

**ТЕСТОВЫЙ КОНТРОЛЬ
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ
«Диетология»
Высшая категория**

1. Основные пищевые вещества:

- a) пищевые волокна
- b) минеральные вещества и витамины
- c) белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины

2. Незаменимые пищевые вещества:

- a) вещества, которые не образуются в организме
- b) вещества, которые образуются в организме в недостаточном количестве
- c) жиры, углеводы

3. Заменяемые пищевые вещества:

- a) белки
- b) жиры, углеводы
- c) некоторые жирные кислоты, витамины

4. Где начинается процесс пищеварения

- a) в желудке
- b) в полости рта
- c) в тонкой, толстой кишках

5. Рациональное питание это:

- a) полноценное питание здоровых людей с учетом их возраста
- b) полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, характера труда
- c) все перечисленное

6. Соотношение между белками, жирами и углеводами в норме (в среднем)

- a) 1:2:4
- b) 4:1:1
- c) 1:1:4

7. Содержание белков животного происхождения от общего количества белка

- a) 55%
- b) 50%
- c) 65%

8. Аминокислоты бывают:

- a) заменимые и незаменимые
- b) жирные
- c) непервариваемые

9. К незаменимым аминокислотам относятся:

- a) триптофан, лейцин, валин

- b) изолейцин, лизин, метионин, фенилаланин
- c) все перечисленное

10. Тепловая обработка

- a) ускоряет переваривание белков
- b) замедляет переваривание белков
- c) не влияет на пищеварение

11. Белковая недостаточность ведет к:

- a) атрофии мышц
- b) ухудшению функции печени, поджелудочной железы, эндокринной, кровеносной систем
- c) все перечисленное

12. Потребность в белках для взрослого человека (в сутки)

- a) 85-90 г
- b) 100 г
- c) 110 г

13. Наибольшее содержание белков:

- a) в сыре голландском
- b) в рисе
- c) в молоке

14. Жиры подразделяют на:

- a) насыщенные и ненасыщенные
- b) нейтральные и жироподобные вещества
- c) фосфолипиды и стеарины

15. Энергетическая ценность жиров (1г) при окислении:

- a) 10 ккал
- b) 9 ккал
- c) 6 ккал

16. Жиры:

- a) участвуют в обменных процессах
- b) входят в состав клеток и клеточных структур
- c) все перечисленное

17. Чем больше насыщенных жирных кислот, тем:

- a) выше температура плавления
- b) более длительное переваривание, меньшее усвоение
- c) все перечисленное

18. Молочные жиры являются источником

- a) витаминов А, Д, каротина
- b) витамина Е
- c) все перечисленное

19. Жиры могут образовываться из:

- a) углеводов и белков
- b) не заменяются
- c) витаминов

20. Продукты,источники жиров:

- a) масло, орехи грецкие, сыры
- b) сливки, сметана
- c) все перечисленное

21. Полиненасыщенные жирные кислоты это:

- a) лецитин
- b) холестерин
- c) арахидоновая, линоливая, линолиновая

22. К фосфолипидам относятся:

- a) лецитин
- b) холестерин
- c) все перечисленное

23. Лецитином богаты:

- a) сметана
- b) яйца, печень, икра
- c) творог жирный

24. Холестерин:

- a) регулирует проницаемость мембран клеток
- b) участвует в образовании жирных кислот гормонов половых желез, витамин Д в коже
- c) все перечисленное

25. Потребность жира в суточном рационе:

- a) 80-100 г
- b) 60-80 г
- c) 120 г

26. При истощении после тяжелых заболеваний количество жиров:

- a) увеличивают
- b) уменьшают
- c) не изменяется

27. Углеводы бывают:

- a) простые и сложные
- b) усвояемые и неусвояемые
- c) все перечисленное

28. Основные простые углеводы:

- a) глюкоза, галактоза, фруктоза, сахароза

- b) крахмал, гликоген
- c) все перечисленное

29. Полисахариды:

- a) глюкоза, сахароза
- b) крахмал, гликоген, клетчатка, пектин
- c) все перечисленное

30. При окислении 1 г углеводов образуется энергия:

- a) 4 ккал
- b) 9 ккал
- c) 10 ккал

31. Инсулины не требуются для усвоения:

- a) сахарозы
- b) фруктозы
- c) лактозы

32. Углеводы образуются в организме из:

- a) жиров
- b) белков
- c) всего перечисленного

33. Недостаток углеводов в организме приводит к:

- a) кетоацидозу
- b) нарушение жирового обмена
- c) нарушению белкового обмена

34. Избыточное потребление углеводов ведет к:

- a) истощению
- b) ожирению
- c) не влияет на обмен

35. К неусвояемым углеводам относятся:

- a) крахмал
- b) клетчатка, пектин
- c) гликоген

36. Источники клетчатки:

- a) отруби, фасоль, урюк
- b) круы: гречневая, перловая, ячневая, овсяные хлопья
- c) все перечисленное

37. Потребность в углеводах (для здоровых людей)

- a) 350 - 400 г
- b) 100 г
- c) 200 г

38. Витамины- это вещества, которые:

- a) не образуются в недостаточном количестве
- b) действуют на обмен веществ самостоятельно или в составе ферментов
- c) все перечисленное

39. Классификация витаминов:

- a) водорастворимые, жирорастворимые, витаминоподобные вещества
- b) A, B, C, Dd, E
- c) заменимые и незаменимые

40. Клиническая картинка авитоминоза С:

- a) рахит
- b) цинга
- c) все перечисленное

41. Главные источники витамина С:

- a) яйца, мясо
- b) молоко, творог
- c) овощи, фрукты, ягоды

42. Источники витамина А:

- a) печень говяжья, свиная
- b) масло сливочное, яйца
- c) все перечисленное

43. Источники витамина В:

- a) свинина, горох, фасоль, пшено
- b) печень говяжья, ячневая крупа, телятина
- c) все перечисленное

44. Значение минеральных веществ:

- a) построение тканей организма, особенно костей
- b) щелочное или кислотное действие
- c) все перечисленное

45. К макроэлементам относятся:

- a) железо, медь, цинк
- b) кальций, фосфор, магний, калий, натрий
- c) кобальт, йод

46. К микроэлементам относятся:

- a) калий, натрий
- b) железо, медь, марганец
- c) ванадий, никель, стронций, кремний

47. Роль железа:

- a) регулирует внутриклеточный межтканевой обмен

- b) для нормального кроветворения, тканевого дыхания
- c) участвует в образовании гормональной щитовидной железы

48. Продукты с большим содержанием железа (в 100 г)

- a) молоко, кефир
- b) апельсины, мандарины
- c) печень свиная, говяжья, язык говяжий

49. Значение кальция для организма:

- a) формирует костную ткань
- b) участвует в процессах возбудимости нервной ткани, сократимости мышц и свертывании крови
- c) все перечисленное

50. Роль магния для организма:

- a) активизирует ферменты углеводного и энергетического обмена
- b) участвует в костеформировании, нормализует возбудимость нервной системы и деятельности мышц сердца
- c) все перечисленное

51. Наиболее богаты магнием продукты:

- a) пшеничные отруби, орехи, сухофрукты, бобовые
- b) молоко, творог, колбасы
- c) картофель, капуста, томаты

52. Суточная потребность в натрии хлориде (поваренной соли) для взрослых:

- a) 10 - 15 г
- b) 5 - 7 г
- c) 3 - 5 г

53. Показания к назначению диеты №1:

- a) острый гепатит, острый холецистит
- b) язвенная болезнь желудка и 12 п.к. в стадии затухающего обострения, ремиссии
- c) острый нефрит

54. Энергетическая ценность рациона диеты №1

- a) 3 000 - 3 500 ккал
- b) 2 500 - 3 000 ккал
- c) 2 000 - 2 500 ккал

55. Диета №1. Запрещается:

- a) молоко цельное, сливки, сметана
- b) мясные, рыбные, грибные бульоны
- c) белокочанная капуста, шпинат, редис, лук, чеснок

56. Показания к назначению диеты №5:

- a) хронический гастрит, в стадии обострения

- b) острый гепатит, острый холецистит
- c) хронический холецистит, ЖКБ вне обострения

57. Энергетическая ценность диеты №8:

- a) 1 200 - 1 400 ккал
- b) 1 600 - 1 850 ккал
- c) 2 000 ккал

58. Характеристика диеты №8:

- a) ограничение свободной жидкости, поваренной соли
- b) увеличение содержания пищевых волокон
- c) все перечисленное

59. Диета №8. Запрещается:

- a) супы молочные, картофельные
- b) супы бобовые, с макаронными изделиями
- c) все перечисленное

60. Диета №9. Цель назначения:

- a) способствовать нормализации углеводного обмена
- b) способность нормализации жирового обмена
- c) способность нормализации белкового обмена

61. Диета №9. Исключаются:

- a) виноград, изюм, бананы
- b) яблоки, груши
- c) апельсины

62. Диета №10. Целевое назначение:

- a) способствовать улучшению кровообращения
- b) улучшение функции сердечно-сосудистой системы, печени, почек
- c) все перечисленное

63. В диете №10 повышено содержание:

- a) железа
- b) калия, магния
- c) минеральных веществ

64. Диета №10. Запрещается:

- a) свежий хлеб, изделия из здобного теста
- b) бульоны: мясные, рыбные, грибные, из бобовых
- c) все перечисленное

65. Диета №15. Исключаются:

- a) горчица, хрен
- b) жирные сорта мяса и рыбы
- c) все перечисленное

66. Что такое дезинсекция?

- a) комплекс мероприятий по борьбе с вредными насекомыми: мухами, тараканами, блохами, клопами и т.п.
- b) комплекс мероприятий по борьбе с грызунами

67. Мухи являются переносчиками:

- a) брюшного тифа, дизентерии
- b) туберкулеза, холеры
- c) всего перечисленного

68. Что такое дератизация?

- a) комплекс мероприятий по борьбе с вредными насекомыми: тараканами
- b) меры по борьбе с грызунами

69. Грызуны могут заражать пищевые продукты болезнетворными микробами:

- a) туляремии, сальмонеллеза
- b) брюшного тифа
- c) туберкулеза

70. Через употребление каких продуктов происходит пищевое отравление, вызванное сальмонеллезом

- a) мяса, мясные изделия
- b) яйца, молочные продукты
- c) все перечисленное

71. Признаки паратифозных отравлений:

- a) головная боль, озноб, иногда повышение t_0 тела
- b) тошнота, рвота, понос
- c) все перечисленное

72. В каких продуктах быстро размножаются стафилококки

- a) молоке, в кондитерских изделиях
- b) яйце, сыре, мясных продуктах
- c) во всех перечисленных

73. Признаки стафилококкового отравления:

- a) боль в эпигастрии, слабость, рвота, ослабление сердечной деятельности
- b) понос
- c) все перечисленное

74. В каких продуктах быстро развивается ботулинус?

- a) рыба, мясо, варенье, колбасы
- b) недостаточно стерилизованных консервах
- c) все перечисленное

75. Для предупреждения пищевых отравлений, вызванных кишечной палочкой, протеей необходимо:

- a) содержание рук в чистоте, отсутствие мух
- b) чистота помещений, инвентаря и оборудования столовых
- c) все перечисленное

76. Неотложная помощь при термических ожогах:

- a) сухая асептическая повязка
- b) борьба с шоком и интоксикацией
- c) все перечисленное

77. Помощь при показании в пищевод инородного тела во время еды (кость, плохо прожеванный кусок мяса)

- a) любые попытки протолкнуть инородное тело в желудок
- b) госпитализация в специальное лечебное учреждение экстренной помощи

