

**СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
НУТРИЦІОЛОГІЯ**

Спеціальність: **221 «Стоматологія»**
Освітньо-професійна програма: **Стоматологія**
Код компонента в освітній програмі: **ВК 31**
Рівень вищої освіти: **другий (магістерський)**
Форма здобуття освіти: **очна (денна)**
Рік навчання: **3**
Семестр(и): **V (осінній), VI (весняний)**
Тип освітнього компонента: **вибірковий**
Навчальний рік: **2026-2027**

Обсяг: **3 кредити ECTS (90 год.)**
Навчальні заняття: **лекції, практичні заняття**
Підсумковий контроль: **залік**
Пререквізити: **ОК 7, ОК 12, ОК 13, ОК 25, ОК 27**

Кафедра/підрозділ: **кафедра гігієни та екології**, пр. Науки, 4, корпус А, 5 поверх

Керівник освітнього компонента: доц. Меркулова Тетяна Валентинівна,
email: tv.merkulova@kntmu.edu.ua

Сторінка освітнього компонента в Системі дистанційного навчання ХНМУ (Moodle):

<https://distance.kntmu.edu.ua/course/view.php?id=248>

ОПИС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

МЕТА КУРСУ: формування у здобувачів освіти системи знань, умінь, практичних дій, професійних навичок і цільових компетентностей, а також наукового світогляду майбутнього фахівця галузі знань 22 «Охорона здоров'я», спеціальності 221 «Стоматологія», щодо основ раціонального харчування здорової людини, особливостей харчування дітей, методів оцінки індивідуального харчового статусу та виявлення причин його порушень, нутриціологічної характеристики основних продуктів харчування, а також впливу харчових факторів на стан твердих тканин зубів, пародонта та органів ротової порожнини.

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ:

- пояснювати основи раціонального харчування здорової людини та механізми впливу нутрієнтів на загальний стан організму і тканини ротової порожнини;
- характеризувати особливості харчування у дитячому віці, підлітковому та дорослому періодах, а також у різних фізіологічних і патологічних станах, що впливають на стоматологічне здоров'я;
- здійснювати оцінку індивідуального харчового статусу пацієнта визначати основні причини його порушення;
- аналізувати нутриціологічні властивості основних продуктів харчування, в т.ч. з позиції їх впливу на стоматологічне здоров'я;
- обирати релевантні методи профілактики аліментарно-залежних і стоматологічно значущих захворювань;
- формулювати та аргументовано презентувати результати власних досліджень і висновки з питань харчування для професійної та непрофесійної аудиторії

ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА**Перелік тем лекцій (10 год.):**

1. Нутриціологічні основи раціонального харчування людини.
2. Фізіологічна роль основних нутрієнтів. Порушення харчового, вітамінного та мінерального статусів організму та їх вплив на тканини зубів, пародонта і слизову оболонку ротової порожнини.
3. Нутриціологічна характеристика основних продуктів харчування.
4. Харчування окремих категорій населення. Нутриціологічні аспекти профілактики карієсу та інших стоматологічних хвороб. Аліментарна профілактика онкологічних захворювань.

5. Аліментарні та метаболічні порушення при стоматологічних і загальносоматичних захворюваннях (пропедевтика дієтології).

Перелік тем практичних (20 год.):

1. Нутриціологічні основи раціонального харчування. Харчування та стоматологічне здоров'я. Альтернативні та нетрадиційні види харчування, їх вплив на стан твердих тканин зубів, пародонта та слизової оболонки ротової порожнини
2. Оцінка індивідуального харчового статусу організму.
3. Нутриціологічна характеристика молока та молочних продуктів. Їх значення у мінералізації твердих тканин зубів, підтриманні кальцієво-фосфорного балансу. Біоетичні та медичні проблеми, пов'язані із споживанням молочних продуктів населенням України.
4. Нутриціологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів, яєць, риби, морепродуктів.
5. Нутриціологічна характеристика хліба, хлібобулочних, круп'яних виробів, бобових та інших продуктів переробки зерна.
6. Нутриціологічна характеристика кондитерських виробів. Мед та продукти бджільництва в харчуванні, їх харчова та біологічна цінність, лікувальні та оздоровчі властивості.
7. Нутриціологічна характеристика овочів, фруктів, ягід, горіхів, грибів, дикорослих їстівних рослин.
8. Безалкогольні напої та їх вплив на стоматологічне здоров'я.
9. Порушення вітамінного та мінерального статусів організму, їх стоматологічні прояви. Біоетичні аспекти обмежень у харчуванні, у тому числі через соціальні, економічні та релігійні чинники.
10. Аліментарні та метаболічні порушення при стоматологічних і загальносоматичних захворюваннях (пропедевтика дієтології). Аліментарні захворювання та їх профілактика.

