

نام و کد درس : اختلالات تغذیه در سالمندان - کد ۱۵

نیمسال اول / دوم / تابستان: نیمسال اول و دوم

تعداد و نوع واحد (نظری / عملی) : ۲ واحد نظری

محل برگزاری: دانشکده بهداشت

مدرس: دکتر مریم ثقفی اصل

رشته و مقطع تحصیلی : سلامت سالمندی - دکتر

روز و ساعت برگزاری: دوشنبه ساعت ۱۰-۱۲

دروس پیش نیاز : ندارد

شماره تماس دانشکده: ۰۴۱۳-۳۳۵۷۵۸۱

جلسه اول

اهداف کلی: آشنایی با کلیات نیازهای تغذیه ای سالمندان (۱)

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- بیان سرفصلها، اهداف و منابع درسی - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو: - با اهمیت تغذیه مناسب در دوران سالمندی آشنا شود. - نیازهای تغذیه ای دوران سالمندی را بشناسد.	شناختی	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه دوم

اهداف کلی: آشنایی با کلیات نیازهای تغذیه ای سالمندان (۲)

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
• مرور جلسه قبل و پاسخ به سئوالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو: ۱. نیازهای تغذیه ای دوران سالمندی را بشناسد.	شناختی	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	• پرسش و پاسخ • شرکت فعال در بحثهای کلاسی • ارائه های کلاسی • آزمون پایان ترم

جلسه سوم

اهداف کلی: ارزیابی وضعیت تغذیه ای سالمندان و ابزارهای سنجش آن (۱)

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - اهمیت ارزیابی وضعیت تغذیه ای سالمندان در شرایط مختلف بداند. - با روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه ای سالمندان آشنا شود. - ابزارهای سنجش وضعیت تغذیه ای سالمندان را بداند. - بهترین ابزار پیشنهاد شده برای سنجش هر نوع وضعیت تغذیه ای سالمند را بداند.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه چهارم

اهداف کلی: ارزیابی وضعیت تغذیه ای سالمندان و ابزارهای سنجش آن (۲)

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - اندازه گیری های تن سنجی سالمند از جمله وزن، قد، قد زانو، طول اولنا، دور بازو، دور کمر و دور باسن، دور ساق پا و غیره را به طور مسلط انجام دهد.	مهارت عملی	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر و فعال تر	شرکت فعال در آزمایشگاه آنترپومتری	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه تکالیف کلاسی

جلسه پنجم

اهداف کلی: ارزیابی وضعیت تغذیه ای سالمندان و ابزارهای سنجش آن (۳)

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سئوالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: ۱. بهترین ابزار سنجش آموخته شده را بسته به شرایط سه سالمند (بستری در بیمارستان یا سالمند غیربستری ولی مشکوک از لحاظ سلامت تغذیه ای) انتخاب نموده و وضعیت تغذیه ای او را ارزیابی نماید.	مهارت عملی	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر و فعال تر	شرکت فعال در بخشهای بیمارستان و ارزیابی وضعیت تغذیه ای سالمند	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی

جلسه ششم

اهداف کلی: علل بی اشتهایی و سوء تغذیه دوره سالمندی

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: ۱. با علل رایج بی اشتهایی در دوره سالمندی آشنا شود. ۲. با علل سوء تغذیه در سالمندی آشنا شود. ۳. به اهمیت درمان سوء تغذیه و بی اشتهایی سالمندان پی ببرد. ۴. با نیازهای تغذیه ای سالمندان سوء تغذیه ای و لاغر آشنا شود. ۵. با اصول مختلف درمان بی اشتهایی و سوء تغذیه در سالمندی ناشی از علل مختلف از جمله تهوع یا استفراغ آشنا شود.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه هفتم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی – سارکوپنی

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سئوالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: ۱. کلیات اختلالات تغذیه ای رایج دوره سالمندی را بداند. ۲. تعریف سارکوپنی و روش تشخیص آن را بداند. ۳. با علل بروز سارکوپنی در سالمندی آشنا شود. ۴. با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به سارکوپنی آشنا شود. ۵. روشهای مدیریت و درمان تغذیه ای مناسب سارکوپنی را بشناسد. ۶. با اصول تغذیه ای پیشگیری از بروز سارکوپنی آشنا شود.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه هشتم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی – اوستئوپنی / اوستئوپروز

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - تعریف اوستئوپنی / اوستئوپروز را بداند. - روشهای تشخیص اوستئوپنی / اوستئوپروز را بداند. - با علل بروز اوستئوپنی / اوستئوپروز آشنا شود. - با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به اوستئوپنی / اوستئوپروز آشنا شود. - روشهای مدیریت و درمان تغذیه ای مناسب اوستئوپنی / اوستئوپروز را بشناسد. - با اصول تغذیه ای پیشگیری از بروز اوستئوپنی / اوستئوپروز آشنا شود.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه نهم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی - کم خونی

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - تعریف و ویژگیهای انواع کم خونی را بداند. - با علل بروز انواع کم خونی در سالمندی آشنا شود. - با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به کم خونی آشنا شود. - روشهای مدیریت و درمان تغذیه ای مناسب انواع کم خونی در سالمندان را بشناسد. - با اصول تغذیه ای پیشگیری از بروز انواع کم خونی آشنا شود.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه دهم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی – چاقی / اضافه وزن

