



معاونت آموزشی

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

واحد برنامه‌ریزی آموزشی

چارچوب طراحی «طرح دوره»

اطلاعات درس:

گروه آموزشی ارایه دهنده درس: طب ایرانی
عنوان درس: تغذیه اختصاصی و شیوه تهیه غذاهای ویژه
کد درس: ۳۰۹۱۰۶۱
نوع و تعداد واحد^۱: ۱ واحد نظری - ۱ واحد عملی
نام مسؤل درس: دکتر فاطمه نجات‌بخش
مدرس/ مدرسان: دکتر فاطمه نجات‌بخش - دکتر میثم شیرزاد - دکتر ملیحه تهرایی - دکتر علیرضا عباسیان - دکتر لیلا شیربیگی - دکتر ابراهیم خادم
پیش‌نیاز/ هم‌زمان: ندارد
رشته و مقطع تحصیلی: طب ایرانی - دکترای تخصصی (Ph.D)
روز و ساعت: چهارشنبه‌ها ۱۰-۱۳
با توجه به اتمام ترم در تاریخ ۴۰۲/۱۰/۱۳، تاریخ و ساعت جلسات ۱۶ و ۱۷ در هماهنگی نماینده کلاس با استاد مربوطه مشخص خواهد شد

اطلاعات مسؤل درس:

رتبه علمی: دانشیار
رشته تخصصی: طب ایرانی
محل کار: دانشکده طب ایرانی، دانشگاه علوم پزشکی تهران
تلفن تماس: ۰۹۱۲۶۵۱۱۳۸۴
نشانی پست الکترونیک: Nejatbakhsh@sina.tums.ac.ir

^۱مشمتمل بر: نظری، عملی و یا نظری - عملی به تفکیک تعداد واحدهای مصوب. (مثال: ۲ واحد نظری، ۱ واحد عملی)

توصیف کلی درس (انتظار می‌رود مسؤول درس ضمن ارائه توضیحاتی کلی، بخش‌های مختلف محتوایی درس را در قالب یک یا دو بند، توصیف کند):

در طب ایرانی در دو حیطه پیشگیری و درمان توجه بسیار زیادی به امر تغذیه شده است. در بحث حفظ‌الصحه یا همان پیشگیری، شش اصل ضروری برای زندگی تحت عنوان سته ضروریه برشمرده شده که یکی از شش اصل، تدبیر مآکول و مشروب و یا همان تغذیه است. از طرفی تغذیه به عنوان یکی از سه اصل ضروری در امر درمان بیماری‌ها و جزء یکی از ارکان جدائی‌ناپذیر درمان در طب ایرانی مطرح است. علاوه بر مبانی تغذیه در منابع طب ایرانی دستورات تغذیه‌ای به موازات دستورات دارویی بیان شده و برای هر بیماری به طور اختصاصی و با توجه به مزاج بیماری و مزاج فرد دستورات آن بیان شده است. لذا استفاده از دستورات تغذیه کلاسیک به تنهایی نیاز پزشک طب ایرانی را تأمین نمی‌نماید.

در درس تغذیه اختصاصی دانشجویان منابع دانش تغذیه و مواد غذایی در طب سنتی را شناخته، کلیات، شیوه تهیه غذاهای رژیمی خاص، غذاهای ترکیبی طب سنتی ایران، شیوه تهیه و تاثیرات آن در بدن، دیدگاه جهت متناظرایی آن‌ها در غذاهای متداول امروزی را فراگرفته و سپس ضمن آشنایی با دستورات کلی تغذیه در بیماران، انواع غذاها و خواص آن‌ها، انواع شیوه‌های پخت و ویژگی‌های هر شیوه در امر درمان، ارائه دستورات و رژیم‌های غذایی اختصاصی در بیماری‌های مختلف، غذاهای مفید و مضر برای هر ارگان، توصیه‌ها و پرهیزهای غذایی در بیماری‌ها و سوءمزاج‌های مختلف و نکات تخصصی تغذیه هر بیماری را فرا می‌گیرند. آشنایی با مفردات غذایی و کاربرد آن‌ها در تغذیه بیماران، اصول کلی تغذیه از دیدگاه طب کلاسیک و تضادها و تشابهات تغذیه نوین و سنتی، تکنولوژی مواد غذایی و آشنایی با درستی و غلطی باورهای رایج، از موارد دیگریست که در این درس به آن پرداخته می‌شود.

در قسمت عملی، دانشجویان غذاها را از ابعاد مختلف تحلیل کرده و برای بیماران رژیم غذایی تجویز می‌نمایند.

اهداف کلی / محورهای توان‌مندی:

۱. آموزش ارائه دستورات غذایی ویژه اعم از توصیه‌ها و پرهیزات غذایی در هر بیماری بر اساس دانش طب سنتی ایرانی
۲. آموزش تحلیل غذاها بر اساس مفردات و شیوه پخت در بیماری‌ها به عنوان واحد عملی
۳. آموزش برقراری ارتباط با بیماران در ارائه رژیم‌های غذایی و توجه به نیازهای روحی روانی بیماران

اهداف اختصاصی / زیرمحورهای هر توان‌مندی:

پس از پایان این درس انتظار می‌رود که فراگیر:

الف - حیطه دانشی:

۱. منابع دانش تغذیه و مواد غذایی در طب سنتی و طب نوین و کلیات و شیوه تهیه غذاهای رژیمی خاص و غذاهای ترکیبی طب سنتی ایران، شیوه تهیه و تاثیرات آن در بدن را بشناسد و بیان کند knowledge – remembering

۲. برای بیماران مبتلا به انواع بیماری‌ها از دیدگاه طب سنتی ایرانی رژیم غذایی بنویسد application
۳. بتواند برای هر بیمار یک رژیم غذایی با ترکیبی از دستورات طب سنتی ایرانی و طب نوین بنویسد synthesis
۴. شباهت‌ها و تفاوت‌های رژیم‌های غذایی بیماران در طب سنتی ایرانی و طب نوین را با توجه به ویژگی‌های هر طب پیدا نماید comprehension
۵. بتواند وضعیت غذای روزهای گذشته بیمار را بر اساس دانش طب سنتی و طب نوین بررسی نماید Evaluation
۶. بتواند اثر غذا بر وضعیت بیماری را در ویژگی‌های مکرر نقد کند analysis

ب- حیطة مهارتی:

۱. بتواند متناظریابی غذاهای طب سنتی ایرانی در غذاهای متداول امروزی را انجام دهد
۲. یافته‌های طب سنتی در مورد مفردات غذایی تدریس شده را بداند و بتواند مکانیسم تاثیر آن‌ها را با دید بیماری محور تحلیل کند
۳. هر غذای خاص از فرهنگ‌های مختلف را بر اساس مفردات آن و شیوه پخت، تحلیل نماید و با توجه به نوع بیماری تغییراتی را در آن ایجاد نماید

ج- حیطة نگرشی (عاطفی):

۱. در ارائه رژیم غذایی به بیماران، تمایل آن‌ها به مصرف غذاهای خاص را در نظر گرفته و تعدیل نماید (توجه به تمایلات روانی)
۲. در ارائه رژیم غذایی به بیماران، عدم تمایل آن‌ها به ترک غذاهای خاص را در نظر گرفته و تعدیل نماید (توجه به تمایلات روانی)
۳. با صحبت با بیماران در یک محیط آرامش‌بخش، آن‌ها را به اهمیت رعایت رژیم غذایی آگاه نماید

رویکرد آموزشی^۱:

□ مجازی ^۲	√ حضوری	□ ترکیبی ^۳
----------------------	---------	-----------------------

رویکرد مجازی

روش‌های یاددهی- یادگیری زیر به عنوان نمونه معرفی شده‌اند:

- کلاس وارونه
- یادگیری مبتنی بر بازی دیجیتال
- یادگیری مبتنی بر محتوای الکترونیکی تعاملی (اسلایدهای صوت دار و بارگذاری در نوید و برگزاری کلاس حضوری جهت رفع اشکال)
- √ یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL)
- یادگیری اکتشافی هدایت شده
- √ یادگیری مبتنی بر سناریوی متنی

1. Educational Approach

2. Virtual Approach

3. Blended Approach: Blended learning is an approach to education that combines online educational materials and opportunities for interaction online with traditional place-based classroom methods.

