

**«ՍՆՆԴԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ» ԹԵՄԱՅՈՎ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ  
2023թ.-ից կրկնողաբար, առցանց («Ձում» հարթակ)**

**«Երևանի Մ. Հերացու անվան պետական բժշկական համալսարան»  
հիմնադրամ**

- Գրություն՝ 13 .05-24.05
- Թիրախային լսարան՝ բուժքույրեր
- Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ 1-50 հոգի
- մասնակիցներին շնորհել ՇՄՁ 19 տեսական և 7 գործնական կրեդիտ.

դասընթացավար Լիլա Մուրադյանին՝ ՇՄՁ 19 տեսական և 7 գործնական կրեդիտ

- Կոնտակտ 010583101

<b>Շաբաթ 1</b>	
<b>Օր 1</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Դիետոլոգիա՝ հիմնական խնդիրներն ու նպատակները
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-18:30	<b>Դասախոսություն</b> Սննդի բաղադրություն
18:30-19:00	<b>Գործնական աշխատանք</b> Բուժանձնակազմի կողմից դիետաների կազմում՝ ըստ առաջարկվող առողջական խնդիրների: Դիետ սեղաններ
<b>Օր 2</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Ճարպային հյուսվածքը՝ որպես ակտիվ հորմոնալ օրգան: Չհագեցած ճարպաթթուներ: Տրանսճարպեր (թափառող ճարպեր)
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-18:30	<b>Դասախոսություն</b> Մարդու էներգետիկ ծախսերի և սննդի էներգետիկ արժեքի հաշվարկ
18:30-19:00	<b>Գործնական աշխատանք</b> Մարմնի զանգվածի ցուցանիշի որոշում՝ ըստ Կետլեյի բանաձևի
<b>Օր 3</b>	

16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Հղիների և կերակրող մայրերի սննդի առանձնահատկությունները
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-19:00	<b>Գործնական աշխատանք</b> Ճարպակալման գնահատումը
<b>Օր 4</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Ռացիոնալ և բալանսավորված սնունդ: Էներգետիկ հավասարակշռություն
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-19:00	<b>Դասախոսություն</b> Սննդամթերքի և էներգիայի ֆիզիոլոգիական պահանջարկի նորմեր՝ բնակչության տարբեր խմբերի և առողջական վիճակների համար
<b>Օր 5</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Այլընտրանքային սնման սկզբունքներ
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-19:00	<b>Գործնական աշխատանք</b> Աճի և զարգացման ցուցանիշներ
<b>Շաբաթ 2</b>	
<b>Օր 1</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Սննդի անվտանգություն: Սննդային բուրգ կամ ափսե
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-19:00	<b>Դասախոսություն</b> Դեռահասների սննդակարգ: Տարեցների և ծերերի սննդակարգ
<b>Օր 2</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Սնունդ ընդունելու սովորությունների փոփոխման փուլեր
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-19:00	<b>Դասախոսություն</b> Սնվածության վիճակի գնահատում
<b>Օր 3</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Սննդի քանակ և որակ
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-19:00	<b>Դասախոսություն</b> Ճարպաթթուներ, տեսակները, հագեցած ճարպեր
<b>Օր 4</b>	
16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Առողջ սննդի դերը՝ որոշ հիվանդությունների կանխարգելման և բուժման գործում
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-19:00	<b>Գործնական աշխատանք</b> Բժշկական և սոցիալական անամնեզ
<b>Օր 5</b>	

16:00-17:00	<b>Դասախոսություն</b> Տարբեր տարիքային խմբերի սնուցման սկզբունքներ
17:00-17:30	Ընդմիջում
17:30-18:30	<b>Դասախոսություն</b> Ավագ տարիքի երեխաների սնուցման առանձնահատկությունները
18:30-19:00	<b>Գործնական աշխատանք</b> Իրավիճակային խնդիրներ