

Q 알칼리성 식품의 섭취 부족 시 미치는 영향을 모두 고르시오.

- 1번 산혈증
- 2번 위궤양
- 3번 뇌출혈
- 4번 고혈압
- 5번 신경통
- ✓ 모두 답

Q 식품구성자전거에서 파랑색이 나타내는 것을 모두 고르시오

- 1번 치즈
- 4번 아이스크림
- 5번 우유

Q 식이섬유소의 기능을 모두 고르시오

- 2번 혈중 콜레스테롤 농도 감소
- 3번 담석증 발생률 감소
- 5번 수용성 섬유소 다량 섭취 시 설사

Q 수분 12~14%가 손실되면 나타나는 현상은?

- 2번 음식을 삼키지 못함

Q 교안에서 제시한 내용으로 용어 설명이 잘못된 것을 모두 고르시오

- 2번 세포외액은 세포 밖에 있는 액으로 물 총량의 약 2/3, ~~
- 3번 비만이 가져오는 5D 현상은 ~~~ Distortion ~ 이다
- 4번 세포내액은 세포 안에 있는 액으로 물 총량의 약 1/3, ~~~

Q. 탄수화물의 특수기능을 모두 고르시오

- A. 해독 작용, 헤파린 합성, 아미노산 합성, 핵산 합성

Q. 비만치료를 위한 운동요법을 고르시오

- A. 복부지방 분해를 위해서는 유산소 운동과 병행하는 것이 효과적이다

Q. 고지혈증과 당뇨병 발병이 증가되는 비만형?

- A. 내장지방형비만

Q. 항동맥경화인자를 모두 고르시오

- A. 비타민 C, 베타 카로틴, 비타민 E

Q. 당뇨병의 치료법을 모두 고르시오

- A. 운동요법, 인슐린 요법, 식이요법

Q. 인슐린과 관련있는 주요 무기질이 아닌것은?

답 : 염소(5)

Q. 동맥경화증의 예방을 위한 식사지침이 아닌것을 모두 고르시오

답:

1. 총에너지 섭취량 ~~
2. 단백질은 총에너지 요구량 ~
3. 불포화 지방산과 포화지방산의 ~

Q. 비만도를 측정하는 체질량 지수에 의해서 신장 170cm, 체중 75kg의 BMI 계산값을 구하시오.

답: 26(4)

Q. 체내에서 오메가 3 지방산의 기능이 아닌것을 모두 고르시오.

답:

3. 간에서 중성지방합성을 촉진
4. 과잉 섭취시 혈관 벽을 강화시킴

Q. 식품의 1차,2차 기능을 모두 고르시오.

2. 기호성
4. 영양가

Q. 오렌지와 오렌지 주스는 신맛이 많아 pH가 낮고, 알칼리성식품과 산성식품중에서 산성식품에 해당한다.

A. X

Q. 당뇨병과 관계된 내용 중 잘못된 것을 모두 고르시오.

A. 글루카곤은 혈당수준을 낮추는 역할을 한다/ 글루카곤은 췌장 랑게르한섬의 알파세포에서 분비되고, 혈액 내 혈당 수준이 높을 때 분비된다./인슐린은 혈당수준을 높이는 역할을 한다./인슐린은 췌장 랑게르한섬의 베타세포에서 분비되고, 혈액 내 혈당수준이 낮을때 분비된다.

Q. 과잉섭취 시 태아기형, 피부변화와 뼈의 통증 등의 중독증을 보이는 비타민은?

A. 비타민 A

Q. 상피세포 안팎의 농도 기울기에 의한 흡수로서 운반체가 있고 지질, 수용성,지용성비타민 등 대부분의 무기질 흡수는 단순확산에 의해 일어난다.

A.O

Q. 소장에서 포도당의 흡수속도는 체중1kg 당 1시간에 몇 g인가?

A. 1.0

1. 침샘에는 침샘에는 3가지가 있다. 이하선이라고 하는 귀밑샘, 설하선 이라고 하는 혀밑샘, 악하선이라고 하는 턱밑샘이 있다. 보통 침샘을 통해서 나오는 침의 양이 하루 1리터 정도 귀 밑샘에서 프티알린이라고 하는 알파아밀로오즈가 나온다.

답 : X

2. 관상동맥경화가 생기면 심장 근육은 산소와 영양소를 공급받지 못하고 심근 국소 빈혈 상태가 되는데, 이때 가슴 통증을 유발하는 증상을 무엇이라 하는가?

답 : 협심증

3. 비만과 관련된 질환에 관한 내용이 다른 것을 모두 고르시오.

답 : 비만의 경우 유방암의 발병률이 7% 높아진다. 비만의 경우 관절염의 발병률이 30% 높아진다.

4. 식품구성 자전거에서 앞바퀴가 나타내는 것은 운동의 중요성이다.

답 : X

5. 당뇨병과 영양의 내용 중 옳지 않은 것을 모두 고르시오.

당뇨병은 인체의 혈당을 조절하는 인슐린의 분비가 감소되거나 조직에서 인슐린의 작용이 증가되어 체내의 당이 에너지로 이용되지 못하고 고혈당과 요당을 나타내는 만성 대사 질환이다. 소아형 당뇨병은 환자의 비율이 90~95%이고, 유전적 요인에 의해서 생기며 주로 유년기에 발생한다. 성인형 당뇨병은 환자의 비율이 5~10%이고, 연령과 비만, 운동부족 등이 위험 요인이다.

Q. 유도지질을 모두 고르시오

A. 지방산, 스테로이드, 고급알코올

Q. DNA합성에서 조효소 조혈작용을 하고 결핍 시 거대아구적 빈혈, 설염, 설사, 성상지연, 정신이상, 신경관 결손을 나타내는 비타민은?

A. folic acid

Q. 단백질 대사, 헤모글로빈 합성에서 조효소로 작용하고 결핍 시 두통, 부종, 경련, 피부박리를 일으키는 비타민은?

A. vitamin B6

Q. 비만과 질환에 대한 내용으로 옳은 것을 모두 고르시오.

A. 암에 의한 사망률이 1.5배 증가한다. 체중 10% 감량 시 관상동맥질환 발병률이 20% 감소한다.

Q. 식물성 기름에 많이 들어 있고 혈중 콜레스테롤 농도를 낮추어 주며 혈전 형성도 저하시키는 것으로 알려져 있는 물질은?

A. linolenic acid

21번) 주요 기능이 산-염기균형, 물의 균형, 신경전달에 관여하고, 결핍시 근육경련, 구토, 식욕감소, 현기증을 보이는 무기질은?

답: Na

22번) 십이지장에서 췌장액에 의한 소화가 아닌 것을 고르시오.

답: cellulases 분해작용

23번) 필수지방산의 종류가 아닌 것을 모두 고르시오.

답: oleic acid, stearic acid

24번) 에너지 생성 영양소의 과다 섭취 결과로 맞지 않은 것을 모두 고르시오

답: (복수정답) 단백질로부터 체내에서 생긴 암모니아는 요소로 전환되어 신장에 축적한다.

탄수화물은 글리코겐으로 합성하여 각각 간에 100g과 근육에 150g을 저장한다.

25번) 탄수화물의 주요기능을 모두 고르시오.

답: (복수정답) 모든 번호 다 정답.(식이섬유 기능,지방합성과 지방대사 조절, 에너지원, 항케톤체 생성 효과, 단백질 절약작용)

6. 5가지 컬러식품 중 간세포 재생과 폐에 좋은 음식을 모두 고르시오

A 브로콜리, 오이, 시래기, 쑥갓

7. 식품군에 따라서 식품구성자전거의 면적 비율이 다른이유를 모두 고르시오

A 식품양의 중요성, 식품의 섭취정도

8. 1일 열량 권장량이 2,600kcal일때 650kcal 섭취량을 줄여서 한달에 감량할수있는 체중은?

A 2.5

9. 당뇨병 환자들이 먹을수있는 식품들을 모두 고르시오

A 샐러리, 다시마, 미역, 양배추

Q.엽산대사, 신경기능 대사에서 조효소로 작용하고 결핍 시 악성빈혈, 신경기능 장애를 일으키는 비타민은?

A. vitamin B12

Q.당뇨병과 관련 질환 중 급성합병증이 아닌 것을 모두 고르시오.

A.당뇨병성 신경장애/ 당뇨병성 망막증/신장의 합병증

Q.혈중 콜레스테롤과 지질수준을 조절하기 위한 식이요법이 아닌 것을 모두 고르시오.

A.포화지방산 섭취량 증가/콜레스테롤 섭취량을 1일 200mg 이하로 제한한다.

Q.인슐린 호르몬의 기능이 아닌 것을 모두 고르시오.

A. 근육의 포도당 이용을 억제한다./간의 포도당 신생합성을 촉진한다.

10. 한국인 영양섭취 기준의 내용이 아닌것을 모두 고르시오

A. 권장섭취량은 평균필요량에 표준편차 2배를 감하여 정한 값이다.

상한섭취량은 인체건강에 유해영향이 나타나지 않는 최소 영양소 섭취수준이다

평균섭취치량은 대상 집단의 필요량 분포치 중앙값으로부터 산출한 수치이다.

Q. 다당류를 구성하는 것을 모두 고르시오

A. 글리코젠, 전분

Q. 입안과 식도 사이에 있는 소화기관으로 공기와 음식물이 통과하는 통로를 식도라고 한다.

A. X

Q. 불포화지방산의 종류가 아닌 것을 모두 고르시오

A. stearic acid, arachidic acid

Q. 에너지 대사, 지방합성과 지방분해에서 조효소로 작용하고 결핍 시 손감각 이상, 피로, 두통, 구역질을 일으키는 비타민은?

A. pantothenic acid

Q. 체중 체크 방법 중 비만이 아닌 것을 모두 고르시오

A. 체격지수(BMI)의 계산법에서 20미만

체격지수(BMI)의 계산법에서 20이상에서 24이하