



(برای یک جلسه از درس، برای مثال ۲ ساعت از کلاس درس در یک هفته)

دانشکده: بهداشت گروه آموزشی: علوم بهداشتی و تغذیه مقطع و رشته‌ی تحصیلی: کارشناسی ارشد علوم بهداشتی در تغذیه

نام درس: تغذیه پیشرفته ۱	تعداد واحد: ۳	نوع واحد: نظری	پیش نیاز: -
زمان برگزاری کلاس: روز یکشنبه ساعت: ۱۶ - ۱۳ مکان برگزاری: دانشکده بهداشت	تعداد دانشجویان: - نفر		
مسئول درس: دکتر فرزاد شیدفر مدرسین (به ترتیب حروف الفبا): -			

شرح درس: (لطفاً شرح دهید)

در این درس مکانیسم و روشهای دستیابی به اصول و حقایق کربوهیدراتها بیان می شود و بعلاوه در زمینه هایی که شواهد علمی هنوز قطعیت ندارد و تئوری هایی که دارای موافق و مخالفان است بحث می شود. به این ترتیب دانشجویان با اندوخته های علمی قویتر و شناخت بهتری از مباحث مربوطه به تحقیق، تدریس یا وظایف کارشناسی خویش خواهند پرداخت.

هدف کلی: (همان هدف بینابینی طرح دوره است)

آشنایی با اهمیت اسیدهای چرب و نقشهای ویژه آنها در تنظیم متابولیسم لیپیدها و تولید مواد بیولوژیکی، مفاهیم و مباحث عمیق و جدید در زمینه سوخت و ساز کربوهیدراتها و پروتئینها می باشد.

اهداف بینابینی:

- طبقه بندی کربوهیدراتها، مقایسه طبقه بندیهای قدیم و جدید، درجه پلی مریزاسیون، فیبرها، فروکتوآولیگوساکاریدها، هضم و جذب کربوهیدراتها، نظریات جدید در این زمینه، روش اندازه گیری فیبر غذایی، شیرین کننده های مصنوعی
- تقسیم بندی اسیدهای چرب، اهمیت اسیدهای چرب ضروری، چگونگی ورود چربی به دستگاه گردش خون، ساخت و تجزیه لیپوپروتئینها در دستگاه گردش خون، اهمیت اسیدهای چرب امگا ۶ و تولید سیتوکینها و پروستاگلاندینها از آنها، اهمیت اسیدهای چرب امگا ۳ و تولید مواد بیولوژیک مهم از آنها، آپوپروتئینها و اهمیت آنها و مواد شبیه چربی و چگونگی ساختمان آنها
- طبقه بندی پروتئینها، شرح کامل نقش اسیدهای آمینه ضروری، غیرضروری، ضروری مشروط، تراز ازته، بازگردش ازته، روشهای تعیین نیاز به اسیدهای آمینه

شیوه‌های تدریس:

به نام خداوند جان آفرین



دانشگاه علوم پزشکی ایران
مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی
واحد برنامه‌ریزی آموزشی
طرح درس (Lesson Plan)

- سخنرانی سخنرانی برنامه ریزی شده پرسش و پاسخ
بحث گروهی یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL) یادگیری مبتنی بر تیم (TBL)
سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----

وظایف و تکالیف دانشجوی: (لطفاً شرح دهید)

- وسایل کمک آموزشی:
وایت برد تخته و گچ پروژکتور اسلاید
سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----

- نحوه ارزشیابی و درصد نمره: (از نمره کل)
 آزمون میان ترم ----- درصد نمره
 انجام تکالیف ----- درصد نمره
سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----
 آزمون پایان ترم ۱۰۰ درصد نمره
 شرکت فعال در کلاس ----- درصد نمره

- نوع آزمون
تشریحی پاسخ کوتاه چندگزینه‌ای جور کردنی صحیح- غلط
سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----

منابع اصلی درس:

به نام خداوند جان آفرین



دانشگاه علوم پزشکی ایران
مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی
واحد برنامه‌ریزی آموزشی
طرح درس (Lesson Plan)

