

5. 영양 및 식이관리 - 문제 1~20

5-1. 영양소 중 에너지를 주는 주요 성분은?

- A. 비타민
- B. 무기질
- C. 탄수화물
- D. 섬유질

정답: C

5-2. 고단백 식사가 필요한 대상자는?

- A. 고혈압 환자
- B. 수술 후 회복 중인 환자
- C. 간 기능 저하자
- D. 감기 환자

정답: B

5-3. 수분 섭취가 필요한 이유로 가장 적절한 것은?

- A. 공복감 해소
- B. 체온 조절 및 대사 작용
- C. 혈압 상승
- D. 피부 미백

정답: B

5-4. 고혈압 환자의 식이요법으로 적절한 것은?

- A. 짠 음식 섭취 권장
- B. 염분 제한
- C. 당 섭취 증가
- D. 고지방 식이

정답: B

5-5. 당뇨 환자의 식사 관리에서 가장 중요한 점은?

- A. 단백질 섭취 제한
- B. 규칙적인 식사와 당 섭취 조절
- C. 지방만 섭취
- D. 아침 식사 거르기

정답: B

5-6. 연하 곤란이 있는 노인의 식사 제공 시 주의사항은?

- A. 딱딱한 음식 제공
- B. 묽은 음식은 피한다
- C. 삼키기 쉬운 형태로 제공
- D. 수분을 줄인다

정답: C

5-7. 대상자가 음식을 잘 먹지 않을 경우 간병사의 올바른 태도는?

- A. 억지로 먹이기
- B. 식사를 중단시키기
- C. 식사 분위기를 편안하게 유도
- D. 차가운 음식 제공

정답: C

5-8. 변비 예방을 위한 식이요법은?

- A. 수분과 섬유질 섭취 증가
- B. 지방 위주 식사
- C. 고단백 식단
- D. 음식 섭취 제한

정답: A

5-9. 노인의 영양 상태를 확인할 수 있는 지표는?

- A. 혈압
- B. 체중 변화
- C. 시력
- D. 손톱 길이

정답: B

5-10. 식욕이 떨어진 대상자에게 도움이 되는 방법은?

- A. 식사 시간 단축
- B. 냉동 음식만 제공
- C. 좋아하는 음식을 적절히 반영
- D. 강제로 먹이기

정답: C

5-11. 식사 전 손 씻기가 중요한 이유는?

- A. 손이 차기 때문
- B. 감염 예방
- C. 냄새 제거
- D. 손이 지저분해 보이기 때문

정답: B

5-12. 대상자의 식사량이 줄었을 때 간병사의 대처는?

- A. 간식 제한
- B. 의료진에게 보고
- C. 무시하고 계속 식사 제공
- D. 식사 시간을 줄임

정답: B

5-13. 식사 중 기침이 잦은 대상자의 대처 방법은?

- A. 식사 속도 증가

- B. 음식 삼키기 강요
- C. 자세를 바르게 하고 천천히 먹게 함
- D. 식사 중단

정답: C

5-14. 대상자의 수분 섭취 권장을 위해 할 수 있는 행동은?

- A. 하루 한 번 물 제공
- B. 수시로 소량씩 물 권장
- C. 물 대신 커피 제공
- D. 수분 섭취 제한

정답: B

5-15. 고지혈증 환자에게 권장되는 식단은?

- A. 고지방 식사
- B. 식이섬유가 풍부한 식사
- C. 짠 음식
- D. 가공식품 위주

정답: B

5-16. 정맥주사 대신 경구로 영양 공급을 받는 방식은?

- A. 비경구 영양
- B. 경구 영양
- C. 주사 영양
- D. 혈액 투석

정답: B

5-17. 노인의 식사 보조 시 간병사가 피해야 할 행동은?

- A. 음식 섭취 유도
- B. 대화를 통해 편안한 분위기 제공
- C. 억지로 음식을 입에 넣음
- D. 식사 속도 조절

정답: C

5-18. 식사 도구 선택 시 고려할 사항은?

- A. 유행 디자인
- B. 사용자의 손 기능과 안전성
- C. 가격
- D. 식기의 무게

정답: B

5-19. 단백질이 풍부한 음식은?

- A. 사탕
- B. 고기, 달걀, 두부
- C. 콜라

D. 감자칩

정답: B

5-20. 노인의 식사 후 바로 눕는 것이 위험한 이유는?

A. 체온이 떨어짐

B. 위산 역류와 흡인성 폐렴 가능성

C. 눈이 침침해짐

D. 소화 속도 증가

정답: B