ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ГОРОДА МОСКВЫ

"Свято-Димитриевское училище сестер милосердия Департамента Здравоохранения

города Москвы"

“УТВЕРЖДАЮ” Зам. директора по учебной работе

Камалова Е.И.

“ ”­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012 г.

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

***ЗАНЯТИЯ ПО АНГЛИЙСКОМУ*** ***ЯЗЫКУ***

для студентов II курса

дисциплина “Английский язык”

специальность 060109 “Сестринское дело 51”

Тема: “ДИЕТОТЕРАПИЯ”

“DIET THERAPY”

Количество часов: 2 часа

Москва

2012 год

*Дорогие друзья!*

*Вы изучили ряд тем по сестринскому процессу и работе медсестры с пациентом. Вы можете назвать болезни, их симптомы, причины их возникновения. На этом занятии мы приступаем к изучению темы* **Диетотерапия. Осуществление полного парентерального питания. Внутривенное восполнение жидкости.**

Первая подтема:

Диетотерапия (Diet therapy).

*Ваша работа будет завершена, когда вы сможете:*

* назвать основные задачи диетотерапии;
* назвать типы диет, соответствующие им продукты;
* составить устное и письменное высказывание об одном или нескольких видах диет;

*В процессе работы вам необходимо:*

* Заучить необходимый набор слов и выражений
* Прочитать текст
* Ответить на вопросы к тексту
* Выполнить тренировочные упражнения
* Составить таблицу с описанием типов диет

Если все задания выполнены, предъявите работу преподавателю и пройдите устное собеседование.

Надеемся, вам небезынтересны взгляды на профилактическое питание зарубежных диетологов.

Удачной вам работы!

Этап *Мозговая атака*

BRAIN STORMING

*До начала работы вспомните и назовите различные виды продуктов. Из курса биологии нам знакомы основные ,необходимые организму, питательные вещества – назовите. Назовите и проблемы, связанные с пищеварением.*

*Придерживаетесь ли вы какой-либо диеты? Какие продукты и приемы витания вы бы порекомендовали?*

Diet therapy

Diet therapy is a broad term for the practical application of nutrition as a preventative or corrective treatment of disease.This usually involves the modification of an existing dietary lifestyle to promote optimum health.

In some cases, an alternative dietary lifestyle plans the eliminating of certain foods in order to reclaim health. This kind of diet therapy is often recommended for those who suffer from allergies, including not food-related. Elimination diet therapy is often helpful in improving symptoms associated with attention disorder and hyperactivity in children.

 A number of diet therapy models promote resistance to specific conditions and diseases. For instance, the Mediterranean Diet stresses the use of healthy sources of monounsaturated fat, such as olive oil. It’s also abundant in lean meats, whole grains, and fresh fruits and vegetables, while red meat and dairy is limited. Studies have shown that this kind of diet can significantly reduce cholesterol levels and the risk of heart disease.

Another diet, known as the Eskimo Diet, also reduces the risk of heart disease. In fact, the Inuit people of Greenland and Alaska rarely experience heart disease, yet they consume a diet high in both fat and cholesterol. The paradox is due to eating large amounts of fish, namely salmon and mackerel. In contrast to the Mediterranean philosophy of striving for monounsaturated fats, the Eskimo Diet is rich in heart-healthy omega-3 polyunsaturated fatty acids instead.

Diet therapy may be employed in the prevention or supplemental treatment of cancer. The intake of high levels of antioxidants and bioflavonoids that come from many fruits and vegetables may help to prevent many types of cancer. Vegetables in the mustard family, such as broccoli and cauliflower, may decrease the risk of stomach and colon cancer.

Condition-specific diet therapy typically calls for the use of a checklist of foods to eat and foods to avoid. Diet therapy for arthritis consists of anti-inflammatory foods, and the elimination of foods high in oxalic acid and those known to decrease calcium absorption. Diet therapy for depression seeks to promote increased production of certain brain hormones, such as serotonin, by increasing complex carbohydrates, B vitamins, and omega-3 polyunsaturated fatty acids.

ПЕРЕВОД ТЕКСТА ДИЕТОТЕРАПИЯ

Диетотерапия – общий термин, обозначающий практику применения продуктов питания, направленную на предупреждение болезни, или содействия излечению от болезни. Процесс обычно меняет установившуюся практику питания на оздоравливающую.

Такая оздоровительная модель чаще направлена на устранение неполезных организму продуктов питания. Рекомендована подборка диеты при аллергиях, в том числе вызванных не питанием. Ограничительные диеты также действенны при выраженном нарушении внимания и гиперактивности у детей.

Каждая из моделируемых диет направлена на повышение сопротивляемости организма к конкретным типам состояний и заболеваний. Так, например, диета Средиземноморская делает акцент на использовании полезный продуктов, содержащих жирорастворяющие кислоты, изобилующие в оливковом масле. Они обильно содержатся в постном мясе, цельных зернах, в свежих фруктах и овощах, тогда как мясо с кровью и молочные продукты рекомендуется ограничить. Исследования показали, что такой тип диеты значительно снижает уровень содержание холестерина и риск сердечнососудистых заболеваний.

Другая диета, называемая Эскимосской, также понижает возможность сердечнососудистых заболеваний. Инуитские народности Гренландии и Аляски действительно не подвержены заболеваниям сердца, а ведь они потребляют и жиры и холестерин в больших количествах. Парадокс в том, что параллельно потребляется огромное количество такой рыбы, как лосось и скумбрия. В противовес идее Средиземноморской диеты по ограничению потребления монорастворимых жиров, эскимосская диета богата полинасыщенными омега-3 жирными кислотами.

Диетотерапию назначают для лечения и предупреждения рака. Уровень потребления антиоксидантов и биофлавинов, поступающих из фруктов и овощей помогает предупредить появление опухолей. Овощи семейства капустных, брокколи и цветная капуста, снижают вероятность возникновения рака толстой кишки и желудка.

Обычно все виды специальных диет имеют один перечень рекомендуемых продуктов питания, другой – не употребляемые продукты. Так, диета противоартритная рекомендует не острые продукты, не рекомендует – с высоким содержанием щавелевой кислоты и всего, что мешает усвоению кальция. Если диета направлена на погашение депрессивных состояний, рекомендованы те продукты, которые стимулируют выработку гормонов мозга, как серотонин, через увеличение комплексного содержания углеводов, витамина В и омега-3 жирных кислот.

**GLOSSARY to the TEXT**

**broad** *прил.* широкий; обширный; общий;

**monounsaturated** *мат.* мононепредельный

**saturated** *прил*. влажный, интенсивный (о цвете); *хим.* насыщенный; сатурированный

**preventative**  профилактический

**lean meat** постное, нежирное мясо

**cholesterol levels**

**mackerel** ['maekrel]*сущ.; мн.* mackerel, mackerels; *зоол.*макрель; скумбрия

**striving** *сущ.* стремление; склонность, цель

**fatty acids** *хим.* жирные кислоты

**polyunsaturated** полиненасыщенный

**omega** ['oumiga] *сущ.* омега (последняя буква греческого алфавита); конец, завершение

**broccoli** ['brokali]*сущ.; бот*. брокколи, капуста спаржевая (лат. Brassica oleracea italica)

**cauliflower** ['koli,flaua] *сущ.; бот.* цветная капуста (лат. Brassica oleracea botrytis)

**Eskimo** *сущ.; мн.* Eskimo, Eskimos (слово считается неполиткорректным *см.* Inuit) эскимос, эскимоска (представитель народа, живущего в США, Канаде, Гренландии и Сибири); эскимосский язык (любой из языков эскимосской группы: юпик, инуит); *прил*. эскимосский

**Greenland** *сущ.; геогр.* Гренландия (остров в Северном Ледовитом океане; принадлежит Дании)

**Inuit** ['injuit] *сущ.;* = Innuit (the Inuit(s)) инуиты *(политкорректное наименование эскимосов, живущих на Аляске, в Гренландии и Канаде); мн.* Inuit, Inuitsинуит, инуитка; эскимос, эскимоска; эскимосско-алеутская группа языков; любой из языков этой группы

Antyanflammatory foods

**oxalic acid** щавелевая кислота

*Вы завершили изучение темы:* Диетотерапия (Diet therapy)

*Проверьте себя, насколько Ваша работа была эффективна. Можете ли вы:*

* назвать основные задачи диетотерапии;
* назвать типы диет, соответствующие им продукты;
* составить устное и письменное высказывание-рекомендацию об одном или нескольких видах диет;

*У вас в тетради появились следующие записи:*

* *Таблица, составленная по прочитанному тексту, с характеристикой диет*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ДИЕТА | ПРОДУКТЫ  ПИТАТЕЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА | НАЗНАЧЕНИЕ ДИЕТЫ |
| DIET | FOOD NUTRIENTS | PURPOSE |
| .1 | olive oil  lean meat  whole grain  fresh fruit and vegetables | reduce choleterol levels and risk of heart disease due to striving monosaturated fats |
| 2 | much fish  salmon  mackerel | Reduce the risk of heart disease due to rich omega-3 polyunsaturated fatty acids |
| 3 | Fruits  Vegetables of the mustard family  Broccoly  caulinflower | Prevent or tret cancer due to high level of antioxidants and bioflavonoids |
| 4 | Antyanflammatory foods  oily fish, flax seeds, canola oil and pumpkin seeds. olive oil, avocado and nuts, lean poultry, fish and seafood. Soy and soy foodsbottled water, 100% fruit juice, herbal tea, low-sodium vegetable juice and low- or non-fat milk. | Stop arthritis due to elimination of food high in oxalicacid and increasing calcium absorbtion |
| 5 | Carbohydrites / bananas , beans, nuts, potatoes, root vegetables, wholegrain cereals, wholemeal breads /  B vitamins / turkey, liver, chili peppers, bananas, potatoes, and tempeh (soy based), dairy products and eggs - vitamin B12, avocado, salmon, nuts /  Omega-3 polyunsuturated fatty acids | Stop depression, increase production of serotonin |

* *Письменное подробное описание одной из диет таблицы.*

*К следующему занятию:*

*Подготовьте устное описание выбранной вами диеты. Расскажите о характере её назначении и ожидаемом воздействии.*

Если все задания выполнены, предъявите работу преподавателю и пройдите устное собеседование.

Надеемся, вы почерпнули полезную информацию о современных теориях питания, а также о рекомендуемых или нерекомендуемых продуктах при различных состояниях пациента.

REFERENCES *ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ: www.wisegeek.com/what-is-diet-therapy.htm*

Учебник Л.Г.Баранова, Г.В. Шадская «Английский язык для медицинских колледжей и училищ», Москва ISBN 5-91131-114-3 2006:, стр.75-76 /Vitamins/