

Державний вищий навчальний заклад
«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра фізичної терапії, ерготерапії

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
проректор з навчальної
роботи С. В. Шарин
«___» _____ 2022 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Фармакологічна, ергогенна та нутритивна підтримка реабілітаційного процесу

Освітньо-наукова програма «Фізична терапія, ерготерапія»
Освітній рівень третій (освітньо-науковий)
Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія
Галузь знань 22 Охорона здоров'я

Івано-Франківськ – 2022 рік

Робоча програма «Фармакологічна, ергогенна та нутрітивна підтримка реабілітаційного процесу» для аспірантів за спеціальністю 227 Фізична терапія, ерготерапія, 25 с.

Розробник:

доктор медичних наук, професор Шеремета Л.М.;

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії

Протокол №1 від “29” серпня 2022 р.

Завідувач кафедри
Фізичної терапії, ерготерапії, доцент

Лапковський Е.Й.

“29” серпня 2022 р.

Схвалено науково-методичною радою факультету фізичного виховання і спорту.

Протокол від “30” серпня 2022 р. № 1

“30” серпня 2022 р.

Голова

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів – 3	Галузь знань: 22 Охорона здоров'я (шифр і назва)	Вибіркова	
	Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія (шифр і назва)		
Модулів – 1	Спеціалізація 227.1 Фізична терапія; 227.2 Ерготерапія	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 1		2-й	
		Семестр	
Загальна кількість годин - 90		1	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Освітній рівень: Доктор філософії	Лекції	
		20 год	
		Практичні	
		Семінарські	
		10 год	
		Самостійна робота	
60 год			
		Вид контролю: екзамен	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 33,3%/ 66,7%

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета:

сформувані у аспірантів розуміння організації системи раціонального харчування здорових та хворих людей різних вікових груп; ознайомити здобувачів освіти з основними принципами нутріціології та дієтотерапії; надати знання про можливості фармакологічного супроводу фізичної реабілітації у здорових (спортсменів) та хворих людей; засвоїти характеристики основних груп нутрієнтів та лікарських засобів, що використовують у період реабілітації і можливостей їх застосування; опрацювати навички щодо сучасних методик

відновлення спортсменів та хворих людей за допомогою фармакологічних засобів, БАД та дієтотерапії згідно до принципів доказової медицини.

Завдання дисципліни:

- Розкрити специфіку наукового пізнання і формування філософського підходу до методології пізнавальної діяльності з позицій доказової медицини.
- Ознайомити зі способами роботи з науково-технічною та медичною інформацією.
- Надати слухачам комплекс знань щодо основних термінів і положень нутритивної і фармакологічної підтримки у реабілітації та наукової і практичної діяльності у фізичній терапії.
- Навчити розрізняти основні типи наукових досліджень і можливість їх використання у практиці.
- Засвоїти основні навички використання бази даних доказової медицини в галузі нутритивної та фармакологічної підтримки реабілітаційного процесу.
- Навчити критично оцінювати медичну інформацію.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен **знати:**

- Основні принципи і завдання раціонального та лікувального харчування.
- Засади нутріціології та дієтотерапії.
- Засоби та методи ергогенної підтримки здорових та хворих людей різного віку.
- Види лікувальних дієт та правила їх застосування у період реабілітаційного процесу.
- Групи фармакологічних препаратів, що застосовують для лікування означених захворювань у період реабілітації, їх основні та побічні ефекти.
- Завдання використання вітамінопрепаратів та мікроелементів.
- Принципи і правила застосування БАД і фітотерапії у період реабілітації.

вміти:

- Розуміти та пояснити заходи зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання раціонального харчування й освітньої діяльності серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин щодо харчування та його впливу на здоров'я;
- демонструвати використання критичного підходу при інтерпретації інформації стосовно дієти, БАД та ін.;
- рекомендувати відповідні дієти при різних захворюваннях у період реабілітації;
- пояснити пацієнтам особливості БАД та полівітамінних препаратів і можливості їх застосування у період реабілітації;
- розуміти прояви основної та побічної дії лікарських засобів, що використовуються пацієнтами у процесі реабілітаційного процесу.
- діяти у межах посадових обов'язків та професійної компетентності.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Тема 1.	Основні принципи нутріціології та дієтотерапії. Використання дієт та дієтичних добавок (БАД) та ергогенних засобів у реабілітаційному процесі спортсменів у різні періоди тренувального процесу.
Тема 2.	Нутритивна підтримка та дієтотерапія у процесі реабілітації пацієнтів при захворюваннях серцево-судинної та сечовидільної систем та при захворюваннях і травматичних пошкодженнях центральної та периферичної нервової системи та ОРА.
Тема 3.	Фармакологічна підтримка реабілітаційного процесу у пацієнтів із захворюваннями серцево-судинної системи. Фармакологічний супровід реабілітаційних заходів у пацієнтів із захворюваннями шлунково-кишкового тракту.
Тема 4.	Фармакологічний супровід реабілітаційного процесу у пацієнтів із захворюваннями та травмами ЦНС.
Тема 5.	Фармакологічна підтримка реабілітаційного процесу при захворюваннях дихальної системи та обміну речовин.
Тема 6.	Фармакологічна підтримка реабілітаційного процесу при захворюваннях і травмах ОРА.
Тема 7.	Застосування вітамінів, мікроелементів та фітотерапії у реабілітаційному процесі.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма						заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
		л	п	сем	інд	с.р.		л	п	сем	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
Модуль 1													
Тема 1. Основні принципи нутріціології та дієтотерапії. Використання дієт та дієтичних добавок (БАД) та ергогенних засобів у реабілітаційному процесі спортсменів у різні періоди тренувального процесу.	10	4		2		4							
Тема 2. Нутритивна підтримка та дієтотерапія у процесі реабілітації пацієнтів при захворюваннях серцево-судинної та сечовидільної систем та при захворюваннях і травматичних пошкодженнях центральної та периферичної нервової системи та ОРА.	14	4		2		8							
Тема 3. Фармакологічна підтримка реабілітаційного процесу у пацієнтів із захворюваннями серцево-судинної системи. Фармакологічний супровід реабілітаційних заходів у пацієнтів із захворюваннями шлунково-кишкового тракту.	16	4		2		10							
Тема 4. Фармакологічний супровід реабілітаційного процесу у пацієнтів із захворюваннями та травмами ЦНС.	15	2		1		12							
Тема 5.	15	2		1		12							

Фармакологічна підтримка реабілітаційного процесу при захворюваннях дихальної системи та обміну речовин.												
Тема 6. Фармакологічна підтримка реабілітаційного процесу при захворюваннях і травмах ОРА.	12	2		2		8						
Тема 7. Застосування вітамінів, мікроелементів та фітотерапії у реабілітаційному процесі.	8	2				6						
Усього годин	90	20		10		60						

5. Теми семінарських занять

Назва теми		Тип заняття	Кількість годин
1	Нутріціологія і дієтотерапія в процесі фізичної реабілітації. Основні положення.	Семінарське	2
2	Нутритивна та фармакологічна підтримка реабілітаційного процесу при захворюваннях серцево-судинної системи.	Семінарське	2
3	Фармакологічна і нутритивна підтримка при реабілітації пацієнтів з ураженнями центральної та периферичної НС.	Семінарське	2
4	Фармакологічна і нутритивна підтримка реабілітаційного процесу при захворюваннях і травмах ОРА.	Семінарське	2
5	Фармакологічна і нутритивна підтримка реабілітаційного процесу при ураженнях ШКТ і сечовидільної системи.	Семінарське	2
Всього			10

6. Самостійна робота

	Назва теми	Кількість годин
1	БАД, що найчастіше застосовуються у спортивній медицині.	4
2	Особливості дієтотерапії при захворюваннях печінки.	4
3	Препарати пластичної та енергетичної дії.	6
4	Нутритивна підтримка спортсменів у період відновлення після змагань.	4
5	Дієтотерапія при гіпертонічній хворобі.	4
6	Фармакологічна підтримка при больовому синдромі за ураження периферичної нервової системи.	4
7	Фармакологічний супровід при реабілітації пацієнтів із захворюваннями шлунку та кишок.	4
8	Нутритивна підтримка та фармакологічний супровід у пацієнтів з алергічними захворюваннями.	4
9	Передозування вітамінами, мікро- та макроелементами: прояви і допомога.	4
10	Фармакологічна підтримка при реабілітації у гострому періоді після травм.	4
11	Взаємодія ліків і їжі.	4
12	Засоби для зовнішнього застосування при розтягненнях зв'язок і переломах кісток.	4
13	Фармакологічний супровід при реабілітації пацієнтів з бронхіальною астмою.	4
14	Особливості дієтотерапії та фармакологічного супроводу при реабілітації у постінфарктному періоді.	4
15	Фітотерапія, фітодієтика, фітоніринг.	2
	Разом	60

7. Методи навчання

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності.

A.

- словесні методи - розповідь-пояснення, бесіда, лекція;
- наочні методи - ілюстрація, демонстрація;
- практичні методи: досліди, вправи, мультимедійні презентації.

Б. Індуктивні та дедуктивні.

С. Репродуктивні та точні, проблемно-пошукові.

Д. Навчальна робота під керівництвом викладача - самостійна аудиторна робота: вирішення ситуаційних задач, самостійні письмові роботи.

Е. Самостійна робота поза контролем викладача - самостійна робота вдома: домашні завдання - усні та письмові.

II.

A. Методи стимулювання інтересу до навчання:

- створення ситуації інтересу при викладанні того чи іншого матеріалу: використання рольових ігор, перегляд навчальних телепередач, кінофільмів.
- навчальні дискусії;
- аналіз практичних та клінічних ситуацій;

Б. Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- роз'яснення мети навчального предмету
- вимоги до вивчення предмета , дисциплінарні, організаційно-педагогічні).
- заохочення та покарання в навчанні: оцінка аспірантів за успіхи, усне схвалення (чи не схвалення викладача).

III. Методи контролю (самоконтролю, взаємоконтролю), корекції (самокорекції, взаємокорекції) за ефективністю навчально-наукової пізнавальної діяльності.

IV. Бінарні, інтегровані, універсальні методи.

8. Методи контролю

1. Виступи на семінарах;
2. Тестування;
3. Письмовий контроль;
4. Розв'язування ситуаційних задач.

9. Розподіл балів, які отримують здобувачі освіти

Модуль 1				
Навчальна (аудиторна робота)				
Змістовий модуль 1				
Робота на парах	Оцінка за самостійну роботу	Оцінка за знання термінології	Екзамен	Разом
30	10	10	50	100

Оцінювання відповідей аспірантів на семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.

Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,3, максимально – 30 балів), отриманих балів за самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 10 балів), оцінки за знання термінології (чи практичних навичок) (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал може скласти 10 балів).

Максимальна оцінка за складання іспиту становить 50 балів. Іспит проводиться у формі відповіді на 2 усних питання екзаменаційного білета та письмової відповіді на тести. У кожному варіанті є 10 тестових завдань з правильними та неправильними відповідями. Критеріями оцінювання письмового тестування є кількість правильних відповідей за одним з варіантів тестів. Кожне теоретичне питання оцінюється в 25 балів. Кожна правильна відповідь на запитання тесту оцінюється 5 балами. Оцінку «задовільно», «добре» або «відмінно» отримує аспірант, який набрав суму балів від 60 до 100 (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,5, відповідно максимальний бал може скласти 50 балів).

Відповідно, по завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у підсумку може скласти 100 балів.

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

1. Створення і демонстрація мультимедійної презентації на занятті:

60 балів – презентація з граматичними та стилістичними помилками, усний супровід – читання з листка або прозірок, без практичних прикладів, без ілюстрацій, без власних пояснень, без відповідей на питання слухачів (поверхнєве володіння матеріалом).

70 балів - презентація з незначними граматичними та стилістичними помилками, усний супровід – читання з листка або прозірок, без практичних прикладів, з ілюстраціями, без власних пояснень, з частковими відповідями на питання.

80 балів - презентація без граматичних та стилістичних помилок, усний супровід – читання з листка або прозірок, з практичними прикладами, з ілюстраціями, без власних пояснень, з можливістю відповісти на окремі питання стосовно теми презентації.

90 балів - презентація без граматичних та стилістичних помилок, усний супровід – читання з листка або прозірок, з практичними прикладами, з ілюстраціями, з власними поясненнями, з можливістю відповісти на всі питання стосовно теми презентації.

100 балів - презентація без граматичних та стилістичних помилок, усний супровід – вільне володіння текстом, з практичними прикладами, з ілюстраціями, з власними поясненнями, з можливістю відповісти на всі поставлені питання, знання використаної термінології.

2. Усні відповіді на питання, що винесені на заняття, у тому числі – питання для завдань для самостійної роботи, участь у обговоренні мультимедійних презентацій інших студентів:

90-100 балів – Аспірант вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення

власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.

70-89 балів – Аспірант вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

50-69 балів – Аспірант володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.

Менше 50 балів – У здобувача не сформовані комунікативні уміння та навички; допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; аспірант не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

10. Методичне забезпечення

Перелік наявної літератури.

1. Основи раціонального та оздоровчого харчування: навчальний посібник / О.І. Міхеєнко. Суми: Університетська книга, 2017. 189 с.
2. Зубар Н. М. Основи фізіології та гігієни харчування: Підручник. К.: Центр учбової літератури, 2010. 336 с.
3. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник / Н.В. Дуденко, Л.Ф. Павлоцька, В.С. Артеменко та ін. Суми: Університетська книга, 2017. 558 с.
4. Фізіологія харчування: підручник / Л.Ф. Павлоцька, Н.В. Дуденко, Є.Я. Левітін та ін. Суми: Університетська книга, 2017. 473 с.
5. Основи фармакології з рецептурою : підручник для вищ. мед. закладів освіти 1-2 рівнів акредитації / М. П. Скакун, К. А. Посохова ; МОЗУ, ДВНЗ "Тернопільський ДМУ ім. І. Я. Горбачевського". – 3-тє вид., без змін. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2019. – 608 с.

Завдання до іспиту.

1. Тестові завдання.

1. Основними функціями їжі є все, крім:

Енергетична

Пластична

Адептогенна

*Дезалергічна

2. Харчування включає наступне, крім:

Прийом їжі

Переварювання

*Теплова обробка їжі

Всмоктування

Виведення продуктів обміну

3. Енергетичну дію мають наступні нутрієнти, крім:

Білків

Вуглеводів

*Вітамінів

Жирів

4. До поліненасичених жирних кислот відносять все, крім:

Арахідонової

*Стеаринової

Лінолевої

Ейкозопентаєнової

5. Потреба в білку зменшуються при всіх наступних захворюваннях, крім:

Гострому нефриті

*Опіковій хворобі

Печінковій недостатності

Хронічній нирковій недостатності

6. Шляхи перетворення амінокислот наступні, крім:

Синтез ферментів

Синтез гормонів

*Синтез вітамінів

Синтез білку

7. Амінокислоти є попередниками всього перерахованого, крім:

Адреналіну

*Тіаміну

Серотоніну

Гістаміну

8. Надлишок білку в їжі викликає все наступне, крім:

*Виснаження

Підсилене утворення біогенних амінів

Підвищення вмісту сечовини в сечі та крові

Підсилення процесів гниття білків в кишечнику

9. Основним продуктом розщеплення білку є:

Жирні кислоти

Холін

*Сечовина

Гліцерин

10. Підсилене розщеплення білку спостерігається при наступних станах, крім:

*Ожирінні

Опіковій хворобі

Променевій хворобі

11. До амінокислот відносять наступне, крім:

Аланін

*Адреналін

Тирозин

Валін

Аспаргінова кислота

12. До амінокислот, лімітуючих біологічну цінність білків зернових відносяться наступні амінокислоти, крім:

*Гістидину

Лізіну

Триптофану

Треоніну

13. Нормалізації амінокислотного складу їжі можна досягти наступним, крім:

Прийомом молока

Поєднанням в раціоні рослинних і тваринних білків

Поєднанням каш з молоком

*Щоденного прийому вітамінів

14. В раціоні здорової дорослої людини співвідношення рослинних і тваринних білків повинно складати відповідно:

1 і 9

80 г і 10 г

1/3 і 2/3

*1/2 і 1/2

15. Замінімі амінокислоти це ті, які:

*Синтезуються в організмі із інших амінокислот

Містяться в рослинних білках

Утворюються із вітамінів

Все перераховане вірно

16. Позитивний азотний баланс має місце:

У вагітних

У дітей та підлітків

*При переважанні анаболічних процесів над катаболічними

При всьому вищевказаному

17. Від'ємний азотний баланс має місце при:

При малабсорбції*

При білковому харчуванні

У дітей

При всьому перерахованому

18. Прикладом страви із збалансованим амінокислотним складом є:

*Гречана каша з молоком

Пиріжки з яблуками

Бутерброд з маслом

Все перераховане

19. Повноцінний білок міститься в:

*Яловичині

Пшоні

Гречаній крупі

Вівсяній крупі

В усьому перерахованому

20. Джерелом повноцінного білку є все, крім:

Яловичини

Сиру

Молока

*Томатів

Все перераховане

21. Адекватне поступлення з їжею білку необхідно всім, крім:

Дітей та підлітків

Реконвалесцентів після інфекцій

Хворих з опіковою хворобою

*Хворих з гнилісною диспепсією

22. Основна роль вуглеводів, це:

*Забезпечення організму енергією

Забезпечення організму гормонами

Синтез вітамінів

Обмін мікроелементів

23. В склад сахарози входять:

Лактоза

Галактоза

*Глюкоза і фруктоза

Все перераховане

24. Найбільшу кількість енергії людина отримує при вживанні:

Вуглеводів

Вітамінів

Мінеральних речовин

Білку

*Жирів

25. Найбільш калорійним із перерахованого є:

Хліб

Гречана крупа

*Халва

Вершки

Капуста

26. Енергетичні витрати збільшуються при:

Нормальній кімнатній температурі

При подагрі

При ожирінні

*При частому прийомі їжі

27. Потреби в енергії визначаються :

Віком

Статтю

Виконуваною роботою

Кліматичними умовами

*Всім перерахованим

28. Значення целюлози, геміцелюлози та пектину :

Джерело енергії

*Стимулюють функцію кишечника

Сприяють всмоктуванню кальцію

Є джерелом білку

29. При згоранні 1г вуглеводів виділяється /ккал/ енергії:

*4 ккал

6 ккал

9 ккал

10 ккал

30. При згоранні 1г харчового жиру виділяється енергії :

4 ккал

6 ккал

*9 ккал

10 ккал

31. При згоранні 1 г білку виділяється енергії :

*4 ккал

6 ккал

8 ккал

10 ккал

33. До продуктів, які не містять крохмаль відносять всі, крім:

Мед

Повидло

*Макарони

Соки

Все перераховане

34. Продукти носії пустих калорій:

*Цукор

Мед

Морозиво

Шоколад

Все перераховане

35. Найбільша кількість глікогену знаходиться в :

Плазмі крові

*Печінці та м'язах

Кістках

Селезінці

36. До вуглеводів які не перетравлюються відносяться:

Целюлоза

Геміцелюлоза

Пектин

*Все перераховане

37. Лактоза це:

*Молочний цукор

Моноцукор

Полімер глюкози

Вітаміни молока

38. До поліцукрів відносять все, крім:

Глікогену

Крохмалю

Целюлози

*Фосфатиділхоліну

39. Важливою функцією рослинних волокон є перераховане, крім:

регуляція перистальтики кишечника

Сорбція ендогенних токсинів

Постачання енергії*

Профілактика раку товстої кишки

40. До рослинних волокон не відносять:

Геміцелюлозу

Пектин

Гліцин*

Целюлозу

41. До основних функцій вуглеводів не відносять:

Гіпохолестеринемічну дію*

Забезпечення організму енергією

Забезпечення запасів печінки глікогеном

Забезпечення запасів глікогену в м'язах

42. До складних вуглеводів не відносять:

Глюкозу*

Крохмаль

Глікоген

Пектин

43. До продуктів, багатих вуглеводами не відносять :

Повидло

Цукерки

Виноград

*Сир

44. До джерел вуглеводів відносять все перераховане, крім:

Картоплі

Хліба

Круп

*Яйця

45. Лактозою багаті :

Сметана

Кефір

*Молоко

Вершки

46. Біологічна роль незамінних жирних кислот зумовлена їх участю в наступних процесах:

*Утворенні біомембран

Синтезі глікогену

Синтезі тіаміну

Травлення в тонкій кишці

47. Надмірне вживання поліненасичених жирних кислот призводить до:

*Підсилення перекисного окислення ліпідів

Гіповітамінозу С

Гіпервітамінозу В

Все перераховане вірно

48. Незамінимі жирні кислоти приймають участь в:

*Синтезі простагландинів

Синтезі глікогену

Скороченні м'язів

Вивільненні гістаміну

49. Важливим джерелом насичених жирних кислот є:

*Свинячий жир

Соняшникова олія

Горіхи

Риб'ячий жир

Все перераховане

50. Важливим джерелом поліненасичених жирних кислот є:

*Рослинна олія

Яловичий жир

Свинячий жир

Вершкове масло

51. До аліментарних захворювань відносять усі наступні, крім:

Ожиріння

*Виразкової хвороби

Залізодефіцитної анемії

Білково-енергетичної недостатності

52. Аліментарні фактори ризику є причинним фактором розвитку наступних захворювань, за винятком:

