

营养学（中级）

专业代码:382

精华必背考点

-
- 1、大豆食品富含的氨基酸种类是**赖氨酸**
 - 2、进行维生素 C4h 负荷试验时，成人的负荷剂量为 **500mg**
 - 3、中老年人缺钙有可能导致**骨质疏松症**
 - 4、同情和开导病人属于**心理治疗**的道德要求
 - 5、与动物的生殖功能和精子生成有关的维生素是**维生素 E**
 - 6、实验中常作为参考蛋白的蛋白质是**鸡蛋蛋白质**
 - 7、《医疗机构从业人员行为规范》是 **2012 年 6 月 26 日**公布执行的
 - 8、医疗机构从业人员分为 **6** 个类别
 - 9、“医学科学规律，不断更新医学理念和知识，保证医疗技术应用的科学性、合理性”这是**医师**执业的重要行为规范
 - 10、组织实施医师资格考试的部门是**省级以上人民政府卫生行政部门**
 - 11、我国唯一被立法强制进行食物强化的是**碘盐**
 - 12、在呼吸链中发挥重要作用的维生素是**核黄素**
 - 13、钴胺素又名**维生素 B12**
 - 14、膳食或食物中总视黄醇当量(μgRE) = **视黄醇(μg) + β -胡萝卜素(μg) \times 0.167 + 其他维生素 A 原(μg) \times 0.084**
 - 15、有一种单糖，主要存在于水果和蜂蜜中，可制成糖浆，是饮料、糖果、蜜饯等的重要原料，人体吸收后经肝转化成葡萄糖而被利用，这种单糖是**果糖**
 - 16、毕脱斑的形成是由于**维生素 A 摄入不足**
 - 17、因蛋白质营养不良而出现的干瘦症，又称为 **Marasmus**
 - 18、含维生素 B12 最少的是**谷类**
 - 19、维生素 E 延缓衰老可能是通过**抗氧化作用**

-
- 20、膳食中长期缺乏新鲜水果与蔬菜，可导致缺乏的营养素是**抗坏血酸**
- 21、属于微量营养素的是**钙**
- 22、脂肪酸的元素组成为**碳、氢、氧**
- 23、营养流行病学研究的最大局限性是**缺乏实用的精确测量膳食暴露水平的方法**
- 24、组成蔗糖的是**葡萄糖和果糖**
- 25、口角炎和舌炎是由于**维生素 B2 摄入量不足**
- 26、机体自身可以合成的维生素是**维生素 D**
- 27、食物的营养成分不同其产生的热效应也不同，食物热效应约消耗本身产生**能量最高的成分**
是**蛋白质**
- 28、其营养状况可用红细胞谷胱甘肽还原酶活性系数评价的是**维生素 B2**
- 29、患有异食癖的儿童有可能缺乏的微量元素是**锌**
- 30、具有激素性质的维生素是**维生素 D3**
- 31、粮谷类中矿物质吸收率较低的一个原因是含有较多的**植酸**
- 32、与机体的凝血功能密切相关的维生素是**叶绿醌**
- 33、人体每日摄入膳食纤维的适宜量为 **20~30g**
- 34、全面了解人群膳食结构和营养状况的重要手段是**营养调查**
- 35、叶酸缺乏时表现为巨幼红细胞性贫血，主要是由于 **DNA 合成受阻**
- 36、铁过量损伤的主要靶器官是**肝脏**
- 37、脚气病是因为缺乏**硫胺素**
- 38、在补充维生素过程中，过量摄入易引起蓄积中毒的两种维生素是**维生素 A，维生素 D**
- 39、评价食物蛋白质营养价值的公式： $[\text{食物氮} - (\text{粪氮} - \text{粪代谢氮})] \div \text{食物氮} \times 100$ ，表示的
是**蛋白质的真消化率**

