**ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

**ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

Το κατ’ επιλογήν μάθημα «Κλινική Διατροφή» απευθύνεται σε φοιτητές Ιατρικής 3ου-12ου εξαμήνου και σκοπεύει στην εξοικείωσή τους με βασικές αρχές διατροφής που αφορούν την κλινική πράξη. Δεδομένου ότι κατά τη διάρκεια των μαθημάτων κορμού διδάσκονται μόνο αποσπασματικά θέματα διατροφής στους φοιτητές της Ιατρικής, και δεδομένου ότι αφενός μεν μια ποικιλία παθήσεων σχετίζονται αιτιολογικά με τη διατροφή του ανθρώπου αλλά και αφετέρου η αντιμετώπιση πολλών ασθενειών (καρδιαγγειακών, μεταβολικών, νεοπλασματικών, κλπ) σχετίζονται με τη διατροφή, γίνεται αντιληπτή η σημασία της απόκτησης εξειδικευμένων και σύγχρονων γνώσεων κλινικής διατροφής από τους φοιτητές Ιατρικής.

Κατά την εξέλιξη του μαθήματος εξετάζονται οι βασικές έννοιες που αφορούν στον ανθρώπινο μεταβολισμό και στις ανάγκες του οργανισμού σε διατροφικά στοιχεία αλλά και μια σειρά από παθήσεις στην αιτιοπαθογένεια των οποίων εμπλέκονται ζητήματα διατροφής. Επιπλέον εξετάζεται η σημασία μιας ισορροπημένης διατροφής για τον ανθρώπινο οργανισμό, και μια σειρά ειδικών καταστάσεων ως προς το θέμα της σίτισης όπως η σίτιση ομάδων με αυξημένες ανάγκες (έγκυοι, βρέφη και παιδιά). Δίδεται ιδιαίτερη έμφαση στην αξία της Μεσογειακής Διατροφής και στα οφέλη της για τον οργανισμό και την αποφυγή ποικίλων παθολογικών καταστάσεων, ιδιαίτερα των καρδιαγγειακών. Βασικός σκοπός του εκπαιδευτικού αντικειμένου είναι η εξοικείωση με τις έννοιες της σωστής διατροφής και των ιδιαιτέρων καταστάσεων που προκύπτουν σε σχέση με την υγεία και τη διατροφή αλλά και η αρχική απόκτηση γνώσεων για τη διατροφική υποστήριξη ατόμων ή ομάδων, προληπτικά ή θεραπευτικά, σε συνεργασία με τους ειδικούς Διαιτολόγους και Διατροφολόγους.

Στους στόχους του μαθήματος περιλαμβάνεται η εκπαίδευση των φοιτητών σε έννοιες όπως τα θρεπτικά συστατικά που περιέχονται στα τρόφιμα και η χρησιμότητά τους στον ανθρώπινο οργανισμό, ο βασικός μεταβολισμός του οργανισμού και οι τρόποι που υπάρχουν για τη μέτρησή του, καθώς και οι συνιστώμενες ποσότητες των ουσιών που έχει ανάγκη ο ανθρώπινος οργανισμός για να λειτουργήσει. Αναπτύσσονται οι ανθρωπομετρικές παράμετροι (βάρος, ύψος, περιφέρεια μέσης, κλπ) που πρέπει να λάβει κανείς υπόψη του για να καθορίσει αν ένα άτομο θα πρέπει να μπει σε πρόγραμμα δίαιτας και δίνονται στοιχεία για την περιεκτικότητα διαφόρων τροφίμων σε οργανικές ουσίες και φυτικές ίνες. Ιδιαίτερη έμφαση δίδεται επίσης στη μελέτη των απαραίτητων οργανικών και ανόργανων στοιχείων που έχει ανάγκη ο ανθρώπινος οργανισμός για την επιβίωση και την καλή του υγεία, τα μικροθρεπτικά συστατικά (οι διάφορες βιταμίνες και τα μέταλλα και ιχνοστοιχεία).

