

	Metaboolne sündroom ja diabeet
Maht	26 ak tundi, sh 16 tundi iseseisvat tööd
Koolitajad	Anneli Rätsep, Maarja Randväli
Eesmärk	Õppeaine läbinu oskab diabeediga kliendile menüü koostada ja määrata selle alusel insuliini doosi, anda toitumisjuhiseid erinevatele diabeetikute sihtrühmadele ning rakendada käitumist muutvaid teooriaid metaboolse sündroomiga kliendile vajalike muudatuste elluviimiseks.
Õpiväljundid	Õppeaine läbinud õppija: <ul style="list-style-type: none"> • teab tõenduspõhiseid diabeeti ennetavaid toitumise põhimõtteid; • arvutab insuliini doosi ja süsivesikute suhte, arvestades valkude ja rasvadega menüüs; • tutvub diabeedihaigetele mõeldud meditsiiniseadmetega; • koostab diabeediga kliendilt saadud lähteandmete põhjal menüü; • teeb kokkuvõtte diabeediga klientide sihtrühmapõhistest ravijuhistest; • rakendab käitumist muutva teooria mudelit metaboolse sündroomiga kliendi puhul.
Läbitavad teemad	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diabeedi ennetuse ja ravi tõenduspõhised toitumise eripärad 2. Insuliini doosi ja süsivesikute suhte arvutamine 3. Praktiline tutvumine diabeedihaigetele mõeldud meditsiiniseadmetega 4. Diabeediga kliendile menüü koostamine 5. Sihtrühmapõhised juhised diabeedihaigetele (lapsed, rasedad, eakad) 6. Käitumist muutvad teooriad ja nende rakendamine metaboolse sündroomiga kliendi puhul
Meetodid	Loeng, arutelu, grupitöö, seadmetega tutvumine, diabeedihaige kogemuslugu, toitumisjuhise ja menüü koostamine, iseseisev kirjanduse läbitöötamine
Iseseisev töö	Kirjaliku kokkuvõtte koostamine sihtrühmapõhistest diabeedi ravijuhistest
Õppematerjalid	Loengumaterjalid Lisamaterjal: Bell KJ, Toschi E, Steil GM, Wolpert HA. (2016). Optimized mealtime insulin dosing for fat and protein in type 1 diabetes: application of a model based approach to derive insulin doses for open loop diabetes man. Diabetes Care 2016; 39:1631–1634

	<p>Standards of Medical Care in Diabetes—2021. American Diabetes Association. Diabetes Care 2021 Jan;</p> <p>2.tüüpi diabeedi mittefarmakoloogiline ravi (www.ravijuhend.ee)</p>
Sooritamise nõuded	Positiivse soorituse tingimuseks on osalemine auditoorsel õppetööl vähemalt 75% ja iseseisva töö esitamine
Eeldusained	Toitumisõpetus; toitumise hindamise meetodid ning menüüde koostamine; toitumise hindamise meetodid; toitumise biokeemia I; seedimise anatoomia ja füsioloogia