ۳	دانشجویان می توانند 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
۱۹	ارزیابی ترکیب بدن اندازه گیری چربی زیر پوستی با استفاده از کالیپر	دانشجویان اندازه گیری با کالیپر را آموزش می بینند. (ارزیابی عملی)
۲۰	ارزیابی مستقیم ترکیب بدن و روش های آن	دانشجویان می توانند تمامی روش های ارزیابی مستقیم ترکیب بدن را توضیح دهند.
۲۱	ارزیابی مستقیم ترکیب بدن	دانشجویان روش BIA را می توانند به طور کامل در ارزیابی ترکیب بدن تشریح کنند.
۲۲	ارزیابی ترکیب بدن با BIA	دانشجویان می توانند به طور مستقیم اندازه گیری ترکیب بدن با BIA را انجام دهند. (ارزیابی عملی)
۲۳	ارزیابی بالینی ۱	دانشجویان با انواع روش های ارزیابی وضعیت بالینی و علایم ناشی از کمبود یا مسمومیت ریزمغذی ها را تفسیر نمایند.
۲۴	ارزیابی بالینی ۲	دانشجویان با انواع روش های ارزیابی وضعیت بالینی و علایم ناشی از کمبود یا مسمومیت ریزمغذی ها را تفسیر نمایند.