

**Календарно-тематичний план
практичних занять з дисципліни „Нутриціологія”
(курс за вибором)
для студентів 3 курсу медичного факультету № 4
на весняний семестр 2017/2018 н.р.**

№	Тема практичних занять	Кількість год.	Дати			
			гр. № 1, 3, 4, 5	гр. № 6	гр. № 2, 7	№ 8
1.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика молока, молочних продуктів.	2	08.02.2018	13.03.2018	23.03.2018	24.04.2018
2.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів.	2	15.02.2018	20.03.2018	30.03.2018	04.05.2018
3.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика риби, нерибних продуктів моря. Яйця та яєчні продукти.	2	22.02.2018	27.03.2018	06.04.2018	11.05.2018
4.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика хліба, хлібобулочних, круп'яних виробів, бобових та інших продуктів переробки зерна. Кондитерські вироби.	2	01.03.2018	03.04.2018	13.04.2018	18.05.2018
5.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика овочів, фруктів, ягід, дикорослих їстівних рослин, горіхів, грибів.	2	15.03.2018	10.04.2018	20.04.2018	25.05.2018
Всього		10 ак.год.	8 груп			

Зав. кафедри гігієни та екології № 4,
доцент

Н.В. Велика

**Розподіл груп студентів
3 курсу медичного факультету № 4
з дисципліни „Нутриціологія”
у весняному семестрі 2017 – 2108 н.р.**

Викладач	Факультет мед. № 4, №№ груп
доц. Алексійчук В.Д.	1
доц. Аністратенко Т.І.	6
доц. Білко Т.М.	3
ас. Білоус С.В.	5, 7, 8
ас. Єльцова Л.Б.	2, 4

**Графік заліку
з дисципліни „Нутриціологія”
для студентів 3 курсу медичного факультету № 4
у весняному семестрі 2017 – 2108 н.р.**

Дата	№ групи	Викладач
15.03.18	1	доц. Алексійчук В.Д.
15.03.18	3	доц. Білко Т.М.
15.03.18	4	ас. Єльцова Л.Б.
15.03.18	5	ас. Білоус С.В.
10.04.18	6	доц. Аністратенко Т.І.
20.04.18	2	ас. Єльцова Л.Б.
20.04.18	7	ас. Білоус С.В.
25.05.18	8	ас. Білоус С.В.

Зав. кафедри гігієни та екології № 4,
доцент

Н.В. Велика

ВИДИ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ (СРС)
з «Нутриціології» (курс за вибором)
для студентів 3 курсу на 2017-2018 н.р. (60 ак.годин)

№ з.п .	ТЕМА	Кількість годин	Вид контролю
1.	Підготовка до практичних занять – теоретична підготовка та опрацювання практичних умінь, умінь	10	Поточний контроль на практичних заняттях
2.	Самостійне опрацювання тем, які не входять до плану аудиторних занять:		
	Поняття про аліментарні захворювання, їх класифікація, причини виникнення, розповсюдженість в Україні.	4	Поточний контроль на практичних заняттях
	Фізіологічні потреби здорової дорослої людини в основних нутрієнтах.	4	Поточний контроль на практичних заняттях
	Поняття про харчовий статус організму, методи його вивчення та оцінки.	4	Поточний контроль на практичних заняттях
	Показники, ознаки, які характеризують порушення білкового, жирового, вуглеводного статусів організму.	6	Поточний контроль на практичних заняттях
	Показники, ознаки, які характеризують порушення вітамінного та мінерального обміну. Методи визначення та критерії оцінки харчового статусу організму.	4	Поточний контроль на практичних заняттях
	Принципи аліментарної корекції осіб певних фізіологічних станів (вагітних, годівниць)	4	Поточний контроль на практичних заняттях
	Принципи аліментарної корекції осіб різних вікових груп (дітей).	4	Поточний контроль на практичних заняттях
3.	Індивідуальна СРС: Вплив різних фармакологічних засобів та продуктів на метаболізм нутрієнтів (згідно запропонованого переліку питань).	10	Поточний контроль на практичних заняттях
	РАЗОМ	50	

Зав. кафедри гігієни та екології № 4,
доцент

Н.В. Велика

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ З ДИСЦИПЛІНИ «НУТРИЦІОЛОГІЇ»

Оцінка за дисципліну визначається з урахуванням оцінок за поточну навчальну діяльність студента та оцінки за самостійну роботу студента.

