专业课课程教学大纲

SJQU-QR-JW-033（A0）

**【中医食疗法】**

**【Dietotherapy of traditional Chinese medicine】**

一、基本信息

**课程代码：**【2170014】

**课程学分：**【2.0】

**面向专业：**【健康服务与管理】

**课程性质：**【院级选修课】

**开课院系：**健康管理学院

**使用教材：**

教材【中医养生与食疗，于睿、姚新，人民卫生出版社，第2版】

参考书目【中医药膳学，马继兴，人民卫生出版社，第1版；中医食疗学；刘继林，山东科学技术出版社，2006年；营养与食疗学，吴翠珍，中国中医药出版社，第1版】

**课程网站网址：暂无**

**先修课程：**【药理学2170004（3），中医学基础2170009（4）】

二、课程简介

中医食疗法，又称药膳疗法，是在中医药理论指导下，研究食物的性能、配伍、制作、食法和禁忌，利用食物来维护健康、防病治病、延年益寿的一门学科。它将苦口良药变成可口良药，成为人们乐于接受而又行之有效的理想治疗手段。它是中医药学的组成部分，其中包括丰富的营养学内容，在今天正成为一门古老而新兴的科学，对人类健康长寿具有重要的意义。

课程以药食同源为出发，主要阐述中医食疗法的基本理论与知识，介绍用于食疗的常见食物的性味归经、功效主治、食用注意及食物的配伍、常用剂型和制作方式；并按功效分类介绍生活中常用的食疗方，及其食疗的应用。学习和掌握中医食疗法的知识，一方面可以增强食疗养生、保健和治病的知识，另一方面是为进一步学习健康服务其他各课程和健康管理打下扎实的基础。中医食疗法已经成为健康服务与管理领域类似于外语和计算机的工具学科，成为当代健康服务与管理专业人员的必备知识和发展储备。

三、选课建议

该课程适合于健康服务与管理本科专业、三年级上学期开设。

四、课程与专业毕业要求的关联性

|  |  |
| --- | --- |
| 专业毕业要求 | 关联 |
| LO1：表达沟通 | 应用书面和语言形式，分析健康问题，拟定健康改善计划，并能精准表达，让对方乐意接受，形成良性互动。 |  |
| LO2：自主学习 | 能结合专业知识和岗位技能需求，确定自己的学习目标，并主动地通过搜集信息、分析信息、讨论、实践、质疑、创造等方法来实现学习目标。 |  |
| LO3：专业基础能力 | LO31：医疗保健：掌握基本医疗保健知识和技能。 | ● |
| LO32：健康评估：能全面评估服务对象的健康状态，具有健康监测、健康风险评估能力。 |  |
| LO33：健康教育：能确定服务对象的健康需求，并采用合适的健康教育方法。 |  |
| LO34：健康促进：掌握慢性病管理相关知识，协助医生开展慢性病病人社区健康管理，包括健康干预方案的跟踪随访。 |  |
| LO35：健康咨询：掌握健康保健专业知识，为服务对象提供健康咨询服务。 |  |
| LO36：健康管理：掌握对个人或人群的健康[风险](https://baike.baidu.com/item/%E5%8D%B1%E9%99%A9/3088)因素进行全面管理的能力，开展健康管理服务。 |  |
| LO4：尽责抗压 | 发扬雷锋精神，在学习和社会实践中遵守职业规范，具备职业道德素养。乐观豁达，能承受学习和生活压力。 |  |
| LO5：协同创新 | 具有积极的团队合作精神和创新创业意识，了解并灵活运用国家创新、创业相关政策，结合所学专业知识和技能，不断提出新设想。 |  |
| LO6：信息应用 | 掌握文献检索、资料收集的基本方法，具有运用现代信息技术有效获取和利用护理学专业信息，研究护理问题的基本技能。 |  |
| LO7：服务关爱 | 熟练使用计算机，掌握常用办公软件。运用现代信息技术，开展健康评估和健康改善活动。 |  |
| LO8：国际视野 | 有国际竞争与合作意识。具有运用一门外语阅读相关文献和简单会话能力。有跨文化交流能力。 |  |

备注：LO=learning outcomes（学习成果）

五、课程目标/课程预期学习成果

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **课程预期****学习成果** | **课程目标****（细化的预期学习成果）** | **教与学方式** | **评价方式** |
| 1 | LO31 | 医疗保健：掌握基本医疗保健知识和技能。 | 理论讲授 | 理论考试 |

六、课程内容

本课程总学时为32学时，其中教师课堂理论授课学时为32学时；学生课外练习，查阅文献及作业等时间不计在内。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **单元名称** | **知识点** | **能力要求** | **情感目标** | **教学难点** | **理论时数** | **实践时数** | **总时数** |
| 1 | 中医食疗概述 | 1.了解食疗的历代发展成就。2.熟悉食疗等相关概念、食物疗法与药物疗法的关系。3.掌握食物疗法的特点。 | 能通过学习食疗的相关概念，知道食物疗法与药物疗法的区别与联系，总结食物疗法的特点。 | 充分认识到中医食疗3000余年的发展史，充满了艰辛的探索与辉煌的成就，培养学生坚持不懈的科学探索精神、树立强烈的文化自信。 | 1.食物疗法与药物疗法的关系。 | 2 | 0 | 2 |
| 2 | 中医食疗的基础知识 | 1.了解食物的性、味、归、经。2.熟悉饮食宜忌，包括配伍禁忌、禁忌人群、卫生禁忌等。3.掌握食物的性能及其作用。 | 能运用本章知识，学会辨别食物的性、味、归、经，分清食物的宜忌。 | 树立健康饮食的整体观，明确学习与工作的意义。 | 食物的性、味、归、经与食物作用之间的关系；理解食物的饮食宜忌。 | 4 | 0 | 4 |
| 3 | 食物的应用 | 1.了解食疗的常用剂型。2.熟悉食物的配伍原则及常用食疗方制作方法。 | 能运用本章知识，解释常用食物之间的配伍关系及食物的应用。 | 学会综合分析问题的能力。 | 单味食物的应用及食物之间的配伍关系。 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | 常用食物 | 1.了解常用食物的性味归经、食用注意。2.熟悉常用食物的功效主治。3.掌握重点食物的性味归经、功效主治和食用注意。 | 能运用本章知识，辨别同类食物在功效主治上的异同点。 | 培养学生归纳总结的能力 | 重点食物的性味归经、功效主治和食用注意。  | 6 | 0 | 6 |
| 5 | 常用食疗方 | 1.了解常用食疗方的制作食法及食用注意。2.熟悉常用食疗方的组成及功效应用。3.掌握重点食疗方的组成、功效应用、制作食法及饮食注意。  | 能运用本章知识，学会辨析相同功效的食疗方在组成与制作食法的异同点。 | 充分认识到中医食疗法知识的重要性，从而能进行主动、积极的学习。 | 重点食疗方的组成、功效应用、制作食法及饮食注意。 | 6 | 0 | 6 |
| 6 | 食疗的应用 | 1.了解因人、因时、因地食疗的具体内容。2.熟悉各种不同体质人群的食疗原则。3.掌握食疗的应用方法。 | 能运用本章知识，按照食物的寒热温凉等性味的不同、病人不同的体质特点选择针对性食疗方案。 | 培养学生辨证施治的中医食疗思维 | 食疗的应用方法 | 4 | 0 | 4 |
| 7 | 常见病的食疗 | 1.了解内科各病症的病因病机、证候特征。2.熟悉内科各病症的食疗方之用法、功效和适用范围。3.掌握内科各病症的食疗原则。 | 能运用本章知识，分析病人的中医诊断及证型。并能向病人说明饮食宜忌，为病人推荐适宜的食疗方，还能说出其组成及使用方法。 | 培养学生具体问题具体分析的能力，以及中医辨证施治的中医食疗思维。 | 分析病人的中医诊断及证型，并依据不同病症的食疗原则，合理选择食疗方，并知道其制法与用法。 | 8 | 0 | 8 |

七、评价方式与成绩

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 总评构成（1+X） | 评价方式 | 占比 |
| 1 | 期终开卷考试 | 60% |
| X1 | 课堂小测验 | 20% |
| X2 | 课后作业 | 10% |
| X3 | 课堂表现 | 10% |

撰写人： 系主任审核签名：

审核时间： 2022-9-25