

# KETOGEENNE DIEET JA EPILEPSIA

## Täienduskoolitusasutuse nimetus

Rahvatervise Akadeemia OÜ.

## Õppekava nimetus

Ketogeenne dieet ja epilepsia.

## Õppekavarühm

0915 Teraapia ja taastusravi õppekavarühm.

## Õppekava koostamise alus

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

## Õppe eesmärk

Koolituse läbinud õppija tunneb ketogeense dieedi olemust, juhendab ketogeenseks dieediks valmistumist ja selle pidamist ning koostab ketogeense dieedi menüü.

## Õpiväljundid

Koolituse lõpetanud õppija:

- tunneb erinevaid ketogeense dieedi vorme;
- valmistab patsiendi ketogeense dieedi pidamiseks ette;
- koostab sobiva ketogeense dieedi menüü;
- selgitab välja toidutõhustamise vajaduse ja soovitab vajalikke toidutõhustamise meetodeid lähtuvalt haiguspuhusest vajadusest;
- juhendab patsienti tegevuskava järgimisel, toiduvalimisel ja valmistamisel;
- jälgib ketogeensel dieedil oleva patsiendi käekäiku.

## Sihtgrupp

Toitumisnõustajad, toitumisterapeutid, tervishoiutõõtjad ja toitlustajad.

## Õppe alustamise tingimused

Alustadmised toitumisõpetusest, menüüde koostamisest, toitumise biokeemiast ja valmisolek sooritada iseseisev töö.

## Õppe kogumaht

Koolituse kogumaht on 13 akadeemilist tundi, sh auditoorne töö 6 akadeemilist tundi.

## Õppeprotsessi kirjeldus, sh õppe sisu, õppemeetodid ja -materjalid

### Käsitletavad teemad:

- Ülevaade ketogeensest dieedist ja selle kasutamisest epilepsia ravis
- Ketogeense dieedi näidustused ja vastunäidustused
- Ketogeense dieedi valik, dieediks valmistumine ja menüü koostamine
- Ketogeensel dieedil oleva patsiendi jälgimine

**Peamised õppemeetodid:** loeng, arutelu, harjutus, grupitöö, iseseisev töö

**Õppematerjalid:** loengumaterjal ja soovituslik kirjandus

E. Neal. Dietary Treatment of Epilepsy: Practical Implementation of Ketogenic Therapy. 2012.

## Õppekeskkonna kirjeldus

Õpe toimub Tallinnas Rahvatervise Akadeemia koolitusruumides või veebikeskkonnas Zoom. Õppeklassid on varustatud täiskasvanute õppimist toetavate ja tänapäevaste koolitusvahendite (pabertahvel, projektor, ekraan) ning vajaliku mööbliga. Lisaks on olemas kööginurk kohvipauside tegemiseks. Koolitusel on võimalus kasutada toimivat internetiühendust. Zoomi keskkonnas toimub õpe reaajas audio ja video vahendusel. Õppija hoolitseb selle eest, et kaamera ja mikrofoni olemasolu, toimiv internetiühendus ja ilma segavate teguriteta õppekeskkond võimaldavad koolitusel aktiivselt osaleda.

## Lõpetamise tingimused

Lõpetamise tingimuseks on osalemine auditoorsel õppetööl vähemalt 75% ja vastavalt hindamiskriteeriumitele sooritatud iseseisev töö.

Hindamismeetod	Hindamiskriteerium
Ketogeensele dieedile sobiva retsepti koostamine	Õppija tunneb ketogeense dieedi põhimõtteid ja koostab ketogeensele dieedile sobiva retsepti

## Väljastatavad dokumendid

Lõpetamise tingimused täitnud õppijale väljastatakse tunnistus.

## Koolitaja kvalifikatsioon

Koolitaja omab erialast haridust ja töökogemust õpetataval teemal. Koolitaja kvalifikatsiooniga on võimalik lähemalt tutvuda <http://rahvatervis.ee/koolitajad/>.

Kinnitatud 21. märts 2022

Rahvatervise Akadeemia OÜ juhatuse otsusega