Поточна навчальна діяльність студента оцінюється за 4-бальною шкалою, яка конвертується у бали таким чином:

“5” – 40; “4” – 32; “3” – 24; “2” – 0;

Самостійна робота студентів, яка передбачена в темі поряд з аудиторною роботою, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному занятті.

Максимальна кількість балів за поточну навчальну діяльність студента – 200: при засвоєнні 5 тем студенту присвоюється 200 балів ($5 \times 40 = 200$).

Мінімальна кількість балів, яку повинен набрати студент за поточну успішність та самостійну роботу, щоб отримати залік дорівнює 120 балам = ($5 \times 24 = 120$).

Поточний контроль здійснюється на кожному практичному занятті відповідно до конкретних цілей теми. Рекомендується застосувати на всіх практичних заняттях види об'єктивного контролю теоретичної підготовки (у вигляді письмового, усного опитування, тестування) та контроль засвоєння практичних навичок.

Підсумковий кінцевий контроль – залік. Дисципліна вважається **зарахована**, коли студент виконав усі види робіт, що передбачені навчальною програмою та при вивченні модуля набрав кількість балів, не меншу за мінімальну (120 балів).

Зав. кафедри гігієни та екології № 4,
доцент

Н.В. Велика

**Орієнтовний перелік питань та практичних умінь з відповідних змістових модулів
та дисципліни в цілому**

Перелік питань.

1. Значення харчування, як чинника, що впливає та формує здоров'я людини. Особливості харчування людини в сучасних умовах, характеристика харчування населення України. Харчування та стоматологічне здоров'я.

2. Фізіологічні норми потреби в харчових речовинах та енергії.

3. Фізіологічне значення білків та амінокислот, жирів, жирних кислот, фосфоліпідів, стеринів, моно-, дисахаридів та полісахаридів, в т. ч. харчових волокон. Основні джерела їх надходження.

4. Фізіологічне значення водо- та жиророзчинних вітамінів, вітаміноподібних речовин. Основні джерела надходження.

5. Фізіологічне значення макро- та мікроелементів. Основні джерела надходження. Значення для стоматологічного здоров'я.

6. Причини порушення білкового статусу (білковий, білково-енергетичний дефіцит та надлишок). Клінічні ознаки надлишку та нестачі білку.

7. Причини порушення жирового статусу. Клінічні ознаки надлишку жирів, холестерину, нестачі ПНЖК, особливо родини ω_3 .

8. Причини порушення вуглеводного статусу. Поняття глікемічний індекс. Порівняльна характеристика глюкози і фруктози. Клінічні ознаки надлишку простих вуглеводів, нестачі харчових волокон. Вплив на розвиток основних стоматологічних захворювань.

9. Причини розвитку гіпо- і авітамінозних станів, методи їх профілактики. Антивітаміни.

10. Клінічні ознаки недостатності вітамінів групи В. Додаткові дослідження, які необхідно провести для уточнення діагнозу, їх нормативні величини. Дієтологічні рекомендації для корекції цього стану.

11. Клінічні ознаки недостатності аскорбінової кислоти. Додаткові дослідження, які необхідно провести для уточнення діагнозу, їх нормативні величини. Дієтологічні рекомендації для корекції цього стану.

12. Клінічні ознаки недостатності жиророзчинних вітамінів. Додаткові дослідження, які необхідно провести для уточнення діагнозу, їх нормативні величини. Дієтологічні рекомендації для корекції цього стану.

13. Клінічні ознаки недостатності калію, кальцію, магнію. Додаткові дослідження, які необхідно провести для уточнення діагнозу, їх нормативні величини. Дієтологічні рекомендації для корекції цього стану. Вплив на стоматологічний статус організму.

14. Клінічні ознаки недостатності заліза, міді, цинку, йоду. Додаткові дослідження, які необхідно провести для уточнення діагнозу, їх нормативні величини. Дієтологічні рекомендації для корекції цього стану.

15. Поняття "аліментарне захворювання". Класифікація аліментарних захворювань.

16. Визначення поняття "харчовий статус" організму, в т.ч. і стоматологічний, показники, які його характеризують. Методика обстеження харчового статусу пацієнта.

17. Методика розрахунку та оцінки масо-зростових показників, визначення конституційного типу та гармонійності статури.

18. Основи профілактики аліментарних та аліментарно обумовлених захворювань (в тому числі і стоматологічних).