Цукрового діабету

Гіпертонічної хвороби

*Вірусного гепатиту

Атеросклерозу

53. Який із перерахованих нижче видів непереносимості харчів являє собою дійсну харчову алергію:

*Непереносимість їжі, пов'язана з гістаміно-ліберуючими властивостями деяких харчів та харчових домішок

Непереносимість їжі, пов'язана з дефіцитом гідролітичних ферментів

Непереносимість їжі, пов'язана з імунологічним механізмом

Психогенна непереносимість їжі

54. Ензими /ферменти/ це :

Хімічні каталізатори процесів обміну в організмі

Хімічні інгібітори процесів обміну в організмі

*Біохімічні каталізатори процесів обміну в організмі

55. Ензимопатії це порушення активності ферментів, пов'язані з:

Тільки кількісними змінами у складі ферментів

Тільки якісними змінами складу ферментів

*Кількісні, якісні та структурні зміни в складі ферментів

56. Прості ферменти складаються із:

Глюкози і фруктози

Тригліцеридів, гліцерину і жирних кислот

Тільки із амінокислот

*Іонів металів та амінокислот

57. Складні ферменти складаються із:

Вуглеводи + простатична група /кофермент/

*Білки + простатична група /кофермент/

Жири + простатична група /кофермент/

58. В стані простатичної групи /коферменту/ можуть бути всі перераховані, крім:

Похідні вітамінів

Залишок фосфорної кислоти

Нуклеозиди і нуклеотиди

*Прості вуглеводи

Іони металів

59. Активність ферментів залежить від усього перерахованого, крім:

Температури

pH

Наявності інгібітора

Наявності активатора

Кількості субстрата

*Ступеню вологості субстрату

60. Харчову алергію викликають наступні продукти, крім:

Молока

Кисломолочних продуктів

Риби

Яець

*Рафінованого цукру

61. Харчова алергія означає:

*Підвищену чутливість організму до харчових алергенів

Алергічні реакції на харчові домішки

Непереносимість харчових продуктів при захворюваннях органів травлення

62. Із білків молока найбільш виражену алергічну дію мають:

Альфа Лактоальбумін

*Бета Лактоальбумін

Казеїн

63. При харчовій алергії до коров'ячого молока його можна замінити:

Кобилячим молоком

Козячим молоком

*Соевим молоком

64. При термічній обробці сирих яєць алергічна активність:

Підвищується

Залишається без змін

*Знижується

65. Харчова алергія частіше розвивається:

*До білку яєць

До жовтку яєць

До білку і до жовтку

66. До харчових продуктів, що містять багато гістаміну відносяться наступні, крім:

Суниці

Шоколаду

*Хліба

Риби

67. Сприяють розвитку харчової алергії наступні фактори, крім:

Захворювання травного каналу

Гельмінтози

Переїдання

*Гіпотонії

68. Для постановки діагнозу харчової алергії суттєве значення має все перераховане, крім :

Збирання анамнезу

Ведення харчового щоденника

Проведення елімінаційних дієт

*Ендоскопічний метод дослідження

Проведення провокаційних проб

69. Клінічні прояви харчової алергії характеризуються:

Шкірними проявами

Ураженням ЦНС

Ураженням органів травлення

*Все перераховане вірно

70. При призначенні гіпоалергенної дієти продукти з антигенними властивостями:

*Повністю виключаються

Обмежуються

Залишаються без змін

71. При призначенні гіпоалергенної дієти кількість вуглеводів, харчової солі, рідини:

*Обмежується

Збільшується

Залишається без змін

72. При призначенні гіпоалергенної дієти солодоці та продукти із борошна:

*Обмежуються

Виключаються

Залишаються без змін

73. Гіпоалергенна дієта це:

Механічне щадіння

Термічне щадіння

Хімічне щадіння

*Хімічне, механічне та термічне щадіння

74. Гіпоалергенна дієта не повинна включати:

Компот із сухофруктів

Відварне м'ясо з яловичини

Капусту

*Гриби

Зелені яблука

75. При складанні гіпоалергенної дієти виключають все, крім:

Молока

*Круп

Яєць

Шоколаду

Горіхів

76. До нетрадиційних методів лікувального харчування відносять наступні, крім:

Лікувального голодування

Вегетаріанства

Дієту Шелтона

*Парентеральне харчування

77. До вегетаріанства відносять харчовий, режим, що включає продукти:

Рослинного походження

Рослинного походження + яйця

Рослинного походження + молоко

Рослинного походження + яйця + молоко

*Все перераховане вірно

78. Розвантажувально-дієтична терапія передбачає повне голодування:

*Без обмеження води

З обмеженням води

Без води

79. Розвантажувально-дієтична терапія має дію:

Дезалергізуючу

Протизапальну

*Все перераховане вірно

80. Методика розвантажувально-дієтичної терапії включає наступні заходи, крім, :

*Постільного режиму

Загального масажу

Очисних клізм

Водних процедур

81. До продуктів, які вступають у взаємодію з ліками і формують синергічну або антагоністичну відповідь є всі, крім :

Жирів

Молока і молочних продуктів

Горіхів

Зернових

*Води

82. До продуктів, які вміщують велику кількість тіаміну відносять все, крім:

Висівок

Гречки

Вівса

*Картоплі

83. До продуктів, що не рекомендують приймати одночасно з амідопіріном, протидіабетичними ліками, тетрацикліном і іншими ліками, із-за можливості утворення нітрозамінів, відносяться:

Чай

*Ковбасу

Молоко

84. До харчових продуктів, які необхідно збільшити в раціоні хворого, що отримує лікування анаболічними стероїдними гормонами, відносять наступні, крім :

Білків

*Жирів

Кальцію

Вітамінів

85. До харчових продуктів, які повинні бути обмежені в раціоні хворого, який на протязі довгого часу отримує гормональну терапію /преднізолоном/, відносять наступні крім:
Вуглеводів
Хлориду натрію
*Калію
Жирів
Рідини

Контрольні питання

1. Дієтологія - наука про харчування. Науковий апарат дієтології.
2. Біологічні, екологічні та соціальні аспекти харчування.
3. Організація раціонального харчування як складова загальної задачі формування здорового способу життя людей.
4. Основи нутріціології. Основні функції їжі.
5. Макро- і мікронутрієнти.
6. Поняття про замінні та незамінні харчові речовини.
7. Біологічна та харчова цінність органічних речовин: білки, вуглеводи, ліпіди.
8. Фізіологічне значення білків та амінокислот. Основні джерела їх надходження.
9. Фізіологічне значення жирів, жирних кислот, фосфоліпідів, стеринів, Основні джерела надходження.
10. Фізіологічне значення моно-, дисахаридів та полісахаридів, в т. ч. харчових волокон. Основні джерела надходження.
11. Основні правила оздоровчого харчування. Принципи обґрунтування харчового раціону: рівень основного обміну, специфічно-динамічний вплив їжі, рівень додаткового обміну відповідно до виду діяльності, коефіцієнт енергетичної цінності їжі, коефіцієнт засвоєння їжі.
12. Раціональне харчування. Збалансоване харчування. Основні принципи збалансованого харчування.
13. Основні сучасні проблеми харчування людини.
14. Основні принципи лікувального харчування. Тактики дієтотерапії: ступенева система, система «зигзагів».
15. Система лікувального харчування: елементна та дієтна.
16. Основні характеристики дієт: показання до застосування; цільове (лікувальне) призначення; енергетична цінність і хімічний склад; особливості кулінарної обробки їжі; режим харчування; перелік заборонених та рекомендованих страв.
17. Характеристика основних лікувальних номерних дієт за Певзнером.
13. Спеціальні дієти: вегетаріанство, лікувальне голодування, роздільне харчування, авторські дієти. 14. Значення харчування, як чинника, який впливає та формує здоров'я людини.
15. Особливості харчування людини в сучасних умовах.
17. Ознаки і показники забезпечення організму макро- і мікроелементами та вітамінами.
18. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при серцево-судинних захворюваннях. 19. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при хворобах дихальної системи.
21. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при захворюваннях шлунково-кишкового тракту.
22. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при захворюваннях нирок.
23. Загальні принципи дієтотерапії вагітних жінок та при годуванні груддю.
24. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при ендокринних та обмінних захворюваннях.
28. Поняття про харчові алергії. Продукти з різним алергізуючим потенціалом.
29. Напрями дієтотерапії при алергічних захворюваннях. Принципи складання раціону харчування при алергічних захворюваннях.