- 1- Shills, ME. Olson, JA. Sheik, M. Ross, CA. modern Nutrition in Health and Disease. Lippincott Williams and Wilkins.
- 2- Protein Evaluation FAO
- 3- Mahan, LK. Scott-Stump, S. Kraus Food and Diet Therapy. Philadelphia, WB Saunders
- 4- Grow, JS. James, WPT. Human Nutrition and Dietetics. Churchill Livingstone
- 5- Carbohydrates in Human Nutrition. FAO 1998

برنامه کلاسی درس تغذیه پیشرفته (۱) (یکشنبه‌ها : ساعت ۱۶-۱۳)

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۰



جلسه	عنوان مطالب	استاد مربوطه
۱	هضم و جذب چربی ها - شیمی و طبقه بندی- توصیه رژیمی - انتقال و متابولیسم (حلالیت ، انتقال آگزوزن و آندروژن)	آقای دکتر شیدفر
۲	انتقال و متابولیسم (حلالیت ، انتقال آگزوزن و آندروژن) آپولیپوپروتئین ها ، پروتئین های ناقل و متابولیسم لیپوپروتئین ها و عوامل رژیمی تاثیر گذار-اکسیداسیون اسیدهای چرب- تاثیر رژیم بر اکسیداسیون اسید چرب	آقای دکتر شیدفر
۳	اکسیداسیون و انتقال چربی به سایر متابولیت ها	آقای دکتر شیدفر
۴	بیوسنتز لیپیدها - کلسترول - فرآیندهای اکسیداتیو و دفاع آنتی اکسیدان	آقای دکتر شیدفر
۵	عملکرد اسیدهای چرب ضروری -انتقال غشایی- سایتوکین ها - نیاز به اسیدهای چرب ضروری، امگا ۶ و امگا ۳ - بیوسنتز و عملکرد ایکوزانوئیدها	آقای دکتر شیدفر
۶	مروری بر جدیدترین مقالات مربوط به چربیها در مورد مباحث فوق	آقای دکتر شیدفر
۷	- انتقال مسیرهای سنتز و تجزیه اسیدهای آمینه AA اسیدهای آمینه- طبقه بندی و تعریف- توزیع و مخزن	خانم دکتر رهیده
۸	الحاق اسیدهای آمینه به سایر بافت ها- نوسازی پروتئین ها در بدن - نیاز به پروتئین و اسیدهای آمینه	خانم دکتر رهیده
۹	روشهای اندازه گیری نوسازی پروتئین و کینتیک، تعادل نیتروژن - مشارکت برخی اندامها در متابولیسم پروتئین ها- ارزیابی کیفیت پروتئین ها	خانم دکتر رهیده
۱۰	تعریف و اهمیت و طبقه بندی کربوهیدراتها - کربوهیدراتهای رژیمی- نشاسته- تجزیه- نشاسته- نشاسته مقاوم- فیبر رژیمی- عملکرد و خواص قندها - ورود گلوکز به سلول (ترانسپورترها)	خانم دکتر زراتی
۱۱	سوء جذب گلوکز گالاکتوز گلوکز خون: تنظیم متابولیک هورمونی و ترانس کریپشنال - نمایه گلیسمی - متابولیسم گلوکز و فروکتوز	خانم دکتر زراتی
۱۲	ارتباط کارآیی و عملکرد ورزشکاران و کربوهیدرات- سایر اختلالات در هضم و جذب و متابولیسم کربوهیدرات (عدم تحمل به کربوهیدرات) (عدم تحمل به لاکتوز) - آزمون های تشخیصی برای ارزیابی متابولیسم ، هضم و جذب کربوهیدراتها- ارتباط کربوهیدراتها و بیماریهای مزمن- فیبرهای رژیمی	خانم دکتر زراتی
۱۳	جمع بندی چربیها، پروتئین ها و کربوهیدراتها	آقای دکتر شیدفر خانم دکتر زراتی خانم دکتر رهیده
۱۴	ارائه دانشجویان به صورت بیان یک مقاله علمی چاپ شده در ژورنالهای معتبر مربوط به مباحث فوق	آقای دکتر شیدفر خانم دکتر زراتی خانم دکتر رهیده