

# 南臺科技大學 105 學年度第 1 學期課程資訊

課程名稱	高齡營養與餐飲
課程編碼	1ED00I01
系所代碼	21
開課班級	四高齡服務二甲
開課教師	趙品淳
學分	2.0
時數	2
上課節次地點	三 1 2 教室 W0609
必選修	必修
課程概述	本課程提供學生高齡營養與膳食的基本知識與內涵，並介紹主要營養素的組成、種類、特性及功能。同時，探討糖尿病患者飲食控制的方式與重要性。認識不同健康層級的高齡者之飲食要點，以提升對高齡者的照顧、關懷能力。
課程目標	
課程大綱	<p>一、老人營養學發展現況、每日飲食指南</p> <p>二、老人營養生理變化 老人一般生理變化、老人特殊生理變化</p> <p>三、醣類的重要性 飲食中的醣類、醣類的消化、吸收與代謝</p> <p>四、脂質的重要性 飲食中的脂質、脂質的消化、吸收與代謝、脂質的功能與攝取、脂質的老人健康</p> <p>五、蛋白質的重要性 飲食中的蛋白質、蛋白質的消化、吸收與代謝、蛋白質的功能、蛋白質與老人健康</p> <p>六、維生素的重要性 維生素的定義及分類、脂溶性維生素與水溶性維生素、維生素與老人健康</p> <p>七、礦物質的重要性 礦物質的定義及生理意義、巨量礦物質與微量礦物質、礦物質與老人健康</p> <p>八、水與電解質代謝的重要性 水與人體生理、電解質在人體代謝的基本功能、水、電解質與老人健康</p> <p>九、老人能量代謝 能量代謝簡介、老人能量代謝特性與能量需求、能量代謝與老人肌肉量維持策略</p> <p>十、糖尿病患者飲食照顧 高齡糖尿病患者飲食基本原則、飲食控制的主要目的與方法</p>

	十一、健康的飲食型態 地中海飲食型態、老人飲食料理 十二、易咀嚼、防止誤嚥的飲食基本準則 注意吸入性肺炎
英文大綱	
教學方式	
評量方法	
指定用書	高齡營養學
參考書籍	
先修科目	無
教學資源	
注意事項	
全程外語授課	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	