

**ԾՐԱԳԻՐ**

**«ԴԻԵՏՈԼՈԳԻԱՅԻ ԵՎ ՆՈՒՏՐԻՑԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ԱՐԴԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐ» ԹԵՄԱՅՈՎ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ**

2022 թվականից կրկնողաբար, ք. Երևան (ԵՊԲՀ «Ընտանեկան բժշկության ամբիոն» կամ առցանց՝  
 Ձուև հարթակ)

«Մխիթար Հերացու անվան պետական բժշկական համալսարան»

<b>Շաբաթ 1</b>	
<b>Օր 1</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Դիետոլոգիա և նուտրիցիոլոգիա, հիմնական խնդիրներ և նպատակներ
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Մենդի բաղադրություն՝ մակրոնուտիենտներ, միկրոնուտիենտներ, հականուտրիենտներ
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-20:15	<b>Դասախոսություն</b> Ճարպային հյուսվածքը որպես ակտիվ հորմոնալ օրգան
20:15-21:15	<b>Դասախոսություն</b> Ճարպաթթուներ, տեսակները. հազեցած ճարպեր
<b>Օր 2</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Չհազեցած ճարպաթթուներ
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Տրանսճարպեր
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-20:15	<b>Դասախոսություն</b> Աթերոսկլերոզ և սնունդ, խոլեստերինի խնդիրը
20:15-21:15	<b>Դասախոսություն</b> Սիրտ-անոթային հիվանդությունների ռիսկեր: Մետաբոլիկ համախտանիշ
<b>Օր 3</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Զարկերակային հիպերտենզիա: Հատուկ սննդակարգ
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Սպիտակուցների ֆունկցիաները, ամինաթթուների տեսակները
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-20:15	<b>Դասախոսություն</b> Սպիտակուցի նորմավորում, ազոտային բալանս
20:15-21:15	<b>Դասախոսություն</b> Կետոզ և կետոացիդոզ, կետո-դիետայի առանձնահատկությունները
<b>Օր 4</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Ածխաջրերի տեսակները, ֆունկցիաները, պարզ ածխաջրեր
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b>

	Բարդ ածխաջրեր: Բիոֆլավանոիդներ
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-21:15	<b>Դասախոսություն</b> Աղիքային միկրոբիոտի նշանակությունը առողջության համար, SIBO: Հատուկ սննդակարգ
<b>Օր 5</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Պրեբիոտիկներ, պրոբիոտիկներ
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Օնկոլոգիական հիվանդություններ և սննդակարգ
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-20:45	<b>Դասախոսություն</b> Ճարպակալում՝ պատճառները, դիսկերը, գնահատման եղանակները: Ճարպակալման տեսակների տարբերակիչ ախտորոշում
20:45-21:15	<b>Դասախոսություն</b> Օրգանիզմի էներգաձախս, էներգիայի փոխանակության տեսակներ
<b>Շաբաթ 2</b>	
<b>Օր 1</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Հիմնական փոխանակություն. հաշվարկ բանաձևերով, աղյուսակներով, խրոնոմետրաժ
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Օրգանիզմի էներգաձախս. ֆիզիկական ակտիվության գործակից
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-20:15	<b>Դասախոսություն</b> Սննդի էներգետիկ արժեք, հաշվարկի սկզբունքներ
20:15-21:15	<b>Գործնական աշխատանք</b> Մարդու էներգետիկ ծախսերի և սննդի էներգետիկ արժեքի հաշվարկ
<b>Օր 2</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Սննդային վարքագծի խանգարումներ, գնահատում
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Պացիենտի խորհրդատվություն սննդային վարքագծի վերաբերյալ: Սննդային օրագիր
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-20:15	<b>Դասախոսություն</b> Ճարպակալման բուժման սկզբունքներ
20:15-21:15	<b>Գործնական աշխատանք</b> Բժիշկների կողմից ներկայացվող սննդակարգերի գնահատում, սննդային վարքագծի խանգարումների քննարկում
<b>Օր 3</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Անբավարար սնվածություն. գնահատում, պատճառներ
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Ռացիոնալ սննդի սկզբունքներ: Զուրը և առողջությունը: Առողջ սննդակարգ. միջերկրածովյան դիետա
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-21:15	<b>Դասախոսություն</b> Տարեցների և ծերերի սնվելու սկզբունքներ. օստեոպորոզ և սարկոպենիա, սննդային կանխարգելում
<b>Օր 4</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Հողատապ.սննդակարգի առանձնահատկություններ
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> ԹՔՕՀ, սննդային խորհուրդներ

19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-20:15	<b>Դասախոսություն</b> Դիետիկ սննդակարգեր. ընդհանուր պատկերացում, հիմնական սկզբունքներ
20:15-21:15	<b>Գործնական աշխատանք</b> Բժիշկների կողմից դիետաների կազմուն ` ըստ առաջարկվող առողջական խնդիրների
<b>Օր 5</b>	
18:00-18:40	<b>Դասախոսություն</b> Ծանր հիվանդների էներալ սնուցում
18:40-19:20	<b>Դասախոսություն</b> Ծանր հիվանդների պարենտերալ սնուցում
19:20-19:35	Ընդմիջում
19:35-21:15	<b>Գործնական աշխատանք</b> Թեստերի քննարկում, հարցեր, պատասխաններ

Թիրախային լսարան՝ ընտանեկան բժիշկներ, թերապևտներ, գաստրոէնտերոլոգներ, էնդոկրինոլոգներ:  
Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ 6-15 հոգի:

Դասընթացավար՝ Իրինա Դանիելյան: