

## بنام خدا

### « فرم طرح درس »

دانشکده: علوم پزشکی ..... رشته: تغذیه ..... گرایش: مقطع: کارشناسی ...  
 نام درس: تغذیه اساسی (۲) ..... تعداد واحد نظری: ۳ ... تعداد واحد عملی: ..... عنوان درس پیشنهادی: بیوشیمی و متابولیسم ..... نام مدرس: عسل عطایی جعفری ..... تمام وقت □ نیمه وقت □ مدعو □ محل برگزاری: کلاس □ آزمایشگاه □

هدف کلی درس: آشنایی با ریز مغذی ها (ویتامین ها و مواد معدنی) و اهمیت آنها در تغذیه انسان

رئوس مطالب	
هفته اول	معرفی ویتامین ها، انواع آنها و خصوصیات آنها
هفته دوم	ویتامین A: تاریخچه، جذب از روده و متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته سوم	ویتامین D: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته چهارم	ویتامین E و K: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته پنجم	تیامین و ریبوفلاوین: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته ششم	نیاسین و پانتوتینیک اسید: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته هفتم	پیریدوکسین و اسید فولیک: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته هشتم	ویتامین B12 و بیوتین: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته نهم	ویتامین C و عوامل شبه ویتامینی: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته دهم	کلسیم: عوامل موثر بر زیست فراهمی و دفع ادراری آن، تنظیم کلسیم سرم، نقش ها، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته یازدهم	فسفر و منیزیم: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته دوازدهم	سولفور و آهن: عوامل موثر بر جذب، متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته سیزدهم	ادامه آهن: نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته چهاردهم	روی و فلئوئور: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته پانزدهم	مس، ید، سلنیوم، منگنز: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت
هفته شانزدهم	مولیبدنیوم، بورون، کوبالت: متابولیسم، نقش، مقدار مورد نیاز، منابع غذایی، علائم کمبود و مسمومیت

توجه: در صورت تغییر مباحث و نحوه تدریس درس در هر نیمسال لازم است فرم مربوطه مجددا توسط استاد محترم تکمیل و جهت به روز رسانی در اختیار آموزش دانشکده و سایت واحد قرار گیرد.

نحوه ارزشیابی فعالیت دانشجویان در طی دوره:

امتحان میان ترم ۳۰٪ - نمره - امتحان پایان ترم ۷۰٪ - نمره

منابع مطالعاتی:

۱ - Krause's Food, Nutrition, and Diet Therapy

۲ - Modern Nutrition in Health and Disease