30. Загальні принципи дієтотерапії при захворюваннях печінки та жовчних шляхів. Особливості дієтотерапії при гострому та хронічному гепатиті, цирозі печінки, гострому та хронічному холециститі, жовчно-кам'яній хворобі.
31. Поняття "аліментарне захворювання". Класифікація аліментарних захворювань.
32. Причини розвитку гіпо- і авітамінозних станів, методи їх профілактики. Антивітаміни.
33. Фізіологічне значення водо- та жиророзчинних вітамінів, вітаміноподібних речовин. Основні джерела надходження.
34. Методика розрахунку та оцінки масо-зростових показників, визначення конституційного типу та гармонійності статури.
35. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях серцево-судинної системи: ефекти та можливі побічні дії..
36. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях центральної нервової системи: ефекти та можливі побічні дії.
37. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях печінки: ефекти та можливі побічні дії.
38. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях периферичної нервової системи: ефекти та можливі побічні дії.
39. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях шлунково-кишкового тракту: ефекти та можливі побічні дії.
40. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях та травматичних пошкодженнях ОРА: ефекти та можливі побічні дії.
41. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях ендокринної системи та порушеннях обміну речовин: ефекти та можливі побічні дії.
42. Основні фармакологічні групи препаратів, що застосовують у процесі реабілітації при захворюваннях дихальної та сечовидільної системи системи: ефекти та можливі побічні дії.

11. Рекомендована література

Основна

1. Медико-біологічні технології підвищення працездатності спортсменів : навч.-метод. посібник / укл. Ю. Г. Циба, А. Д. Молдован, П. І. Горюк. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. – 132 с.
2. Фармакологічний супровід у сфері фізичної культури і спорту. Скорочений конспект лекцій для студентів спеціальності 017 "Фізична культура і спорт" / уклад.: Г. Л. Юсіна. – Краматорськ : ДДМА, 2020. – 158 с.
3. Ялович В. Функціональні фармакологічні засоби відновлення в спорті [Текст] : метод. розробка / Володимир Ялович, Антон Ялович. – Луцьк : Вежа-Друк, 2020. – 64 с.
4. Методичні рекомендації до проведення практичних занять з дисципліни «Основи раціонального харчування» / укладачі: В.В. Брич, І.С. Миронюк, М.М. Дуб; Ужгород, 2020. 94 с.
5. Основи харчування: підручник / М.І. Кручаниця, І.С. Миронюк, Н.В. Розумикова, В.В. Кручаниця, В.В. Брич, В.П. Кіш. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2019. 252 с.
6. Основи раціонального та оздоровчого харчування: навчальний посібник / О.І. Міхеєнко. Суми: Університетська книга, 2017. 189 с.
7. Основи фармакології з рецептурою : підручник для вищ. мед. закладів освіти 1-2 рівнів акредитації / М. П. Скакун, К. А. Посохова ; МОЗУ, ДВНЗ "Тернопільський ДМУ ім. І. Я. Горбачевського". – 3-тє вид., без змін. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2019. – 608 с.
8. Наказ МОЗ України від 03.09.2017 №1073 "Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії"

Допоміжна література

1. Дієтологія: підручник / Н.В.Харченко, Г.А. Анохіна та ін. Київ – К-д: Вид-во «Меридіан», 2012. 528 с.
2. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник / Н.В. Дуденко, Л.Ф. Павлоцька, В.С. Артеменко та ін. Суми: Університетська книга, 2017. 558 с.
3. Фізіологія харчування: підручник / Л.Ф. Павлоцька, Н.В. Дуденко, Є.Я. Левітін та ін. Суми: Університетська книга, 2017. 473 с.

Інформаційні ресурси в мережі Інтернет

4. Лекційний курс з дисципліни «Фармакологічна, ергогенна та нутритивна підтримка реабілітаційного процесу» (сайт електронного навчання ДВНЗ «ПНУ ім.В. Стефаника»: e-learn.pnu.edu.ua).
5. Робоча програма дисципліни «Фармакологічна, ергогенна та нутритивна підтримка реабілітаційного процесу» (сайт електронного навчання ДВНЗ «ПНУ ім.В. Стефаника»: e-learn.pnu.edu.ua).
6. Сайт «Здорове харчування»: <http://medfond.com/>.

7. МОЗ України рекомендує: <http://moz.gov.ua/article/news/moz-ukraini-predstavilo-rekomendaciiizdorovogo-harchuvannja>.
8. Сайт асоціації дієтологів України: Режим доступу: <http://uda.in.ua/>.
9. Тарілка здорового харчування - МОЗ України: Режим доступу: <http://moz.gov.ua/article/health/porivnjajte-svojuizhu-z-%C2%ABtarilkoju-zdorovogo-harchuvannja%C2%BB>