Σκοπός του μαθήματος επίσης είναι να γίνει μια ανασκόπηση των δεδομένων που έχουν συγκεντρωθεί από πολυάριθμες έρευνες τα τελευταία χρόνια και τα οποία συνδέουν την ύπαρξη παχυσαρκίας με την εκδήλωση χρόνιων νοσημάτων, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και τα καρδιαγγειακά νοσήματα και να γίνει σαφής η ανάγκη που προκύπτει για την καλύτερη ενημέρωση και εκπαίδευση του πληθυσμού πάνω σε θέματα ισορροπημένης διατροφής. Για τον λόγο αυτό, αναλύεται ο τρόπος σύνταξης και χορήγησης ενός σωστού διαιτολογίου, έτσι ώστε να εξοικειωθούν οι φοιτητές Ιατρικής με την εργασία των ειδικών διατροφολόγων. Θα αναπτυχθεί ιδιαίτερα η σχέση της διατροφής με την ανάπτυξη αλλά και την αντιμετώπιση χρόνιων νοσημάτων, όπως είναι ο σακχαρώδης διαβήτης, η παχυσαρκία, τα καρδιαγγειακά νοσήματα και η υπέρταση, ο καρκίνος κλπ. Ειδικά για τον σακχαρώδη σκοπός της διδακτικής προσπάθειας είναι η εξέταση του ρόλου της διατροφής στον σακχαρώδη διαβήτη, δεδομένου ότι είναι μια χρόνια ασθένεια που σχετίζεται άμεσα με την διατροφή, τόσο όσον αφορά την ανάπτυξή του όσο και την αντιμετώπισή του. Ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί επίσης στα αποτελέσματα μιας κακής διατροφής στην πίεση του αίματος και στη λειτουργία της καρδιάς, με τον επακόλουθο αυξημένο κίνδυνο ανάπτυξης καρδιαγγειακών νοσημάτων (εμφραγμάτων μυοκαρδίου, αγγειακών εγκεφαλικών επεισοδίων, κλπ). Η σχέση του καρκίνου επίσης με τη διατροφή, τόσο όσον αφορά το γεγονός ότι ορισμένα στοιχεία των τροφών σχετίζονται με αυξημένο βαθμό καρκινογένεσης, και αντίστροφα, ότι υπάρχουν διατροφικά στοιχεία που φαίνεται ότι με την κατανάλωσή τους παρουσιάζουν μια προφυλακτική δράση εναντίον διαφόρων μορφών καρκίνου, κάνει επιτακτική την ανάγκη της εξοικείωσης με αυτό το πολύ σημαντικό ζήτημα. Έτσι, στο μάθημα αυτό αναλύονται τα ερευνητικά δεδομένα αλλά δίνονται και οδηγίες που αφορούν στην σίτιση ατόμων που πάσχουν από καρκίνο. Η διατροφική προσέγγιση ασθενών που πάσχουν από συγκεκριμένες νόσους των νεφρών, του παγκρέατος, του ήπατος και του πεπτικού σωλήνα καθώς και τα ιδιαίτερα προβλήματα των ασθενών αυτών θα αναπτυχθούν επίσης. Συχνά τα άτομα αυτά υποσιτίζονται ή αδυνατούν να συγκρατήσουν διάφορες θρεπτικές ουσίες στον οργανισμό τους. Έτσι γίνεται απαραίτητη μια ειδικού τύπου διατροφική παρέμβαση στις περιπτώσεις αυτές. Σημαντική επίσης είναι και η διατροφική παρέμβαση στις περιπτώσεις ατόμων στα οποία έχει γίνει μεταμόσχευση κάποιου οργάνου (ήπατος, νεφρού, κλπ).

Ιδιαίτερη μνεία επίσης θα γίνει στη διατροφική πολιτική της Ευρωπαϊκής Ένωσης και της Ελλάδας, που συνδέεται με την προώθηση τα τελευταία χρόνια της Μεσογειακής Διατροφής μέσω πολιτικών που σχεδιάζονται και υλοποιούνται από την ελληνική πολιτεία σε συνεργασία με την Ευρωπαϊκή Ένωση.

Θα διερευνηθούν επιπρόσθετα οι ιδιαίτερες ανάγκες των ατόμων της τρίτης ηλικίας που θα πρέπει να καλυφθούν με τη διατροφή. Οι ανάγκες των ηλικιωμένων ατόμων ως προς τη θερμιδική πρόσληψη και την ποιότητα της διατροφής διαφέρουν από τις αντίστοιχες ανάγκες των άλλων ομάδων ενηλίκων. Επίσης στην τρίτη ηλικία, πολλοί άνθρωποι πάσχουν από διάφορα χρόνια νοσήματα και καταστάσεις που θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά την κατάρτιση ενός διαιτολογίου που απευθύνεται σε κάποιο άτομο αυτής της ηλικιακής ομάδας.

Θα αναπτυχτούν επιπρόσθετα οι ειδικές διατροφικές ανάγκες βρεφών και παιδιών, εγκύων, ατόμων με κληρονομικά νοσήματα μεταβολισμού, και θα αναπτυχθεί ο ρόλος της βιταμίνης D στην ανάπτυξη και το μεταβολισμό, καθώς και στοιχεία παρεντερικής διατροφής.

Επίσης, στα πλαίσια του μαθήματος θα αναλυθούν οι σύγχρονες εξελίξεις στον τομέα των τροφίμων, όπως είναι η Βιογενετική και η ανάπτυξη γενετικά τροποποιημένων τροφίμων, τα λειτουργικά τρόφιμα και συγγενείς κατηγορίες, και θα αναπτυχθούν κάποιες βασικές αρχές για τη διατροφή των ενηλίκων, που αφορούν συγκεκριμένα στον ελληνικό χώρο.