



## معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان

### طرح دوره course plan

#### مشخصات کلی

نام دانشکده: داروسازی	گروه آموزشی: تغذیه و رژیم درمانی
نام درس: مواد غذایی و مکمل‌های خوراکی	رشته تحصیلی: داروسازی

#### مشخصات درس:

نام درس: مواد غذایی و مکمل‌های خوراکی	تعداد واحد: ۲	پیش نیاز: بیوشیمی، شیمی تجزیه
زمان برگزاری: نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ (سه شنبه ها ساعت ۸ الی ۱۰)		
نام مدرس یا مدرسین: دکتر محمدی (۱ واحد)، دکتر جاودان (۱ واحد)		
نام مدرس مسئول درس: دکتر محمدی		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: ۰۹۱۷۱۴۸۲۰۱۵ Mohammadi.nut@gmail.com		

#### اهداف درس:

<b>هدف کلی:</b> طبقه بندی و آشنایی با انواع مواد خوراکی، تاثیر آنها در داروسازی، انواع رژیم های غذایی و تاثیر متقابل غذا و دارو، انواع مکمل های رژیمی و نقش آنها در بدن و دوز آنها
<b>اهداف اختصاصی<sup>۱</sup>:</b> ۱. آشنایی با اصول تغذیه و مفاهیم پایه ای ۲. آشنایی با اهمیت و نقش تغذیه صحیح در تامین سلامت فرد ۳. آشنایی با انواع مکمل‌های تغذیه ای نقش آنها ۴. آشنایی با تداخلات دارو و غذا
<b>فهرست محتوا:</b> کلیات علم تغذیه و اهمیت غذا و مواد مغذی کربوهیدرات‌ها و نقش آنها در بدن پروتئین‌ها و نقش آنها در بدن چربی‌ها و نقش آنها در بدن

<sup>۱</sup> منظور از اهداف اختصاصی، همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است.

<p>انرژی و اجزای آن  ویتامین‌های محلول در چربی (ویتامین‌های E,D و K A)  ویتامین‌های محلول در آب (ویتامین‌های B1, B2, B3, B5, B6)  ویتامین‌های محلول در آب (بیوتین، فولیک اسید، B12)  مواد معدنی (کلسیم، فسفر و منیزیم)  مواد معدنی (آهن، مس، روی و ید)  مکمل‌های غذایی و مکانیسم آنها  عوارض جانبی نامطلوب مکمل‌های غذایی و موارد مصرف و منع مصرف آنها  تعریف تداخل دارو-غذا و عوامل موثر بر تداخل دارو-غذا  اثرات داروها و مکانیسم تداخلات آنها بر روی دریافت مواد غذایی و هضم و جذب، متابولیسم و دفع ادراری مواد مغذی  اثرات مصرف مواد غذایی و مکانیسم تداخلات آنها بر روی هضم و جذب، متابولیسم و دفع ادراری داروها</p>
<p>وظایف/ تکالیف دانشجویان :  مطالعه محتوای آموزش داده شده در هر جلسه  شرکت در کلاس و گفتگوهای کلاسی  انجام تکالیف مشخص شده برای هر درس  شرکت در آزمون میان ترم و آزمون نهایی</p>

#### ارزشیابی دانشجویان :

درصد از نمره کل	مبنای ارزشیابی
۵۰	آزمون پایانی
۴۵	آزمون یا آزمون‌های میان ترم
-	حضور و مشارکت در کلاس ، تالار گفتگو و چت روم
۵	انجام تکالیف ، پروژه ها و پاسخ به تمرین
	سایر موارد ذکر گردد

#### منابع پیشنهادی برای مطالعه :

کتاب کرواس ۲۰۲۰ و کتاب Modern Nutrition in health and disease

جدول زمان بندی دروس :

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام مدرس
جلسه ۱	۱۴۰۳/۶/۲۰	۸ الی ۱۰	کربوهیدرات‌ها	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۲	۱۴۰۳/۶/۲۷	۸ الی ۱۰	پروتئین‌ها	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۳	۱۴۰۳/۷/۳	۸ الی ۱۰	لیپیدها	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۴	۱۴۰۳/۷/۱۰	۸ الی ۱۰	اجزای انرژی	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۵	۱۴۰۳/۷/۱۷	۸ الی ۱۰	ویتامین‌های محلول در چربی (ویتامین‌های A, E, D و K)	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۶	۱۴۰۳/۷/۲۴	۸ الی ۱۰	ویتامین‌های محلول در آب (ویتامین‌های B1, B2, B3, B5, B6)	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۷	۱۴۰۳/۸/۱	۸ الی ۱۰	ویتامین‌های محلول در آب (بیوتین، فولیک اسید، B12)	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۸	۱۴۰۳/۸/۸	۸ الی ۱۰	مواد معدنی (کلسیم، فسفر، منیزیم، آهن، مس، روی و ...)	حضور	دکتر جاودان
جلسه ۹	۱۴۰۳/۸/۱۵	۸ الی ۱۰	مکمل‌های تغذیه ای و رژیم	حضور	دکتر محمدی
جلسه ۱۰	۱۴۰۳/۸/۲۲	۸ الی ۱۰	مکمل‌های تغذیه ای و رژیم	حضور	دکتر محمدی
جلسه ۱۱	۱۴۰۳/۸/۲۹	۸ الی ۱۰	مکمل‌های تغذیه ای و رژیم	حضور	دکتر محمدی
جلسه ۱۲	۱۴۰۳/۹/۶	۸ الی ۱۰	مکمل‌های تغذیه ای و رژیم	حضور	دکتر محمدی
جلسه ۱۳	۱۴۰۳/۹/۱۳	۸ الی ۱۰	مکمل‌های تغذیه ای و رژیم	حضور	دکتر محمدی
جلسه ۱۴	۱۴۰۳/۹/۲۰	۸ الی ۱۰	تداخلات دارو-غذا	حضور	دکتر محمدی
جلسه ۱۵	۱۴۰۳/۹/۲۷	۸ الی ۱۰	تداخلات دارو-غذا	حضور	دکتر محمدی
جلسه ۱۶	۱۴۰۳/۱۰/۴	۸ الی ۱۰	تداخلات دارو-غذا	حضور	دکتر محمدی
<p>میان ترم اول : جلسه ۱ تا ۸ تاریخ امتحان: هماهنگی با دانشجویان ساعت امتحان:.....</p> <p>امتحان پایان ترم جلسه ۹ تا ۱۶ تاریخ امتحان: اعلام شده توسط آموزش ساعت امتحان:.....</p>					