

ԾՐԱԳԻՐ

«ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՊԱՀՊԱՆՈՒՄ, ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊ» ԹԵՄԱՅՈՎ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ

2023թ.-ից կրկնողաբար, ք. Երևան (Երևանի Մխիթար Հերացու անվան պետական բժշկական համալսարանի Ընտանեկան բժշկության ամբիոն)

Երևանի Մխիթար Հերացու անվան պետական բժշկական համալսարան

Շաբաթ 1		
Օր 1		
9:00-10:00	Դասախոսություն Առողջության սահմանումը և նրա վրա ազդող գործոնները	Լ. Մուրադյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Սնվելու հիմնական սկզբունքները	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Ռացիոնալ սնվելու սկզբունքները	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Դասախոսություն Սննդամթերքի և էներգիայի ֆիզիոլոգիական պահանջարկի նորմեր՝ բնակչության տարբեր խմբերի և առողջական վիճակների համար	Մ. Նարինյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Առողջ սննդի «Բուրգի» քարոզչություն	Լ. Մուրադյան
Օր 2		
9:00-10:00	Դասախոսություն Այլընտրանքային սնման սկզբունքներ	Լ. Մուրադյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Սննդի քանակ և որակ	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Սննդային բուրգ կամ ափսե	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Գործնական աշխատանք Խորհրդատվություն ռացիոնալ սնուցման վերաբերյալ	Լ. Մուրադյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Անամնեզի հավաքում, վարքագծի և գիտակցության գնահատում, ցավային ախտանիշի գնահատում ու վարում	Մ. Նարինյան
Օր 3		

9:00-10:00	Դասախոսություն Սննդի անվտանգություն	Լ. Մուրադյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Սնունդը ընդունելու սովորությունների փոփոխման փուլեր	Մ. Նարինյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Սնվածության վիճակի գնահատում	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Դասախոսություն Աճի և զարգացման ցուցանիշներ	Լ. Մուրադյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Խորհրդատվություն քաշը վերահսկելու, ընդունած կալորիաների, ֆիզիկական ակտիվությունը հավասարակշռելու վերաբերյալ	Լ. Մուրադյան
Օր 4		
9:00-10:00	Դասախոսություն Ճարպակալման գնահատումը	Լ. Մուրադյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Բժշկական և սոցիալական անամնեզ	Մ. Նարինյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Տարբեր տարիքային խմբերի սնուցման սկզբունքներ	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Դասախոսություն 0-ից 6 ամսական երեխաների սնուցում, լրացուցիչ սնուցում	Լ. Մուրադյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Խորհրդատվություն՝ վիտամիններ, հանքային աղեր օգտագործելու վերաբերյալ	Լ. Մուրադյան
Օր 5		
9:00-10:00	Դասախոսություն 6 ամսեկանից մինչև 1 տարեկան երեխաների սնուցման առանձնահատկությունները	Մ. Նարինյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Ավագ տարիքի երեխաների սնուցման առանձնահատկությունները (1-3 և 4-7 տարեկան)	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Դեռահասների սննդակարգը	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Գործնական աշխատանք Տարբեր տարիքային խմբերի անձանց սննդակարգերը	Մ. Նարինյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Համագործակցություն դիետոլոգների և այլ մասնագետների հետ	Մ. Նարինյան
Շաբաթ 2		

Օր 1		
9:00-10:00	Դասախոսություն Հղիների և կերակրող մայրերի սննդի առանձնահատկությունները	Լ. Մուրադյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Տարեցների և ծերերի սննդակարգը	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Բնակչության տարբեր խմբերի սննդակարգը	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Դասախոսություն Առողջ ապրելակերպի սկզբունքները՝ որոշ հիվանդությունների կանխարգելման և բուժման գործում	Մ. Նարիմանյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Նախաձեռնության և հետձեռնդաբերության շրջանում կանանց ռացիոնալ սնուցման և ֆիզիկական ակտիվության վերաբերյալ խորհրդատվություն	Լ. Մուրադյան
Օր 2		
9:00-10:00	Դասախոսություն Երկրորդային թերսնուցում՝ կապված հիվանդությունների հետ	Լ. Մուրադյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Սննդի հավելումների օգտագործում	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Քաշը նվազեցնելու միջոցներ և խորհուրդներ	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Գործնական աշխատանք Անհատի առողջական վիճակին և խնդիրներին համապատասխան սննդակարգերի և վարժությունների նշանակում	Լ. Մուրադյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Թեմայի ամփոփում	Մ. Նարիմանյան
Օր 3		
9:00-10:00	Դասախոսություն Ալերգիաներ և որոշ սննդամթերքի անմատչելիություն	Լ. Մուրադյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Ֆիզիկական ակտիվություն, ռացիոնալ և բալանսավորված սնունդ և պարենտերալ սնուցում	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Գործնական աշխատանք ՄՁԳ-ի հաշվարկ	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Դասախոսություն Ծխախոտի ծխի պատճառած վնասն անձին և հասարակությանը	Մ. Նարիմանյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք	Լ. Մուրադյան

	Կանխարգելման ռազմավարություններ և դրանց առանձնահատկությունները բնակչության տարբեր խմբերի շրջանում	
Օր 4		
9:00-10:00	Դասախոսություն Առաջնային, երկրորդային և երրորդային կանխարգելման տեսակները	Մ. Նարիմանյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Նյութերի հատկություններ	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Կախվածության առաջացման ժամանակահատված	Մ. Նարիմանյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Դասախոսություն Ծխելու, ծխախոտի չարաշահման և կախվածության կլինիկական դրսևորումները	Լ. Մուրադյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Խորհրդատվություն ծխողի և նրա ընտանիքի անդամների հետ՝ ծխելը թողնելու վերաբերյալ	Լ. Մուրադյան
Օր 5		
9:00-10:00	Դասախոսություն Առաջիկա և հետագա բացասական ազդեցություններ տվյալ անհատի և նրա սերնդի վրա	Մ. Նարիմանյան
10:00-10:10	Ընդմիջում	
10:10-11:10	Դասախոսություն Ֆիզիոլոգիական վիճակին համապատասխան ֆիզիկական վարժություններ	Լ. Մուրադյան
11:10-11:30	Ընդմիջում	
11:30-12:30	Դասախոսություն Քրոնիկ հիվանդություններով տառապող հիվանդների ֆիզիկական ակտիվություն	Լ. Մուրադյան
12:30-12:45	Ընդմիջում	
12:45-13:45	Գործնական աշխատանք Բացատրական աշխատանք՝ հոգեմետ նյութերի օգտագործման սոցիալական, կլինիկական, էթնիկական, էթիկայի և իրավական տեսանկյուններ	Մ. Նարիմանյան
13:45-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք Այլ հիվանդությունների ժամանակ ռիսկային խմբերի բացահայտում, գնահատում և վարում	Լ. Մուրադյան

Թիրախային լսարան՝ բուժքույրներ:

Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ 1-30 հոգի: