

# Проблеми викладання

УДК 378.147+371.315

*Н.В. Зозуляк*

## ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ КУРСУ ЗА ВИБОРОМ «НУТРИЦІОЛОГІЯ» НА КАФЕДРІ ПРОПЕДЕВТИКИ ВНУТРІШНЬОЇ МЕДИЦИНИ

ДВНЗ «Івано-Франківський національний медичний університет»

**Резюме.** Майбутньому лікарю в сучасних умовах необхідно вміти аналізувати середовище, в якому знаходиться пацієнт, та виокремлювати фактори, що впливають на його здоров'я. Одним із таких факторів є харчування. Студенту пропонується елективний курс «Нутриціологія», метою якого є поглиблення і узагаль-

нення студентами знань про основні харчові продукти, їх енергетичну цінність, режим харчування, визначення особливостей раціонального і лікувального харчування.

**Ключові слова:** нутриціологія, енергетична цінність, лікувальне харчування.

**Вступ.** Сучасна соціальна та економічна обстановка в Україні висуває підвищені вимоги до морально-психологічної та професійної підготовки молодих спеціалістів. Європейський ринок диктує підвищені вимоги до майбутнього фахівця: це і високий рівень теоретичних знань, і динамічне вміння синтезувати та виокремлювати найважливіші елементи для швидкого реагування в певних обставинах. Майбутній лікар змушений не тільки володіти теоретичним багажем знань щодо численних захворювань, їх профілактики та лікування, а і вміти доцільно їх застосовувати у конкретному випадку, дивитися на пацієнта, як на окремого індивіда з його особливим стилем життя, звичками, певними особливостями організму. Тобто, розумний лікар після постановки діагнозу та призначення лікування повинен проаналізувати середовище, в якому знаходиться пацієнт, та виокремити певні фактори, що здатні впливати на його здоров'я. У більшості випадків таким фактором є особливості харчування людини. Адже здавна відома в народі приказка: «Скажи мені, що ти їж, і я скажу тобі, хто ти такий». І справді, багато захворювань розвиваються внаслідок неадекватності або надлишку певних речовин у нашому раціоні. Наприклад, справжньою «чумою» ХХ століття називають ожиріння, яке, у свою чергу, призводить до низки захворювань, таких, як ішемічна хвороба серця, атеросклероз, цукровий діабет, захворювання опорно-рухового апарату. Розвитку цих хвороб можна було б уникнути за умови раціонального харчування. Окрім того, під час загострення певних захворювань просто необхідно рекомендувати пацієнтові раціональне дієтичне харчування [1, 2]. З метою поглиблення даних знань студентам лікувального та педіатричного факультетів на початку третього курсу навчання пропонується курс за вибором «Нутриціологія».

**Основна частина.** Система оцінювання здійснюється відповідно до вимог програми дисципліни та Інструкції про систему оцінювання навчальної діяльності студентів при кредитно-модульній системі організації навчального процесу, затвердженій МОЗ України (2005) [3].

Метою елективного курсу нутриціології є поглиблення і узагальнення студентами знань про основні харчові продукти, їх енергетичну цінність, режим харчування, визначення особливостей раціонального і лікувального харчування. Студенти детально ознайомляться з лікувальними дієтами при основних захворюваннях і основами технології лікувального харчування. За поточну навчальну діяльність студент може отримати максимум 200 балів. Ця оцінка вираховується шляхом множення кількості балів, що відповідають максимальній оцінці (20), на кількість тем у модулі (10):  $20 \times 10 = 200$ . Мінімальна кількість балів, яку може набрати студент при вивченні модуля, вираховується шляхом множення кількості балів, що відповідають мінімальній позитивній оцінці, на кількість тем у модулі:  $10 \times 10 = 100$ . Поточний контроль здійснюється відповідно до конкретних цілей на кожному практичному занятті. Оцінка за практичне заняття складається з суми оцінок початкового, основного та заключного етапів (тестовий контроль, теоретичне питання та вирішення практичного ситуаційного завдання). Робочою програмою передбачені також бали за індивідуальну роботу: 8 балів – підготовка стенда, 5 балів – участь студентів у науководослідній роботі кафедри, у гуртку, 3 бали – підготовка реферативного повідомлення (доповідь) за темою, яку пропонує викладач. Можлива кількість рефератів обмежується викладачем до двох.

Для успішного засвоєння матеріалу недостатньо є тільки теоретичне обговорення теми під час заняття. Адже відомо, що людина засвоює 10 % того, що чує, 50 % того, що бачить, 70 % того, що промовляє та 90 % того, що робить сам [4]. Саме тому з метою інтенсифікації процесу навчання запропоновано студентам виконувати практичні ситуаційні завдання. Після тестового контролю та обговорення теми студентам представляють певного хворого (залежно від теми) та пропонується оцінити харчовий статус, розрахувати витрати енергії та підібрати індивідуальний раціон за схемою:

1. Оцінка харчового статусу на основі антропометричних, біохімічних, фізіологічних та клінічних показників.

2. Оцінка групи фізичної активності (I, II, III чи IV).

3. Розрахунок індивідуальної енергетичної цінності раціону та співвідношення: білки – жири – вуглеводи.

4. Складання списку рекомендованих і заборонених продуктів харчування та можливого меню [5].

Кожен із студентів має змогу відчувати себе практичним лікарем, який дає рекомендації хворим. Згодом обговорюємо раціони, підібрані студентами, та обираємо найбільш оптимальний. У разі помилки, обговорюємо можливі наслідки надлишку або недостачі певного продукту в нашого пацієнта. У результаті проведеного заняття студенти швидше засвоюють матеріал та усвідомлюють повною мірою важливість ретельно підбраного раціону та можливі шкідливі наслідки у випадку нераціонального харчування [1].

Відповідно до вимог навчального плану елективний курс не передбачає проведення підсумкового модульного контролю. Підсумковий контроль засвоєння дисципліни – семестровий залік. Результати заліку оцінюються за двобальною шкалою: “зараховано”, “не зараховано”. Зараховується дисципліна за умови отримання студентом мінімальної кількості балів – 100 та відсутності невідпрацьованих занять. Для тих студентів, які не отримали мінімуму з дисципліни, по завершенню передбачено терміни для відпрацювання та перескладання.

### Висновки

1. Після закінчення елективного курсу з нутриціології студент здатен повною мірою оцінити харчовий статус людини: він може розрахувати енерговитрати індивіда, і, відповідно, необхідну

для нього калорійність харчування, його потребу в певних вітамінах, мікроелементах та біологічно активних добавках, які продукти харчування є рекомендованими, а які є надзвичайно шкідливими в певному конкретному клінічному випадку.

2. Майбутній лікар стає здатним інтегрувати свої знання про людину, її органи та системи, здійснювати індивідуальний підхід до кожного окремого пацієнта та, діючи за певним алгоритмом, ухвалювати обґрунтоване рішення і давати дієві рекомендації. Адже у багатьох випадках саме раціональний режим харчування здатен запобігти розвитку багатьох захворювань та значно пришвидшити процес одужання хворих. Також слід відмітити, що наочність прикладів під час заняття сприяє тому, що отримана інформація засвоюється набагато швидше, а отримані навички залишаються в пам'яті надовго.

### Література

1. Бомба М.Я. Безпека і якість продуктів харчування як важлива складова національної безпеки України / М.Я. Бомба, Л.Я. Івашків // Наук. вісн. Львівського ДУВС. Серія «Економіка», Львів. – 2012. – № 1. – С. 172-181.
2. Бомба М.Я. Здорове харчування як стратегічний ресурс національної безпеки України / М.Я. Бомба, Л.Я. Івашків // Вісн. НАН України. – 2013. – № 6. – С. 32-41.
3. Виноградова О.М. Модернізація вищої української освіти шляхом впровадження положень Болонського процесу. Огляд літератури / О.М. Виноградова, Р.Г. Гнідь, Т.І. Пупін // Мед. освіта. – 2015. – № 1. – С. 22-25.
4. Захарченко Т. Роль наочності у процесі викладання професійно орієнтованих дисциплін / Т. Захарченко // Вища школа. – 2013. – № 12. – С. 30-38.
5. Сучасні проблеми та тенденції з розвитку оздоровчого харчування, безпеки та якості продуктів: [колективна монографія] / за ред. доктора с.-г. наук, проф. М.Я. Бомби. – Львів: Ліга-Прес, 2013. – 264 с.

## ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ КУРСА ПО ВЫБОРУ «НУТРИЦИОЛОГИЯ» НА КАФЕДРЕ ПРОПЕДЕВТИКИ ВНУТРЕННЕЙ МЕДИЦИНЫ

*Н.В. Зозуляк*

**Резюме.** Будущему врачу в современных условиях необходимо уметь анализировать среду, в которой находится пациент и выделять факторы, влияющие на его здоровье. Одним из таких факторов является питание. Студенту предлагается элективный курс «нутрициология», целью которого является углубление и обобщение студентами знаний об основных пищевых продуктах, их энергетическую ценность, режим питания, определение особенностей рационального и лечебного питания.

**Ключевые слова:** нутрициология, энергетическая ценность, лечебное питание.

## FEATURES OF TEACHING THE ELECTIVE COURSE "NUTRITIOLOGY" AT THE PROPEDEUTICS OF INTERNAL MEDICINE DEPARTMENT

*N.V. Zozuliak*

**Abstract.** Future doctors in modern conditions must be able to analyze the environment around the patient and isolate factors that can affect their health. One of these factors is eating habits. Students are offered an optional course "Nutritiology", which aims to deepen student's knowledge about basic articles of food, their energy value, diet, estimation of the rational and clinical nutrition features.

**Key words:** nutritiology, the caloric intake, health food.

SHEI "National Medical University" (Ivano-Frankivsk)

Buk. Med. Herald. – 2015. – Vol. 19, № 4 (76). – P. 241-242

Рецензент – проф. О.І. Волошин