

ԾՐԱԳԻՐ

«ԴԻԵՏՈԼՈԳԻԱՅԻ ԵՎ ՆՈՒՏՐԻՑԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ԱՐԴԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐ» ԹԵՄԱՅՈՎ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ

2022թ.-ից կրկնողաբար, ք. Երևան (Երևանի Մ. Հերացու անվան ԵՊԲՀ Ընտանեկան բժշկության
 ամբիոն կամ առցանց՝ «Զոււմ» հարթակում)

Երևանի Մ. Հերացու անվան պետական բժշկական համալսարան

Շաբաթ 1	
Օր 1	
18:00-18:40	Դասախոսություն Դիետոլոգիայի և նուտրիցիոլոգիայի արդի խնդիրներ
18:40-19:20	Դասախոսություն Սննդի բաղադրություն՝ մակրոնուտրիենտներ, միկրոնուտրիենտներ, հականուտրիենտներ
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Ճարպային հյուսվածքը որպես ակտիվ հորմոնալ օրգան
20:30-21:00	Դասախոսություն Ճարպաթթուներ, տեսակները. հազեցած ճարպեր
Օր 2	
18:00-18:40	Դասախոսություն Չհազեցած ճարպաթթուներ, ազդեցությունը առողջության վրա
18:40-19:20	Դասախոսություն Տրանսճարպեր: Սննդի ջերմային մշակում՝ հնարավոր ռիսկեր
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Աթերոսկլերոզ և սնունդ, խոլեստերինի խնդիրը
20:30-21:00	Դասախոսություն Սիրտ-անոթային հիվանդությունների սննդային կանխարգելում
Օր 3	
18:00-18:40	Դասախոսություն Զարկերակային հիպերտենզիա: DASH սննդակարգ
18:40-19:20	Դասախոսություն Սպիտակուցների ֆունկցիաները, ամինաթթուների տեսակները
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Պրիոններ: Սպիտակուցի նորմավորում, ազոտային բալանս
20:30-21:00	Դասախոսություն Կետոզ և կետոացիդոզ, պատկերացում կետո-դիետայի մասին
Օր 4	
18:00-18:40	Դասախոսություն Ածխաջրերի տեսակները, ֆունկցիաները, պարզ ածխաջրեր

18:40-19:20	Դասախոսություն Բարդ ածխաջրեր: Բիոֆլավանոիդներ՝ ազդեցությունը առողջության վրա
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Միկրոբիոմի նշանակությունը առողջության համար, դիսբիոզ
20:30-21:00	Դասախոսություն Հատուկ սննդակարգ
Օր 5	
18:00-18:40	Դասախոսություն Պրեբիոտիկներ, պրոբիոտիկներ
18:40-19:20	Դասախոսություն Օնկոլոգիական հիվանդությունների սննդային կանխարգելում
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Ռացիոնալ սննդի սկզբունքներ. մարդու էներգաձախսերը
20:30-21:00	Դասախոսություն Հիմնական փոխանակության հաշվարկի սկզբունքներ
Շաբաթ 2	
Օր 1	
18:00-18:40	Գործնական աշխատանք Հիմնական փոխանակության ինքնուրույն հաշվարկ բանաձևերով
18:40-19:20	Դասախոսություն Դասախոսության շարունակություն Հիմնական փոխանակության հաշվարկ
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Գործնական աշխատանք Հիմնական փոխանակության ինքնուրույն հաշվարկ աղյուսակներով, խրոնոմետրաժով
20:30-21:00	Դասախոսություն Ճարպակալման տեսակները, ազդեցություն սիրտանոթային, շնչառական և այլ համակարգերի վրա, ճարպակալման գնահատում
Օր 2	
18:00-18:40	Դասախոսություն Սննդի էներգետիկ արժեքը, հաշվարկի սկզբունքներ
18:40-19:20	Դասախոսություն Սննդային վարքագծի խանգարումներ, գնահատում
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Սննդային օրագիր կազմելու և պացիենտի սննդակարգը գնահատելու սկզբունքները
20:30-21:00	Դասախոսություն Պացիենտի խորհրդատվություն սննդային վարքագծի վերաբերյալ»
Օր 3	
18:00-18:40	Դասախոսություն Ճարպակալման բուժման սկզբունքներ
18:40-19:20	Դասախոսություն Սնվածության վիճակի գնահատում
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Առողջ սննդի սկզբունքներ, սննդակարգեր
20:30-21:00	Դասախոսություն Տարեցների և ծերերի սնվելու սկզբունքներ
Օր 4	
18:00-18:40	Դասախոսություն Օստեոպորոզ. սննդային կանխարգելում
18:40-19:20	Դասախոսություն

	Պողազրա. սննդային կանխարգելում
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Դասախոսություն Ծանր հիվանդների էնտերալ, պարենտերալ սնուցում
20:30-21:00	Դասախոսություն Դիետիկ սննդակարգեր. ընդհանուր պատկերացում, հիմնական սկզբունքներ
Օր 5	
18:00-18:40	Դասախոսություն ԹՔՕՀ, սննդային խորհուրդներ
18:40-19:20	Գործնական աշխատանք Սննդային օրագրերի քննարկում
19:20-19:50	Ընդմիջում
19:50-20:30	Թեստերի քննարկում
20:30-21:00	Հարցեր, քննարկումներ

Թիրախային լսարան՝ ավագ բուժաշխատողներ:

Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ 6-15 հոգի:

Դասընթացավար՝ Իրինա Դանիելյան: