

TOITUMINE ENNE JA PÄRAST BARIAATRILIST OPERATSIOONI

Täienduskoolitusasutuse nimetus

Rahvatervise Akadeemia (Nutrilligent OÜ).

Õppekava nimetus

Toitumine enne ja pärast bariatrilist operatsiooni.

Õppekavarühm

0915 Teraapia ja taastusravi õppekavarühm.

Õppekava koostamise alus

Toitumishõustaja, tase 5 kutsestandard, kompetents B.2.3. Toitumisterapeut, tase 6 kutsestandard, kompetents B.2.3.

Õppe eesmärk

Koolituse läbinud õppija omab ülevaadet bariatrilisest kirurgiast, bariatrilise operatsiooni eelsest ja järgsest toitumis- ja liikumisealasest käsitlusest ning oskab anda soovitusi enamlevinud probleemide lahendamiseks pärast bariatrilist operatsiooni.

Õpiväljundid

Koolituse lõpetanud õpilane:

- teab bariatrilise kirurgia näidustusi, vastunäidustusi, meetodeid ja mõju kaasuvatele haigustele;
- mõistab, milline on bariatrilise patsiendi toitumis- ja liikumisealane käsitlus enne ja vahetult pärast kirurgilist sekkumist;
- tunneb bariatrilise patsiendi pikaajalise toitumise põhimõtteid;
- tunneb ära enamlevinud probleemid pärast bariatrilist operatsiooni ja oskab anda esmased soovitusid nende lahendamiseks.

Sihtgrupp

Toitumishõustajad, toitumisterapeutid ja tervishoiutöötajad.

Õppe alustamise tingimused

Puuduvad.

Õppe maht ja ülesehitus

Koolituse kogumaht on 26 akadeemilist tundi, sh auditoorne töö 8 akadeemilist tundi.

Õppeprotsessi kirjeldus, sh õppe sisu, õppemeetodid ja -materjalid

Käsitletavad teemad:

- Bariaatrilise kirurgia ülevaade ja eesmärgid
 - Bariaatrilise kirurgia näidustused ja vastunäidustused, operatsioonieelne hindamine
 - Erinevad operatsiooni meetodid
 - Kuidas operatsioon toimib?
 - Kaalulangus, mõju kaasuvatele haigustele
 - Bariaatriline kirurgia Eestis
- Toitumine ja liikumine
 - Operatsioonieelne lühiajaline dieet
 - Toitumine vahetult pärast operatsiooni (esimesed 2 kuud)
 - Pikaajalised toitumise põhimõtted pärast bariaatrilist kirurgiat (toitumise üldpõhimõtted, toitumuslike defitsiitide profülaktika ja selle olulisus)
 - Kaalutõus pärast bariaatrilist kirurgiat
 - Rasedus pärast bariaatrilist kirurgiat
- Enamlevinud probleemid ja toitumisprobleemid pärast bariaatrilist operatsiooni ning esmased soovitusel antud probleemide lahendamiseks
 - Kõhuvalu, oksendamine, kõrvetised, kõhulahtisus, kõhukinnisus, toitainete vaegused, raske dumping sündroom, juuste väljalangemine, liigne nahk, kurnatus ja väsimus, raskused uute söömisharjumuste omandamisel, alkohol
- Haigusjuhtude arutelud

Peamised õppemeetodid: loeng, diskussioon, grupitöö, juhtumianalüüs.

Iseseisva töö õppematerjalid: [Ravijuhis](#), [Patsiendi materjal](#)

Õppekeskkond ja õppevahendid

Õpe toimub sõltuvalt kursusest Tartus või Tallinnas. Tartus toimub kursus Nutrilligenti ning Tallinnas Rahvatervise Akadeemia koolitusruumis. Õppeklassid on varustatud täiskasvanute õppimist toetavate ja tänapäevaste koolitusvahendite (pabertahvel, projektor, ekraan) ning vajaliku mööbliga. Lisaks on olemas kööginurk kohvipauside tegemiseks. Kursusel on võimalus kasutada toimivat internetiühendust.

Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused

Õpingute lõpetamise eelduseks on osalemine auditoorses töös vähemalt 75% ulatuses, testi sooritamine ning iseseisvate tööde esitamine.

Hindamismeetod	Hindamiskriteerium
Teadmiste test	Positiivseks soorituseks vastab õigesti vähemalt 50% küsimustest.

Väljastatavad dokumendid

Lõpetamise tingimused täitnud õpilasele väljastatakse tunnistus.

Koolitaja kvalifikatsioon

Koolitajad peavad omama kõrgharidust ja töökogemust õpetataval erialal. Koolitajate kvalifikatsiooniga on võimalik lähemalt tutvuda <http://rahvatervis.ee/koolitajad/>.

Kinnitatud 16. veebruar 2021
Nutrilligent OÜ juhatuse otsusega