19. Методика корекції раціонів харчування у відповідності з індивідуальними фізіологічними потребами та харчовим статусом людини.

20. Теорії та різні види харчування. Їх характеристика, особливості, критичний аналіз, показання та протипоказання.

21. Молоко та молочні продукти, їх склад та властивості, харчова та біологічна цінність, парафармакологічні властивості, санітарна доброякісність, епідбезпека.

22. Молоко та молочні продукти, їх значення в раціональному, лікувальному, дієтичному, лікувально-профілактичному харчуванні. Вплив їх кількості та якості на розвиток основних стоматологічних захворювань

23. М'ясо та м'ясні продукти, їх склад та властивості, харчова та біологічна цінність, парафармакологічні властивості, санітарна доброякісність, епідбезпека.

24. М'ясо та м'ясні продукти, їх значення в раціональному, лікувальному, дієтичному, лікувально-профілактичному харчуванні.

25. Риба та нерибні морепродукти, їх склад та властивості, харчова та біологічна цінність, парафармакологічні властивості, санітарна доброякісність, епідбезпека.

26. Яйця та яйцепродукти, їх склад та властивості, харчова та біологічна цінність, парафармакологічні властивості, санітарна доброякісність, епідбезпека.

27. Кондитерські вироби, їх склад та властивості, харчова та біологічна цінність, санітарна доброякісність, епідбезпека. Їх вплив на розвиток основних стоматологічних захворювань

28. Овочі, фрукти, ягоди, горіхи та гриби, їх склад та властивості, харчова та біологічна цінність, парафармакологічні властивості, санітарна доброякісність, епідбезпека.

29. Овочі, фрукти, ягоди, горіхи та гриби, їх значення в раціональному, лікувальному, дієтичному, лікувально-профілактичному харчуванні

30. Зернові та бобові продукти, їх склад та властивості, харчова та біологічна цінність, властивості, санітарна доброякісність, епідбезпека.

31. Склад та властивості, харчова та біологічна цінність, значення в харчуванні харчових жирів, олійних харчових продуктів.

32. Використання їстівних диких рослинних культур в харчуванні, їх склад, властивості, особливості біологічної дії, можливості використання в раціональному, лікувальному та дієтичному харчуванні.

33. Мед та продукти бджільництва, їх склад, специфічні властивості, значення в харчуванні, парафармакологічні властивості.

34. Безалкогольні напої, їх специфічні властивості, значення в раціональному, лікувальному харчуванні. Вплив на виникнення та розвиток стоматологічних захворювань.

35. Основні контамінанти харчових продуктів, їх класифікація, вплив на організм.

36. Карієсогенні чинники (нутрієнти, продукти). Шляхи профілактики.

37. Вторинні аліментарні захворювання, що обумовлені патологією гепатобіліарної системи, захворюваннями шлунково-кишкового тракту (ШКТ).

38. Вторинні аліментарні захворювання, що обумовлені патологією опорно-рухового апарату, хворобами сечовидільної системи.

39. Вторинні аліментарні захворювання, що обумовлені порушенням імунного статусу, органів кровотворення тощо.

40. Вплив нутрієнтів на процеси перекисного окислення. Спеціальні антиоксидантні продукти.

41. Дієтопрофілактика онкологічних захворювань.

42. Особливості та фізіологічні передумови харчування, специфічний вплив нутрієнтів, принципи та спеціальні продукти харчування для дітей і підлітків.

43. Особливості та фізіологічні передумови харчування, специфічний вплив нутрієнтів, принципи та спеціальні продукти харчування для людей похилого віку.

44. Особливості та фізіологічні передумови харчування, специфічний вплив нутрієнтів, принципи та спеціальні продукти харчування для вагітних жінок і матерів годувальниць.

45. Особливості та фізіологічні передумови харчування, специфічний вплив нутрієнтів, принципи та спеціальні продукти харчування для робітників розумової та фізичної праці.

46. Особливості та фізіологічні передумови харчування, специфічний вплив нутрієнтів, принципи та спеціальні продукти харчування для спортсменів.

47. Вплив іонізуючого випромінювання на організм. Особливості харчування осіб, що зазнали вплив зовнішнього та внутрішнього опромінення та осіб, що мешкають в регіонах з підвищеним радіаційним забрудненням.

48. Значення лікувальних та дієтичних продуктів, показання та протипоказання до їх застосування.

49. Особливості застосування спеціальних продуктів лікувально-профілактичного призначення, їх характеристика.