□ یادگیری مبتنی بر مباحثه در فرم

سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----

تقویم درس:

جلسه	عنوان مبحث	روش تدریس	فعالیت‌های یادگیری / تکالیف دانشجویان	نام مدرس / مدرسان
۱ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۷/۵	مقدمه ای در دانش تغذیه در طب ایرانی و آشنایی با منابع- تدابیر کلی تغذیه در بیماران	کلاس حضوری	پره تست و پست تست مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۲ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۷/۱۲	آشنایی با دانش طب سنتی در مورد مفردات غذایی- گوشتها	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر میثم شیرزاد
۳ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۷/۱۹	آشنایی با غذاهای ترکیبی طب سنتی ایران، شیوه تهیه و تاثیرات آن در بدن، ایجاد دیدگاه جهت متناظریابی آن‌ها در غذاهای متداول امروزی (۱)	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۴ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۷/۲۶	آشنایی با غذاهای ترکیبی طب سنتی ایران، شیوه تهیه و تاثیرات آن در بدن، ایجاد دیدگاه جهت متناظریابی آن‌ها در غذاهای متداول امروزی (۲)	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۵ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۸/۳	آشنایی با دانش طب سنتی در مورد مفردات غذایی- حبوبات و غلات	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر ملیحه تبرایی
۶ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۸/۱۰	تغذیه در بیماری‌های مغز و اعصاب	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۷	تغذیه ورزشی از دیدگاه طب	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ-	دکتر

جلسه	عنوان مبحث	روش تدریس	فعالیت‌های یادگیری / تکالیف دانشجویان	نام مدرس / مدرسان
چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۸/۱۷	ایرانی و تغذیه نوین		های کلاسی	ابراهیم خادم
۸ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۸/۲۴	صنایع غذایی در طب ایرانی، نکات ویژه در طبخ غذاها، برخی باورها در باب تغذیه	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۹ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۹/۱	تغذیه در بیماری‌های ریه (سرفه-تنگی نفس)- تحلیل غذا	کلاس حضوری یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL) یادگیری مبتنی بر سناریوی متنی	مشارکت در کار کلاسی جهت بررسی یک گروه از غذاها و تحلیل یک غذای خاص مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۱۰ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۹/۸	آشنایی با دانش طب سنتی در مورد مفردات غذایی- میوه‌ها و سبزیجات	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر علیرضا عباسیان
۱۱ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۹/۱۵	تغذیه در بیماری‌های مفاصل (درد مفاصل-نقرس)	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر علیرضا عباسیان
۱۲ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۹/۲۲	آشنایی با دانش طب سنتی در مورد مفردات غذایی- لبنیات	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر لیلا شیرینی
۱۳ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۹/۲۹	تغذیه در بیماری‌های قلب تغذیه در بیماری‌های کلیه (سنگ کلیه) - تحلیل غذا	کلاس حضوری یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL) یادگیری مبتنی بر سناریوی متنی	مشارکت در کار کلاسی جهت بررسی یک گروه از غذاها و تحلیل یک غذای خاص مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۱۴ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۱۰/۶	تغذیه در بیماری‌های گوارش (۱)	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش

جلسه	عنوان مبحث	روش تدریس	فعالیت‌های یادگیری / تکالیف دانشجو	نام مدرس / مدرسان
۱۵ چهارشنبه ۱۰-۱۳ ۴۰۲/۱۰/۱۳	تغذیه در بیماری‌های گوارش (۲)	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۱۶ تنظیم تاریخ با هماهنگی نماینده کلاس	تغذیه در بارداری و شیردهی	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش
۱۷ تنظیم تاریخ با هماهنگی نماینده کلاس	تغذیه در بیماری‌های زنان و مردان	کلاس حضوری	مشارکت در پرسش و پاسخ- های کلاسی	دکتر فاطمه نجات‌بخش

وظایف و انتظارات از دانشجو:

وظیفه دانشجو حضور منظم در کلاس درس آنلاین، انجام تکالیف در موعد مقرر، مطالعه منابع معرفی شده، مشارکت در پرسش و پاسخ‌های کلاسی آنلاین، بررسی افعال مفردات غذایی ارائه شده و نیز مشارکت در کار کلاسی جهت بررسی یک گروه از غذاها و تحلیل یک غذای خاص بر اساس مفردات و شیوه پخت غذا و با تکیه بر دانش کلیات و سته ضروریه و طب نوین است.

روش ارزیابی دانشجو:

- ارزیابی دانشجو شامل ارزشیابی تکوینی و ارزشیابی تراکمی یا پایانی است.
- ارزشیابی تکوینی:** ارزشیابی دانشجو در طول دوره آموزشی با فعالیت‌هایی که دانشجو به طور مستقل یا با راهنمایی استاد انجام می‌دهد.
- در ارزشیابی تکوینی، در طول دوره آموزشی با فعالیت‌های فردی که به شکل پروژه تحلیل غذا بر اساس مفردات و شیوه پخت، با راهنمایی استاد انجام می‌دهد، ارزشیابی و نمره‌دهی صورت می‌گیرد (۲ نمره).
- ارزشیابی تراکمی یا پایانی:** ارزشیابی دانشجو در نیمه دوره و پایان دوره که شامل موارد زیر می‌باشد:

