

קורס מספר 290.2046: תזונה קלינית
סמסטר א' תשע"ז 2016/2017

מרצה: ד"ר גלית גולדז'ק קוניק, PhD, RD, מנהלת היחידה לתזונה ודיאטה, כללית, מחוז חיפה וגליל מערבי.

דוא"ל: galitgk@gmail.com

טלפון: 052-5673119

שעות קבלה: בתיאום מראש עם המרצה

מטרת הקורס

להקנות ידע תיאורטי ומעשי בסיסי בתזונה נכונה ובתזונה קלינית. עקרונות ההנחיות התזונתיות במצבי חולי נפוצים. הכוונה תזונתית ראשונית לחולים כרוניים ולחולים מורכבים. תזונה נכונה במעגל החיים.

מבנה הקורס

1. השיעורים שיועברו באמצעות מצגות ושיעורים מתוקשבים באתר הקורס הינם בשבועות:
נובמבר: 3/11 – שיעור ראשון, 17/11 **דצמבר:** 8/12, 15/12, **ינואר:** 5/1, 12/1, 19/1.
2. הרצאה של שעתיים ביום ה בשעות: 0830-1000 תתקיים בתאריכים: 10/11, 24/11, 1/12, 22/12, 29/12, 26/1.

דרישות הקורס

1. מבחן בסוף הסמסטר – 100% הציון. במבחן יכלול כל החומר שהועבר בשיעור במצגות וגם שהוסבר בע"פ ע"י המרצה כולל סרטונים וחומרים באתר.

תוכנית שיעורים

נושא	מפגשים
היכרות עם דרישות הקורס וספרות – סילבוס, שקפים. <u>מבוא:</u> מחלות מחסור תזונתי, מחלות כרוניות והקשר לגורמי תזונה. קצובת רכיבי מזון עפ"י גיל ומין (RDA, DRI). אבות המזון: פחמימות, חלבונים ושומנים. פרמידות המזון לאורך השנים, החלוקה לקבוצות המזון, מנות תחליף, הסימון התזונתי. המינרלים סידן וברזל – צרכים וספיגה.	באתר ובמפגשים
תהליך הירידה במשקל – הדיאטות השונות והמלצות לפעילות גופנית משפרת בריאות. הטיפול התזונתי ביל"ד (דיאטת DASH), תזונה במניעה וטיפול בטרשת עורקים ומחלות לב.	מתוקשב ובמפגש
השמנה, הטיפול התזונתי בסידנרום המטבולי ובסוכרת.	מתוקשב+ מפגש

<p>הטיפול התזונתי בחולי אי ספיקת כליות ובחולים מורכבים. עצירות והטיפול בה. הסיבים התזונתיים פרה ופרוביוטיקה. תירגול וחזרה. תזונת האדם במעגל החיים - הצרכים התזונתיים האופייניים, החסרים הפוטנציאליים ובעיות נפוצות: הריון והנקה.</p>	<p>מתקשב + מפגש</p>
<p>המשך מעגל החיים: תזונת תינוקות וילדים. הרגלי אכילה במתבגרים והשמנת ילדים. ומתבגרים. תירגול וסיכום.</p>	<p>מתקשב + מפגש</p>

- 2 -

ביבליוגרפיה

1. מאמרים מרכזיים ועדכניים ומאמרי **guidelines** יועלו לאתר הקורס עפ"י הנושאים.
2. Modern Nutrition in Health and Disease. 11th ed, Lippincott Williams & Wilkins, 2012.
3. Krause's Food & the Nutrition Care Process, 13thed, 2013.
4. A Handbook of Nutrition Practices. 7th ed, Mayo foundation, 1994.
5. תזונה פרי מחשבה / אילנה רוזנברג, בהוצאת האוני' הפתוחה, ת"א 1996