50. Аліментарна профілактика основних стоматологічних захворювань.

51. Поняття про дієтичні добавки, їх призначення, класифікація, застосування у харчовій промисловості.

52. Генетично-модифіковані харчові продукти. Медичні аспекти застосування їх в харчуванні населення.

53. Аліментарні чинники ризику основних стоматологічних захворювань (карієсогенні, демінералізуючі, протизапальні, метаболічні тощо).

54. Основні напрямки аліментарної профілактики основних стоматологічних захворювань, методи та засоби.

55. Дієтологічний супровід захворювань органів ротової порожнини.

Перелік умінь.

Розрахувати індивідуальні потреби організму в основних нутрієнтах.

Розрахувати та оцінити БМІ Кетле.

Оцінити індивідуальний харчовий статус, в т.ч. і стоматологічний статус та визначити ознаки його порушення.

Визначити конституційний тип та гармонійності статури.

Оцінити забезпеченість організму білком.

Визначити порушення жирового та вуглеводного статусу організму.

Оцінити клінічні ознаки недостатності вітамінів, мінеральних речовин.

Розрахувати показник глікемічного індексу для вибору продуктів, що містять вуглеводи для окремих категорій населення (осіб з високими енерговитратами, хворих з порушенням вуглеводного та жирового обміну, людей переважно розумової праці тощо).

Оцінити та віднести продукти харчування до основних джерел вітамінів та мінеральних речовин.

Порівняти та віднести харчові продукти до основних джерел білків, незамінних амінокислот, жирів, ПНЖК, ПНЖК родини $\omega 3$, вуглеводів, харчових волокон.

Розрахувати рекомендовані добові норми споживання молока та молочних продуктів для дорослого населення, дітей, людей похилого віку.

Скласти порівняльну характеристику та виявити особливості м'яса та морської риби за нутрієнтним складом та біологічною цінністю.

Розрахувати та оцінити основні джерела вітаміну Е, фосфоліпідів, вітамінів групи В серед зернових та бобових культур.

Визначити основні джерела вітаміну С та рутину.

Розрахувати та оцінити основні джерела кальцію, обґрунтувати їх добове споживання для профілактики стоматологічних захворювань.

Розрахувати та оцінити основні джерела йоду, обґрунтувати їх добове споживання для профілактики йододефіцитних захворювань щитовидної залози.

Розрахувати та оцінити основні джерела заліза, обґрунтувати їх добове споживання для профілактики залізодефіцитних станів.

Відкоригувати харчовий раціон онкологічного хворого та пацієнта з ризиком розвитку онкозахворювання.

Розрахувати споживання харчових продуктів для вагітних та лактуючих жінок.

Розрахувати споживання харчових продуктів для людей похилого віку в залежності від фізіологічних потреб.

Розрахувати споживання харчових продуктів для корекції захворювань гепатобіліарної системи, ШКТ, опорно-рухового апарату, порушень імунного статусу, для корекції стоматологічного статусу.

Обґрунтувати рецептури сокових композицій для покращення функціонування системи травлення (шлунку, кишківника), інтоксикаційних та дисметаболічних синдромів тощо.

Обґрунтувати рецептури сокових композицій для покращення функціонування системи травлення (шлунку, кишківника), інтоксикаційних та дисметаболічних синдромів тощо.

Надавати рекомендації щодо аліментарної профілактики виникнення основних стоматологічних захворювань та дієтологічного супроводу захворювань органів ротової порожнини.

Рекомендована література

Базова.

1. Гігієна харчування з основами нутріціології / За ред. проф.В.І. Ципріяна/. 1 том., Київ: Медицина, 2007.- 528 с.
2. Гігієна харчування з основами нутріціології/ За ред. проф.В.І. Ципріяна/. 2 том., Київ: Медицина, 2007.- 560 с.
3. Нутріціологія. Підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів України III-IV рівнів акредитації. В.В. Ванханен, В.Д. Ванханен, В.І. Ципріян, Донецьк: Донеччина, 2001, 475 с.
4. Гігієна харчування. Методичні вказівки до практичних занять для студентів VI курсу за спеціальністю “Медико-профілактична справа” (В.В. Ванханен, В.Д. Ванханен, В.І. Ципріян), Донецьк: Донеччина, 2003, 89 с.
5. Методика оцінки харчового статусу людини та адекватності індивідуального харчування. Навчально-методичний посібник. В.І. Ципріян, Н.В. Велика, В.Г. Яковенко, Київ, 1999, 60 с.
6. Яцула Г.С., Слободкін В.І., Береза В.Я. Санітарно-гігієнічні методи дослідження харчових продуктів і води, К.: Здоров'я, 1991.288с.
7. Профилактическое питание в онкологии. В.І.Ципріян та ін. Луганск, «Ноулинж», 2010.- 148с..
8. Оздоровительное и диетическое питание / Под ред. В.И. Циприяна. Цикл лекций для слушателей курса «Нутрициология», ч.1, Киев, 2001. - 336 с.
9. А.Н. Мартинчик, И.В. Маев, А.Б. Петухов. Питание человека (основы нутрициологии). - М.: ГОУ ВУНМЦ, 2002. - 576 с.