نیمه‌دوره:

- آزمون تا انتهای مبحث ردیف ۸ یعنی صنایع غذایی در طب ایرانی
- آزمون کتبی چند گزینه‌ای (۸ نمره)

پایان دوره:

- آزمون کتبی چند گزینه‌ای از ابتدای ردیف ۹ تا آخر مباحث (۸ نمره)
- ارائه یک غذا به دانشجو و درخواست تحلیل آن غذا بر اساس مفردات و شیوه پخت (۲ نمره)

منابع:

الف) کتب:

قانون فی الطب- اکسیر اعظم- شرح الاسباب و العلائم- طب اکبری- معالجات عقیلی- قواعد تغذیه در بیماری‌ها- تغذیه در ناباروری با رویکرد طب ایرانی و طب کلاسیک- تغذیه در شیردهی با رویکرد طب ایرانی و طب کلاسیک- مخزن الادویه- قرابادین کبیر- خوراکیهای بومی ایران- آشپزی سیر تا پیاز

- ME Shils., M shike. modern nutrition in health and disease. 2006.
- LK Mahan, S Escott _ Stump; krauses food, nutrition & diet therapy; 1996.
- Sylvia Escott-Stump, Nutrition and Diagnosis-Related Care. Sixth Edition. Williams & Wilkins. 2008.

ب) مقالات: مقالات فارسی و انگلیسی مرتبط با موضوعات مورد بحث که تعدادشان بسیار زیاد است

ج) منابع برای مطالعه بیشتر:

- الاغذیه و الادویه اسحاق بن سلیمان- الشامل فی الصناعه الطبیه- تذکره سویدی فی الطب- رساله در تقدیم و تاخیر فواکه- رساله در ماکول و مشروب-المختار من الاغذیه ابن نفیس قرشی- منافع الاغذیه و دفع مضارها- خوراک های ایرانی نادر میرزا قاجار-اغذیه المرضی نجیب الدین سمرقندی- خلاصه الحکمه

- Lavon J., Dunne., McGraw-Hill. Nutrition Almanac (Health Diet). FIFTH EDITION, New York Chicago. 2002

چک لیست ارزیابی طرح دوره

چگونگی پردازش طرح با توجه به معیارها			معیارهای ارزیابی	آیتم	نام درس	رشته مقطع	گروه
توضیحات در خصوص موارد نیازمند اصلاح	نیازمند اصلاح	قابل قبول					
			به اطلاعات کلی درس اعم از گروه آموزشی ارایه دهنده درس، عنوان درس، کد درس، نوع و تعداد واحد، نام مسؤل درس و سایر مدرسان، دروس پیش نیاز و هم‌زمان و رشته و مقطع تحصیلی اشاره شده است.	اطلاعات درس			
			اطلاعات مسؤل درس اعم از رتبه علمی، رشته تخصصی، اطلاعات تماس و ... درج شده است.	اطلاعات مسؤل درس			
			بخش‌های مختلف محتوایی درس در حد یک یا دو بند معرفی شده است.	توصیف کلی درس			
			اهداف کلی / محورهای توانمندی با قالب نوشتاری صحیح درج شده‌اند..	اهداف کلی / محورهای توانمندی			
			اهداف اختصاصی / زیرمحورهای هر توانمندی با قالب نوشتاری صحیح درج شده‌اند	اهداف اختصاصی / زیرمحورهای هر توانمندی			
			روش‌های یاددهی و یادگیری درج شده‌اند	روش‌های یاددهی - یادگیری			
			جدول مربوط به تقویم درس، به طور کامل تکمیل شده است.	تقویم درس			

			وظایف و انتظارات از دانشجویان نظیر حضور منظم در کلاس درس، انجام تکالیف در موعد مقرر، مطالعه منابع معرفی شده و مشارکت فعال در برنامه- های کلاس و ... تعریف شده و درج گردیده است.	وظایف و انتظارات از دانشجو			
			نحوه ارزیابی دانشجو با ذکر نوع ارزیابی (تکوینی/تراکمی)، روش ارزیابی و سهم هر نوع/ روش ارزیابی در نمره نهایی دانشجو، درج شده است..	نحوه ارزیابی دانشجو			
			کتاب‌های درسی، نشریه‌های تخصصی، مقاله‌ها و نشانی وبسایت‌های مرتبط، معرفی شده‌اند	منابع			