



МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ

“ПРОФ. Д-Р ПАРАСКЕВ СТОЯНОВ” ВАРНА

ФАКУЛТЕТ „ДЕНТАЛНА МЕДИЦИНА“

Утвърдена с Протокол на ФС № 10/ 06.12.2018 г.

Утвърждавам:

ДЕКАН

/Проф. Стефан Пеев, д.м.н/

УЧЕБНА ПРОГРАМА

по

“ОСНОВИ НА ХРАНЕНОТО НА ЗДРАВЯ И БОЛНИЯ ЧОВЕК“

Факултативна дисциплина

Специалност “ДЕНТАЛНА МЕДИЦИНА”

Образователно-квалификационна степен “МАГИСТЪР”

Професионална квалификация “ЛЕКАР ПО ДЕНТАЛНА МЕДИЦИНА”

Вид на занятията	Семестър	Хорариум часа-седмично	Хорариум часа-общо
Лекции	IV	1	15
Практически упражнения			
Общо часа			15
Форми на контрол	Текущ контрол		Изпит
Кредити (ECTS)			2
Извънаудиторна заетост			45

Преподаватели: Доц. д-р Дарина Найденова д.м.,

Доц. д-р Ружа Панчева д.м.

Варна, 2018

Анотация

Съвременната наука за хранене отразява връзката на храненето със здравето и превенцията на болестите както на индивидуално, така и на популационно ниво. Хранителното поведение има роля в етиологията на редица социално значими заболявания. Алиментарния фактор би могъл да се използва в превенцията на метаболитните нарушения, сърдечно-съдовите заболявания и рака. Особено актуални са познанията в областта на нарушенията в хранителното поведение.

Цел:

Дисциплината има за цел студентите да получат актуални знания и относно превентивната роля на храната и най-подходящото хранително поведение при социално-значими заболявания и физиологични състояния. В курса на обучение е предвидена тема за актуалните нарушения в хранителното поведение, алтернативните модели на хранене, диетичното хранене при някои от най-разпространените социално – значими заболявания.

Обучението по дисциплината се извършва чрез лекции.

Форми на обучение, контрол и оценка

Курсът на обучение по дисциплината завършва с писмен изпит.

Критерии за оценяване

Отличен (6): Самостоятелно ориентиране на студента в препоръчаната литература по конкретната тема. Оригинално интерпретиране и логично изложение на темата. Адекватни изводи и заключения по конкретната тема.

Много добър (5): Самостоятелно ориентиране на студента в препоръчаната литература по конкретната тема. Правилно интерпретиране, адекватни изводи и заключения по конкретната тема.

Добър (4): Самостоятелно ориентиране на студента в препоръчаната литература по конкретната тема. Правилно интерпретиране.

Среден (3): Ориентиране на студента в препоръчаната литература по конкретната тема.

Тематичен план на лекциите и упражненията

Лекции:

1. Нутрициология. Особености в храненето на съвременния човек
2 часа.
2. Основни микронутриенти и техните дефицити
2 часа
3. Хранене при метаболитни нарушения (захарен диабет, подагра, остеопороза).
Концепция за гликемичен индекс.
2 часа
4. Хранене при сърдечно – съдови заболявания.
2 часа
5. Модели на алтернативно хранене – критичен анализ.
2 часа
6. Хранене и затлъстяване. Роля на режима на хранене върху метаболизма и
телесното тегло
2 часа
7. Акценти в храненето на жената в различни периода от живота.
1 часа
8. Естествено хранене на кърмачето – предпоставки за успешно кърмене
2 часа

Литература:

1. Krause's Food and Nutrition Therapy, L. K. Mahan, S. Escott – Stump, 12th International Edition, 2008
1. Хигиена, хранене и епидемиология. Под ред. на проф. Б. Попов, София 2007
2. Хигиена, хранене и професионални болести. Под ред. на проф. Б. Попов, София 2009 (2010)
3. Хигиена и екология, том I, под ред. на проф. Д. Цветков, изд. „Знание“, София 1999 (2005)
4. Национален план за действие “Храни и хранене”, 2005-2010, МЗ, Изд. “Демократични традиции – Деметра”, 2006
5. Препоръки за здравословно хранене на населението в България 18-65 г., МЗ, НЗООЗ, София 2008
6. Препоръки за здравословно хранене на ученици 7-19 г. МЗ, НЗООЗ, София 2008
7. Препоръки за здравословно хранене преди и по време на бременност и кърмене МЗ, НЗООЗ, София 2008
8. Препоръки за здравословно хранене на деца 3-6 г. деца 3-6 г. МЗ, НЗООЗ, София 2008
9. Препоръки за здравословно хранене на кърмачета МЗ, НЗООЗ, София 2008

КОНСПЕКТ

1. Модели на алтернативно хранене (веганство, вегетарианство, разделно хранене, суровоядство, „лечебно хранене”, моно диети, „Зоната”, Аткинс, високопротеинова диета, кетогенна диета, хранене според кръвната група, инстинктотерапия и др.) – критичен анализ, рискове за здравето.
2. Актуални хранителни дефицити.
3. Функционални храни и хранителни добавки.
4. Естествено хранене на кърмачето.
5. Предпоставки за успешно кърмене.
6. Хранене и затлъстяване. Роля на режима на хранене върху метаболизма и телесното тегло.
7. Хранене при сърдечно – съдови заболявания.
8. Хранене при захарен диабет. Концепция за гликемичен индекс.
9. Хранене при подагра.
10. Хранене при остеопороза.
11. Хранене на жената в различни периода от живота.

Изготвил програмата: _____

/доц. д-р Д. Найденова/

Ръководител катедра: _____

/ доц. д-р Т. Димитрова /