Перелік тем самостійної роботи студента (60 год.)

1. Роль харчування у підтриманні стоматологічного здоров'я. Взаємозв'язок між харчуванням, станом твердих тканин зубів, пародонта і слиновиділенням.
2. Аліментарні захворювання та їх стоматологічні прояви. Карієс, гінгівіт, пародонтит, глосити, хейліти як наслідок порушень харчування.
3. Сучасні концепції раціонального та функціонального харчування. Основи нутригеноміки та нутригенетики у стоматології.
4. Методи оцінки індивідуального харчового статусу, аналіз клінічних та біохімічних показників, інтерпретація результатів.
5. Порушення вітамінного та мінерального статусів: клінічні прояви у ротовій порожнині. Дефіцит кальцію, фтору, вітамінів С, D, групи В.
6. Роль білків, жирів, вуглеводів, в т.ч. у формуванні твердих тканин зубів і слизової оболонки порожнини рота. Баланс макронутрієнтів у стоматологічній профілактиці.
7. Нутриціологічна характеристика продуктів, що впливають на кислотно-лужний баланс слини. Їх роль у профілактиці карієсу та ерозій зубів.
8. Безпечне харчування: харчові добавки, консерванти, барвники та їх можливий вплив на стоматологічне здоров'я. Біоетичні аспекти споживання.
9. Харчові продукти спеціального та лікувально-профілактичного призначення. Функціональні продукти, пробіотики, вітамінно-мінеральні комплекси.
10. Харчові звички сучасного населення України та їх стоматологічні наслідки. Аналіз споживання цукрів, солодких напоїв, перекусів, енергетиків.
11. Нутриціологічні аспекти харчування під час ортодонтичного, ортопедичного та хірургічного лікування у стоматології. Рекомендації щодо дієти при післяопераційних станах.
12. Профілактика стоматологічних захворювань засобами нутриціології у дітей різного віку. Формування харчової поведінки, раціон дитини.

13. Зміни аліментарного статусу при ендокринних та метаболічних порушеннях. Діабет, ожиріння, остеопенія, метаболічний синдром.
14. Біоетичні та соціальні аспекти харчування. Етичні проблеми вегетаріанства, фуд-індустрії, доступу до якісних продуктів харчування, вплив реклами на харчову поведінку.
15. Генетично модифіковані продукти, новітні технології у харчуванні, потенційні ризики та користь для організму.

СРС спрямована на поглиблення та закріплення теоретичних знань, отриманих під час аудиторного навчання та сприяють формуванню професійних компетентностей. Результати СРС підлягають контролю та включені до підсумкового контролю знань.

Консультації: онлайн, за попередньою реєстрацією на сторінці курсу в Системі дистанційного навчання курсу.

Методи навчання: лекція, виконання вправ та практичних робіт, розв'язання ситуаційних завдань та кейсів, метод стандартизованого пацієнта.

ОЦІНЮВАННЯ

Поточна навчальна діяльність (ПНД). Оцінювання успішності здобувачів освіти здійснюється відповідно до Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в ХНМУ (<https://knmu.edu.ua/documents/normatyvni-dokumenty-navchalnogo-proczesu/>). Оцінка за практичне чи підсумкове заняття становить від 2 до 5 балів. Подання завдань за запізненням з неповажних причин тягне за собою зниження оцінки відповідно до відсотка запізнення в часі від часу виконання завдання. Завдання перевіряються до 24 год. Оцінки виставляються у електронний журнал. Незадовільні оцінки відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).