Допоміжна.

1. Шевченко В.П. Клиническая диетология/ Под ред. В.Т Ивашкина.- М.: ГЕОТАР – Медиа, 2009.- 256 с.
2. Диетология: Руководство. 2-е изд./ Под ред. А.Ю. Барановского. – СПб: Питер, 2006.- 960 с.
3. Павлоцька Л.Ф., Дуденко Н.В., Димитрієвич Л.Р. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів: навчальний посібник.- Суми: ВТД «Університетська книга», 2007.- 441 с.
4. Габі Гаубер-Швенк, Міхаель Швенк. Харчування.- Київ, «Знання-прес», 2004.- 184 с.
5. Ципріян В.И., Ялкупт С.И. Питание в профилактике опухолей. Киев, «Книга плюс», 2000 – 152 с.
6. Ципріян В.И., Лизогуб В.Г., Пономаренко В.И. Кардиопротекторная диета “Счастлиное сердце”. Лекция для слушателей элективного курса «Нутрициология». Издательство “Приазовье, 2000”. – 32 с.
7. Ципріян В.И. Диетология и диетопрофилактика алиментарного ожирения. Лекция для слушателей элективного курса «Нутрициология». Киев,2000. - 147с.

8. Справочник по диетологии / Под ред. В.А. Тутельяна, М.А. Самсонова.- 3-е изд., переработ. и дополнен.- М.: Медицина, 2002. - 544 с.
9. Омега–3 ПНЖК / Под ред. Ю.И. Фещенко и В.К. Гаврисюка. - Киев, 1996. - 124 с.
10. Скальный А.В. Микроэлементозы человека (диагностика и лечение). Москва, 1999. - 96 с.
11. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф. Фізіологія харчування. Навчальний посібник. Харків – 1999. - 390 с.
12. Жвиташвили Ю.Б. Рак и питание. – СПб.: Издательский дом. Нева, М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2001. - 320 с.
13. Ганинець О.М. Практична дієтологія. Навчальний посібник, Ужгород, 2004. - 228 с.
14. Пухлини молочної залози /харчування, фітотерапія, імунопрофілактика/ Під ред. В.Ф. Чехуна, Київ, “Книга плюс”, 2003. - 206 с.
15. Блейз А. Энциклопедия лечебных овощей. Москва, «Олма-Пресс», 1999. - 318 с.
16. Блейз А. Энциклопедия лечебных фруктов и ягод. Москва, «Олма-Пресс», 1999. - 320 с.
17. Смолянский Б.Л, Абрамова Ж.И. Справочник по лечебному питанию. С.-П., «Гиппократ», 1993. - 302 с.
18. Смолянский Б.Л, Белова Л.В. Нетрадиционное питание. С.-П. «Гиппократ», 2001. - 201 с.
19. Смолянский Б.Л. Алиментарные заболевания. Ленинград, «Медицина», 1979. – 262 с.
20. Принципи здорового харчування. Посібник підготовлений робочою групою програми CINDI – Україна. Київ, 2001. – 19 с.
21. Зубар Н.М., Ципріян В.І., Рувль Ю.В. Фізіологія харчування. Опорний конспект лекцій. Київ, 2000. – 181 с.
22. Мазуркевич С.А. Энциклопедия заблуждений. Питание.- М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2001. - 400 с.
23. Доценко В.А.. Болезни избыточного и недостаточного питания: Учебное пособие. С.-П.: 000 «Издательство ФОЛИАНТ», 2004. – 112 с.
24. Тутельян В.А., Спиричев В.Б. Микронутриенты в питании здорового и больного человека (справочное руководство по витаминным и минеральным веществам). - М.: Колос, 2002. - 424 с.