

Dersin Tanımı					
Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	Kredi	AKTS
GEBE VE EMZİKLİ BESLENMESİ	BESY1110120	Güz Dönemi	3+0	3	7
Ön Koşul Dersleri					
Önerilen Seçmeli Dersler					
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Seviyesi	Yüksek Lisans				
Dersin Türü	Programa Bağlı Seçmeli				
Dersin Koordinatörü	Prof.Dr. Gülgün ERSOY				
Dersi Verenler	Prof.Dr. Gülgün ERSOY				
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Öğrencileri beslenmenin gebelik ve emziliklik süreci ve sonucuna beslenmenin etkisi konularında bilgilendirmektir.				
Dersin İçeriği	Bu ders; Beslenmenin gebelik üzerine etkisi, Gebelik sürecindeki fizyolojik/metabolik değişiklikler I, Gebelik sürecindeki fizyolojik/metabolik değişiklikler II, Gebelik sürecindeki günlük enerji gereksinimi ve ağırlık kazanımı, Gebelik ve hiperemesis gravidarum, Gestasyonel diyabet ve beslenme tedavisi, Gebelik sürecindeki besin öğeleri gereksinimleri, Gebelik sürecinde ortaya çıkan komplikasyonlar ve beslenme tedavisi, Anne sütü ile beslenmenin önemi, bebek dostu hastaneler, Laktasyon fizyolojisi, Laktasyon sürecindeki enerji ve besin öğeleri gereksinimleri, Emzirme tekniği, karşılaşılan sorunlar, çözüm önerileri, Laktasyon döneminde karşılaşılan sorunlar (şişmanlık, diyabet, HIV, allerji, vb) ve tedavi yöntemleri, Genel değerlendirme, tartışma, öneriler; konularını içermektedir.				
Dersin Öğrenme Çıktıları	Öğretim Yöntemleri	Ölçme Yöntemleri			
1. Beslenmenin gebelik ve laktasyon dönemindeki önemini kavrayabilecektir.	1, 2, 4	A			
1.1. Yeterli ve dengeli beslenmenin anne ve bebek sağlığı üzerine etkilerini ayırt eder.	1, 2, 3	A			
1.2. Kötü beslenmenin gebelik sonuçlarını olumsuz etkilediğini çözümler.	1, 2, 3	A			
1.3. Kötü beslenmenin anne sütünün bileşimini ve miktarını olumsuz etkilediğini tartışır.	1, 2, 3	A			
2. Gebelik dönemine ilişkin beslenme özelliklerini, tanımlayabilecek, çözüm önerileri getirebilecektir.	1, 2, 3	A			
2.1. Günlük enerji ve besin öğeleri gereksinimlerini ayırt eder.	1, 2, 3	A			
2.2. Gereksinimleri karşılayacak menüleri düzenler.	1, 2, 3	A			
2.3. Yetersiz ve aşırı beslenmenin olumsuz sonuçları hakkında tahminde bulunur.	1, 2, 3	A			
3. Emzirme dönemine ilişkin beslenme özelliklerini, tanımlayabilecek, çözüm önerileri getirebilecektir.	1, 2, 3	A			
3.1. Günlük enerji ve besin öğeleri gereksinimlerini ayırt eder.	1, 2, 3	A			
3.2. Gereksinimleri karşılayacak menüleri düzenler.	1, 2, 3	A			
3.3. Yetersiz ve aşırı beslenmenin olumsuz sonuçları hakkında tahminde bulunur.	1, 2, 3	A			
4. Gebelik ve emzirme dönemlerinde karşılaşılan sorunları tanımlayabilecek, beslenme tedavilerini planlayabilecektir.	1, 2, 3	A			
4.1. Gebelik döneminde karşılaşılan hiperemesis, gestasyonel diyabet, konstipasyon vb sorunların beslenme özelliklerini bilir, menülerini planlar.	1, 2, 3	A			
4.2. Emzirme döneminde karşılaşılan hipertansiyon, diyabet, HIV, bebekte allerji vb sorunların beslenme özelliklerini, menülerini planlar.	1, 2, 3	A			
4.3. Anne sütünü koruyarak, gebelik sonrası kalan fazla kiloların verilebilmesi için, annenin beslenmesini planlar, uygular, izler.	1, 2, 3	A			
5. Emzirme tekniğini, emzirme sırasında karşılaşılan sorunları ve çözüm önerilerini açıklayabilecektir.	1, 2, 3	A			
5.1. Doğru emzirme tekniğini önerir.	1, 2, 3	A			
5.2. Emzirme sırasında karşılaşılan sorunları çözer.	1, 2, 3	A			
5.3. Sorunlar için çözüm önerileri üretir.	1, 2, 3	A			
Öğretim Yöntemleri	1: Anlatım, 2: Soru - Cevap, 3: Tartışma, 4: Alıştırma ve Uygulama				
Ölçme Yöntemleri	A: Yazılı sınav				
Ders Akışı					
Sıra	Konular	Ön Hazırlık			
1	Beslenmenin gebelik üzerine etkisi	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
2	Gebelik sürecindeki fizyolojik/metabolik değişiklikler I	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
3	Gebelik sürecindeki fizyolojik/metabolik değişiklikler II	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
4	Gebelik sürecindeki günlük enerji gereksinimi ve ağırlık kazanımı	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
5	Gebelik ve hiperemesis gravidarum	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
6	Gestasyonel diyabet ve beslenme tedavisi	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
7	Gebelik sürecindeki besin öğeleri gereksinimleri	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
8	Gebelik sürecinde ortaya çıkan komplikasyonlar ve beslenme tedavisi	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
9	Anne sütü ile beslenmenin önemi, bebek dostu hastaneler	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
10	Laktasyon fizyolojisi	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
11	Laktasyon sürecindeki enerji ve besin öğeleri gereksinimleri	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
12	Emzirme tekniği, karşılaşılan sorunlar, çözüm önerileri	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
13	Laktasyon döneminde karşılaşılan sorunlar (şişmanlık, diyabet, HIV, allerji, vb) ve tedavi yöntemleri	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
14	Genel değerlendirme, tartışma, öneriler	Kaynaklardan ilgili konuya hazırlanılması			
Kaynaklar					
Powerpoint sunum dosyaları.					
1. Mahan K, Arlin M. Krause's Food, Nutrition and diet therapy 12th edition Elsevier, 2010.					
2. Lawrence RA, Lawrence MR. Breastfeeding. A guide for the medical profession. 7th edition. Mosby Elsevier. 2011.					
3. Uluslararası beslenme ve diyet dergileri (Pediatrics, JADA, Am J Clin. Nutr, vb.) ve kitaplar					