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سئوالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - تعریف چاقی و اضافه وزن در دوره سالمندی را بداند. - با علل بروز چاقی و اضافه وزن در دوره سالمندی آشنا شود. - با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به چاقی و اضافه وزن آشنا شود. - روشهای مدیریت و درمان تغذیه ای مناسب چاقی و اضافه وزن در دوره سالمندی را بشناسد. - با روشهای پیشگیری از بروز چاقی و اضافه وزن در دوره سالمندی آشنا شود.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه یازدهم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی – دیابت / مشکلات کلیوی / اختلالات چربی خون

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سئوالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - تعریف دیابت / اختلالات چربی خون / پرفشاری خون را بداند. - با علل رایج دیابت / مشکلات کلیوی / اختلالات چربی خون در دوره سالمندی آشنا شود. - به اهمیت درمان دیابت / مشکلات کلیوی / اختلالات چربی خون در دوره سالمندی پی ببرد. - با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به دیابت / مشکلات کلیوی / اختلالات چربی خون آشنا شود. - اصول درمان تغذیه ای دیابت / مشکلات کلیوی / اختلالات چربی خون در دوره سالمندی را بداند.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه دوازدهم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی – پرفشاری خون / سکت / سرطان

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - تعریف پرفشاری خون / سکت / سرطان را بداند. - با علل رایج پرفشاری خون / سکت / سرطان در دوره سالمندی آشنا شود. - به اهمیت درمان پرفشاری خون / سکت / سرطان در دوره سالمندی پی ببرد. - با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به پرفشاری خون / سکت / سرطان آشنا شود. - با اصول درمان تغذیه ای پرفشاری خون / سکت / سرطان در دوره سالمندی آشنا شود.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه سیزدهم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی – عفونت و زخم بستر

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سئوالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - تعریف عفونت و زخم بستر را بداند. - با علل رایج عفونت و زخم بستر در دوره سالمندی آشنا شود. - به اهمیت درمان عفونت و زخم بستر در دوره سالمندی پی ببرد. - با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به عفونت و زخم بستر آشنا شود. - با اصول مختلف درمان عفونت و زخم بستر در دوره سالمندی آشنا شود.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه چهاردهم

اهداف کلی: اختلالات تغذیه در دوره سالمندی - افسردگی و دمانس

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: ۱. معیارهای تشخیص افسردگی و دمانس را بداند. ۲. با علل رایج افسردگی و دمانس در دوره سالمندی آشنا شود. ۳. به اهمیت درمان افسردگی و دمانس در دوره سالمندی پی ببرد. ۴. با نیازهای تغذیه ای سالمندان مبتلا به افسردگی و دمانس آشنا شود. ۵. اصول تغذیه درمانی افسردگی و دمانس در دوره سالمندی را بداند.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه پانزدهم

اهداف کلی: بهداشت تغذیه و اهمیت آن در سطوح مختلف پیشگیری

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: - با تعریف بهداشت تغذیه و سطوح مختلف پیشگیری در دوره سالمندی آشنا شود. - اهمیت بهداشت تغذیه در سطوح مختلف پیشگیری در دوره سالمندی را بداند.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

جلسه شانزدهم

اهداف کلی: درمان سوء تغذیه در مراحل آخر زندگی

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
- مرور جلسه قبل و پاسخ به سؤالات دانشجویان - انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: ۱. روشهای درمانی سوء تغذیه در مراحل آخر زندگی را بداند.	تئوری	سخنرانی و تشویق دانشجویان برای مشارکت بیشتر، جمع بندی در انتهای هر جلسه	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۵ ساعت	ویدئو پروژکتور (powerpoint) و وایت بورد	- پرسش و پاسخ - شرکت فعال در بحثهای کلاسی - ارائه های کلاسی - آزمون پایان ترم

- سیاست مسئول دوره در مورد برخورد با غیبت و تاخیر دانشجو در کلاس درس :
غیبت بیش از سه جلسه موجب حذف واحد درسی خواهد شد.

✱ نحوه ارزشیابی دانشجو و بارم مربوط به هر ارزشیابی:

الف - در طول دوره (کوئیز، تکالیف، امتحان ، میان ترم):

(۱) تکالیف کلاسی: ۱ نمره

(۲) مشارکت فعال و منظم در بحث های کلاسی: ۱ نمره

(۳) ارائه های کلاسی: ۴ نمره

ب - پایان دوره:

(۱) آزمون پایان ترم، بارم: ۱۴ نمره

منابع اصلی درس (رفرانس):

- Wiliam A, Sodeman JR. Instructions for Geriatric Patients. Latest Edition.
- Karaj. Nutrition and Fitness. Latest Edition.
- Oxford textbook of Geriatric Medicine. Latest Edition.
- Thomas V. Jones MD. The Merck Manual of Geriatrics. Latest Edition.
- Corpus de Geriatrice, College National des Enseignants de Geriatric. Latest Edition.

- مقالات پژوهشی و مروری مرتبط با بحثها