78. Основными технологическими нормативными документами являются:

- a) «Картотека блюд лечебного и реанимационного питания»
- b) «Химический состав пшеничных продуктов»

79. Неотложные мероприятия при желудочном кровотечении:

- a) холод на область эпигастрии
- b) кусочки льда внутрь
- c) викасол, хлористый кальций
- d) промывание желудка

80. Желтуха развивается вследствие

- a) увеличения билирубина в крови
- b) потребления большого количества моркови
- c) при применении акрихина

81. Назовите достоверные признаки биологической смерти

- a) трупные пятна
- b) остановка дыхания
- c) остановка сердца и дыхания
- d) трупное окоченение

82. Группа риска при ВИЧ - инфекции:

- a) медицинские работники
- b) гомосексуалисты
- c) наркоманы
- d) проститутки

83. Длительность вирусносительства ВИЧ-инфекции может быть:

- a) не более 1 месяца
- b) несколько месяцев
- c) несколько лет
- d) пожизненно

84. Клиника стенокардии:

- a) давящая боль за грудиной
- b) повышения АД
- c) комплексная боль в области сердца и АД в норме или повышено

85. Неотложная помощь при коллапсе:

- a) кардиамин
- b) пентамин
- c) преднизолон
- d) лазикс

86. Неотложная помощь при обмороке:

- a) приподнятый головной конец
- b) приподнятый ножной конец
- c) нашатырный спирт

87. АД при коллапсе:

- a) падает
- b) повышается
- c) остается на нормальных цифрах

88. Неотложная помощь при гипогликемической коме:

- a) инсулин, O₂ - терапия, бикарбонат натрия, глюкоза 5%
- b) глюкоза 10%, 20%, 40%

89. Вывих нижней челюсти в домашних условиях:

- a) вправлю челюсть
- b) вызову скорую помощь

90. Неотложная помощь при носовом кровотечении

- a) запрокинуть голову больного назад, холод на переносицу, тампонада
- b) запрокинуть голову больного вперед, холод на переносицу, тампонада
- c) немедленно уложить больного на спину без подушки, холод на переносицу, тампонада

91. Электротравма - это:

- a) ожог, вызванный воздействием электрического тока
- b) повреждение организма электрическим током
- c) остановка дыхания и сердечной деятельности в результате воздействия электрического тока на физическое тело

92. Что необходимо предпринимать в первую очередь, оказывая помощь при ожоге I степени:

- a) обработать ожоговую поверхность 96% - м спиртовым раствором
- b) обработать обожженную поверхность холодной водой до онемения
- c) обработать обожженную поверхность стерильным тампоном

93. Для отека квинке характерно:

- a) гиперемия
- b) отек слизистой оболочки рта, век, губ
- c) отек конечностей
- d) зуд

94. Биологическая жидкость, наиболее опасная в эпидемиологическом отношении при ВИЧ-инфекции:

- a) моча
- b) слюна
- c) кровь
- d) сперма

95. Наибольшее количество вируса ВИЧ-инфекции находится в:

- a) крови
- b) грудном молоке
- c) сперме
- d) слизистой жидкости

96. Неотложная помощь при стенокардии:

- a) нитроглицерин
- b) горчичники на область сердца
- c) сердечные гликозиды
- d) гипотензивные

97. Характерные симптомы инфаркта миокарда:

- a) стенокардическая боль за грудиной более 30 минут
- b) головная боль, головокружение
- c) падение АД
- d) тошнота, рвота

98. Укажите максимальное время наложения артериального жгута:

- a) 30 минут - 1 час
- b) 1,5 - 2 часа
- c) 1,5 - 2 часа и при необходимости
- d) из 2 минут еще на 30

99. Питание - это:

- a) сложный процесс поступления переваривания, всасывания и усвоения в организме пищевых веществ
- b) потребление необходимого количества белка
- c) усвоение минеральных веществ и витаминов