

PREHRANA IN DIETETIKA

viš. pred. Rok Poličnik, mag. diet., spec. klin. diet.

Vsebina:

Prehrana (definicija pojma, prehrana v različnih življenjskih obdobjih, perinatalna prehrana: prehrana v času načrtovanja nosečnosti, prehrana tekom nosečnosti in dojenja, prehrana dojenčka v prvem letu življenja, preventivna prehrana pred debelostjo, pred rakom in pred boleznimi srca in ožilja); Dietetika (definicija pojma, prehrana pri boleznih organskih sistemov: gastro intestinalni trakt, jetra in pankreas, diabetes mellitus tip 1, cistična fibroza, ledvica, kardio-vaskularni sistem, imunski sistem (prehranske alergije in intolerance). Prirojene motnje presnove: amino kislin (fenilketonurija), ogljikovih hidratov (galaktozemija, intoleranca na fruktozo), motnje presnove maščob (dietna prehrana pri hiperlipidemijah: hiperholesterolemiji in hipertrigliceridemiji) ter motnje oksidacije maščobnih kislin. Motnje hranjenja: anorexia nervosa, bulimia nervosa in debelost. Prehrana pri onkoloških obolenjih. Druga stanja, kjer je potrebna prehranska intervencija: nenapredovanje na teži, ekstremne oblike prehranjevanja); Ocena stanja prehranjenosti; Spoznavanje vsebine prehranskih priporočil in temeljnih pojmov; Metode za merjenje in računanje bazalnega metabolizma; Prehranske tablice; Uporaba računalniških programov za izračun in ovrednotenje prehranskega vnosa (Prodi 5.2 Expert plus, Nemčija); Primerjava vnosa hranil s prehranskimi priporočili (D-A-CH Referenčne vrednosti za vnos hranil) in interpretacija rezultatov; Priprava bolnika na hranjenje (psihično, fizično) ter sondna prehrana.

Viri in literatura:

- Delovna skupina za pripravo "Referenčnih vrednosti za vnos hranil", 2004. Referenčne vrednosti za vnos hranil (prevod iz nemškega jezika). Ljubljana: Ministrstvo za zdravje. 215 s.
- Eastwood M., 2003. Principles of Human Nutrition. Blackwell Publishing, oxford, UK, 2nd edit., 680 s.
- Fidler Mis N., 2004. Pomen maščob in maščobnih kislin v prehrani dojenčka. V: Kržišnik C. (ur.), Battelino T. (ur.). *Novosti iz genetike in endokrinologije*, (Izbrana poglavja iz pediatrije, 16). V Ljubljani: Medicinska fakulteta, Katedra za pediatrijo, s. 76-91.
- Garrow J. S. (Edit.), James W. P. T. (Edit.), Ralph A. (Edit.), James, W.P.T. 2000. Human Nutrition and Dietetics. Churchill Livingstone; 10th edit., 900 s.
- Livingstone M. B., Black A. E., 2003. Markers of the validity of reported energy intake. *J Nutr. Mar*;133 Suppl 3:895S-920S.
- Willett, W., 1998. Nutritional Epidemiology, Monographs in Epidemiology and Biostatistics Volume 30, Second Edition, New York Oxford, Oxford University Press. 489 s.