В кінці семестру середня оцінка за семестр конвертується у багатобальну оцінку (70 – 120 балів) відповідно до таблиці 1 Інструкції з оцінювання (див. вище). Середнє арифметичне ПНД за обидва семестри становить загальну навчальну діяльність (ЗНД).

Індивідуальні завдання (ІЗ) оцінюються до 10 балів.

Підсумковий контроль. Залік.

Оцінка з дисципліни (ОД). Зараховано.

Оскарження результатів підсумкового контролю проводиться у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_apel_kontrol.pdf).

ПОЛІТИКИ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Рекомендації щодо роботи на курсі: брати активну участь у всіх формах роботи на заняттях, присвячувати щодня час виконанню самостійної роботи та підготовці до занять, ставити запитання під час занять, відвідувати консультації, вчасно здавати завдання та виконувати усі форми контролю.

Відвідування занять. Відвідування лекцій та практичних занять є обов'язковим. Формою одягу під час офлайн-занять є білий медичний халат. При запізнення більше ніж на 5 хвилин ви можете бути не допущені до заняття. Пропущені заняття відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).

Академічна доброчесність. ХНМУ стоїть на позиціях нульової толерантності до проявів академічної недоброчесності. Будь-які порушення принципів академічної доброчесності тягнуть за собою відповідальність у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_ad-1.pdf).

Використання електронних гаджетів та інструментів штучного інтелекту допускається лише з дозволу викладача.

Політика щодо осіб з особливими освітніми потребами. Здобувачі з особливими освітніми потребами мають зв'язатися з викладачем задля розробки індивідуальної освітньої траєкторії.

Час відповіді викладача: 24 години.

Технічні вимоги до роботи на курсі:

- доступ до комп'ютера, ноутбука, планшета чи смартфона
- корпоративний обліковий запис Google з власним фото
- навички роботи з Google Workspace (Google Meet, Docs, Sheets, Slides, Forms) та Moodle
- *інші вимоги кафедри*

Технічна підтримка: АСУ (ev.shevtsov@knmu.edu.ua), Google (tehotdelknmu@gmail.com), Moodle (al.korol@knmu.edu.ua)

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Павлоцька Л. Ф. Та ін. Нутриціологія [Текст] : підручник / М-во освіти і науки України. - Харків : Світ книг, 2023. - 527 с.
2. Основи фізіології та гігієни харчування: Навчальний посібник: посібник [Електронний ресурс] / [упоряд. О.В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко]; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. ун-т. – Черкаси : ЧДТУ, 2021. – 138 с. – Назва з титульного екрана. Навчальний посібник. – Черкаси, 2021. -с
3. Гігієна та екологія : підручник / [В. Г. Бардов, С. Т. Омельчук, Н. В. Мережкіна та ін.] ; за заг. ред. В. Г. Бардова. – Вінниця : Нова Книга, 2020. – 472 с.
4. Dr. Rajput, Kumkum. Food, Nutrition and Hygiene: Improving Diets and Nutrition. India: Independently published, 2023. – 239 p.

Допоміжна

1. Капрельянц, Леонід Вікторович. Біологічна хімія з основами фізіології харчування : курс лекцій / Л. В. Капрельянц. — Вид. 4-е, перероб. і допов. — Харків : Факт, 2023. — 228 с.
2. Оздоровче харчування : навч. посіб. / П. О. Карпенко, Н. В. Притульська, М. Ф. Кравченко та ін. ; за ред. П. О. Карпенка. – Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2019. – 628 с.
3. An unbiased, sustainable, evidence-informed Universal Food Guide: a timely template for national food guides — Dean E., Xu J., Jones A.Y.M. тощо (2024). *Nutrition Journal*, 23:126.
4. Digging deep for nutrients and metabolites derived from high dietary protein intake and their potential functions in metabolic health — Brennan L., Nilaweera K.N. (2024). *Nutrition Research Reviews*.