-
- 40、某食物中钙的 INQ 值大于 1 表示食物钙的供给能力高于能量供给
 - 41、碳水化合物的吸收形式是单糖
 - 42、其营养状况可用红细胞谷胱甘肽还原酶活性系数评价的是维生素 B2
 - 43、大豆食品富含的氨基酸种类是赖氨酸
 - 44、我国成人硒的推荐摄入量(RNI)为 $50\mu\text{g} / \text{d}$
 - 45、核黄素的辅酶活性形式是 FAD
 - 46、在碳水化合物中，淀粉属于多糖
 - 47、评价食物蛋白质营养价值时，作为参考蛋白的是鸡蛋蛋白质
 - 48、维生素 C 含量最少的是苹果、梨
 - 49、缺乏可致角膜干燥的是维生素 A
 - 50、长期过量服用可形成泌尿道结石的是维生素 C
 - 51、维生素 B1 缺乏可产生脚气病
 - 52、我国营养学会推荐成人每日膳食脂肪供能为总能量摄入的 20%~ 30%
 - 53、与人体维生素 B2 的推荐摄入量相似的营养素是维生素 B1
 - 54、 β -胡萝卜素的效价是维生素 A 的 $1 / 6$
 - 55、烟酸当量计算为：烟酸当量(mg) = 烟酸(mg) + $1 / 60$ 色氨酸(mg)
 - 56、我国 RNI 将成人的叶酸供给量定为 $400\mu\text{g} / \text{d}$
 - 57、我国成人铜的适宜摄入量(AI)为 $2\text{mg} / \text{d}$
 - 58、中国居民膳食中膳食纤维的主要来源是水果蔬菜
 - 59、谷类食物中容易缺乏的必需氨基酸是赖氨酸
 - 60、脂溢性皮炎可能是由于缺乏维生素 B2
 - 61、长期服用异烟肼而又没有及时补充时，可导致缺乏的维生素是维生素 B6、烟酸

-
- 62、纤维素和半纤维素大量存在于**麸皮**
 - 63、食用**发酵**方式处理的奶制品可避免乳糖不耐受
 - 64、最能够反映儿童长期营养状况指标的是**年龄别身高**
 - 65、孕妇在整个孕期钠的适宜摄入量(AI)是 **2200mg / d**
 - 66、无论发生次数还是中毒人数，在我国占食物中毒总数第一位的是**细菌性食物中毒**
 - 67、河豚中河豚毒素含量最高的器官是**卵巢**
 - 68、血脂中比重最小的是**乳糜微粒**
 - 69、长期从事航天工作的人员体内脂肪代谢的主要改变是**尿中酮体排出量增加**
 - 70、人乳中脂肪含量较高的时候是**哺乳临近结束时**
 - 71、唾液淀粉酶起作用的最适环境是 **pH6 ~ 7**
 - 72、**高脂肪膳食**对放射损伤没有防护作用
 - 73、新生儿期是指**从出生到生后 28 天内**
 - 74、畜肉食物中，含量较多的矿物质是**铁**
 - 75、我国宇航员每日蛋白质供给量为 **90g**
 - 76、食品营养价值是指**食品所含营养素与能量能满足人体需要的程度**
 - 77、中心型肥胖是指**腰臀比 > 0.85**
 - 78、十二指肠溃疡疼痛部位比较固定，多在**上腹正中略偏右**
 - 79、以中枢性肌肉松弛剂为解毒剂的农药是**拟除虫菊酯类**
 - 80、引起干瘦型营养不良的疾病是**脂肪泻**
 - 81、痛风病人为减体重突然加大运动量而诱发痛风发作，其原因是**血尿酸生成增加**
 - 82、机体受到电离辐射作用后，蛋白质代谢的主要改变是**分解代谢增强**
 - 83、饮用牛奶后，常引起胃肠不适、胀气、痉挛、腹泻等不良反应，其主要原因是**乳糖酶缺乏**

或活性降低

- 84 患者，男，30岁，患慢性闭塞性肺病，缓解后饮食医嘱改为普食，配餐时糖类应占总能量的45%
- 85、植物性食物如剩米饭、奶油蛋糕、油煎食品等可引起金黄色葡萄球菌肠毒素中毒
- 86、不能通过胎盘主动运转至胎儿的是铁
- 87、乳糜胸的营养治疗饮食应选择高蛋白、高糖类、低脂、低钠饮食
- 88、能引起促胰液素释放的最强物质是盐酸
- 89、儿童糖尿病的能量计算公式是全天总能量 (kcal) = 1000 (kcal) + (年龄-1) × 100
- 90、老年人体质指数(BMI)的正常值为 18.5 ~ 23.9
- 91、药效受大量摄入叶酸影响的药物是苯巴比妥
- 92、在对蛋进行加工烹调时，较易损失的营养素是维生素 B1
- 93、罐头发生化学性胖听的原因酸性内容物的腐蚀
- 94、你为什么不喜欢这个膳食控制计划属于营养信息交流的索究型问题提问技巧
- 95、IIb型高脂血症是指高胆固醇及高三酰甘油血症
- 96、食物中毒发病的潜伏期短
- 97、脂肪肝的饮食治疗重点是调整能量、蛋白质和脂肪，能量 30kcal/ (kg·d)、脂肪 < 25%、蛋白质 1.5g/ (kg·d)
- 98、不利于矽肺治疗的维生素是维生素 B2
- 99、某矿工最近出现口角发白，口腔溃疡，阴囊皮炎，感觉视力模糊、傍晚看不清东西等症状。最可能的诊断是维生素 B2 和维生素 A 缺乏
- 100、肝脏是人体消化系统的重要器官，主要功能是营养物质的合成、储存、分解、分泌、解毒、排泄等

-
- 101、河豚毒素首先作用于**感觉神经**
- 102、切除小肠的**空肠、回肠**对营养素吸收影响最大，最易引起营养不良
- 103、大豆的限制氨基酸和含量相对较高的氨基酸分别是**蛋氨酸，赖氨酸**
- 104、孕期血清中营养素不降低的是**血脂及维生素 E**
- 105、对手术病人，可采用皮肤迟发性超敏反应来判定细胞免疫状况。其正常参考值为硬结直径**>5mm**
- 106、通过加热处理，可破坏大豆中最广泛存在的抗营养因素是**胰蛋白酶抑制剂**
- 107、正常情况下胃黏膜不会被胃液所消化是由于**黏液-碳酸氢盐屏障**的作用
- 108、牛奶中碳水化合物主要为**乳糖**
- 109、接触噪声的矿工工人膳食中补充氨基酸具有保护作用，这种氨基酸是**谷氨酸**
- 110、食品加工过程中可应用亚硫酸盐的是**蜜饯**
- 111、唾液中的主要消化酶是**淀粉酶**
- 112、食物中相对钙含量高且吸收好的食物是**乳类**
- 113、孕妇易出现生理性贫血，主要因为**血液被稀释**
- 114、麦淀粉中植物蛋白质的含量是 **0.4%**
- 115、豆腐蛋白质的消化率高于整粒大豆，主要原因是去除了**膳食纤维**
- 116、有些人煮稀饭为了增加其黏稠性而加碱，这种烹调方法损失最多的营养素是**维生素**
- 117、患者，男，58岁，因胰头占位性病变入院。发病3个月来，体重由67kg降至62kg，可判定该病人**中度体重丧失**
- 118、患者，女，40岁，因卵巢癌收住入院，住院第3日患者饮食中含蛋白质40g，查尿尿素氮290mg，尿量1800ml，其他排出氮为3.5g，该病人的氮平衡为**-2.3g**
- 119、对扩大营养宣教覆盖面最有效的交流模式是**大众交流**

-
- 120、低温冷藏食品的主要卫生问题是**脂肪酸败**
- 121、可以杀灭芽胞型细菌的方法是**高温灭菌法**
- 122、公共营养监测的主要任务是**研究营养政策**
- 123、对接触铅作业人员的营养，应注意补充较大剂量的维生素是**维生素 C**
- 124、对婴儿智力发育有促进作用的脂肪酸为 **n-6 系列的 γ -亚麻酸和花生四烯酸** n-3 系列的 **EPA 和 DHA**
- 125、人体排泄的嘌呤核苷酸分解代谢的特征性终产物是**尿酸**
- 126、人是铁，饭是钢，一顿不吃饿得慌属于宣传教育技巧的**美化法**
- 127、体力活动水平的正确概念是某人 24h **消耗的总能量与其基础代谢能量之比**
- 128、对于一般孕妇而言，整个妊娠期母体体重约增加 **11 ~ 12.5kg**
- 129、肾脏疾病的蛋白尿中以**白蛋白**为主
- 130、妊娠期糖尿病后 5 个月，每天增加能量约 **150kca**
- 131、能量推荐摄入量(RNI)等于该人群能量的**平均需要量+2 个标准差**
- 132、每日为学龄儿童至少提供 **250ml** 牛奶
- 133、我国营养学会建议孕中期、末期每日摄入钙 AI 为 **1000mg** 和 **1200mg**
- 134、豆类与谷类蛋白质有互补作用，是因为豆类含有较多的**赖氨酸**
- 135、胎儿神经管畸形与何种营养素缺少有关**叶酸**
- 136、急性胆囊炎是多因素引起胆囊出口梗阻而发病的。缓解期饮食应严格限制**脂肪**才能预防发作
- 137、肉毒梭菌属于**革兰阳性菌**
- 138、肾衰竭病人在控制蛋白质总量的条件下，选用适量大豆蛋白，其作用是**可降低肾小球滤过率**

139、蛋白质、脂肪、碳水化合物在高温加热，分别能够产生的致癌物是杂环胺、苯并(a)芘、
丙烯酰胺

140、老年人的蛋白质代谢易发生负氮平衡