

**ТЕСТОВЫЙ КОНТРОЛЬ
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ
«Гигиена питания»
Первая категория**

1. Принципами рационального питания являются:

- a) сбалансированность рациона в качественном отношении
- b) соблюдение режима питания
- c) достаточность в энергетическом отношении
- d) разнообразие пищевых продуктов
- e) воздействие на отдельный орган, а не на весь организм

2. Требования к рациональному питанию включают:

- a) качественную и количественную достаточность пищевых веществ
- b) соблюдение режима питания
- c) стереотипность питания
- d) разнообразие продуктов питания.
- e) усвояемость пищи

3. Под режимом питания понимают:

- a) кратность приемов пищи
- b) интервалы между приемами пищи
- c) качественное и количественное распределение продуктов по отдельным приемам
- d) длительность приема пищи
- e) адекватность питания

4. Методы определения суточных энергозатрат:

- a) прямая калориметрия
- b) респираторная калориметрия
- c) таблично-хронометражный
- d) калориметрический
- e) алиментарная энергометрия

5. К регулируемым энергетическим тратам человека относятся:

- a) расход энергии при бытовой деятельности
- b) расход энергии при производственной деятельности
- c) основной обмен
- d) расход энергии при занятии спортом
- e) расход энергии при умственном труде

6. Основной обмен зависит от:

- a) профессии
- b) возраста
- c) конституции тела
- d) климатических условий

е) национальных особенностей питания

7. Продолжительный положительный энергетический баланс лежит в основе следующего заболевания:

- а) алиментарной дистрофии
- б) квашиоркора
- в) маразма
- г) алиментарного ожирения
- д) тениидоза

8. При длительном отрицательном энергетическом балансе развивается:

- а) алиментарная дистрофия
- б) алиментарное ожирение
- в) подагра
- г) атеросклероз
- д) целлюлит

9. Специфически динамическое действие пищевых веществ - это:

- а) повышение расхода энергии в процессе трудовой деятельности
- б) понижение расхода энергии при умственном труде
- в) повышение расхода энергии при приеме пищевых веществ
- г) понижение расхода энергии при приеме пищевых веществ
- д) повышение основного обмена при приеме пищи в жарком климате

10. Калорический эквивалент 1г белков равен:

- а) 1 ккал
- б) 4 ккал
- в) 9 ккал
- г) 12 ккал
- д) 3,75 ккал

11. Калорический эквивалент 1 г углеводов равен:

- а) 1 ккал
- б) 4 ккал
- в) 9 ккал
- г) 12 ккал
- д) 3,75 ккал

12. Калорический эквивалент 1г жиров равен:

- а) 1 ккал
- б) 4 ккал
- в) 9 ккал
- г) 12 ккал
- д) 3,75 ккал

13. Незаменимыми аминокислотами являются:

- a) валин
- b) лейцин
- c) изолейцин
- d) триптофан
- e) цистин

14. Незаменимыми аминокислотами являются:

- a) лизин
- b) метионин
- c) тирозин
- d) фенилаланин
- e) треонин

15. Роль жиров в питании человека:

- a) энергетическая
- b) Пластическая
- c) терморегуляторная
- d) генетическая
- e) защитная

16. Основным источником ПНЖК являются:

- a) бараний жир
- b) говяжий жир
- c) растительные масла
- d) кулинарный жир
- e) сливочное масло

17. Источники витамина С:

- a) овощи
- b) фрукты
- c) ягоды
- d) хвоя
- e) печень

18. Источники витамина А:

- a) печень
- b) масло сливочное
- c) масло растительное
- d) сметана
- e) яйцо куриное

19. Источники витамина Д:

- a) хлеб
- b) мясо
- c) печень трески

- d) овощи
- e) фрукты

20. Суточная потребность в аскорбиновой кислоте у взрослого человека составляет:

- a) 2-3г
- b) 500-1000мг
- c) 70-100мг
- d) 20-30мг
- e) 1-2мг

21. Суточная норма потребления-ретинола:

- a) 1мг
- b) 1мкг
- c) 1г
- d) 1мг%
- e) 1МЕ

22. Ангулярный стоматит - симптом дефицита витамина:

- a) рибофлавина
- b) никотиновой кислоты
- c) пантотеновой кислоты
- d) пиридоксина
- e) тиамина

23. Основными источниками витаминов группы В являются:

- a) хлеб
- b) молоко
- c) масло сливочное
- d) крупы
- e) дрожжи

24. Хлеб является продуктом:

- a) белково-углеводным
- b) углеводно-жировым
- c) углеводно-белковым
- d) белково-углеводно-жировым
- e) белково-жировым

25. Молоко является продуктом:

- a) белково-углеводным
- b) белково-жировым
- c) углеводно-жировым
- d) белково-углеводно-жировым
- e) углеводным

26. Мясо является продуктом:

- a) белково-жировым
- b) белковым
- c) жировым
- d) углеводным
- e) белково-углеводно-жировым

27. Наиболее богат линолевой кислотой следующий продукт:

- a) растительное масло
- b) сало свиное
- c) гусиный жир
- d) бараний жир
- e) говяжий жир

28. Методами определения доброкачественности хлеба являются:

- a) органолептические пробы
- b) проба Андриевского
- c) проба на пористость
- d) проба на кислотность
- e) определение влажности

29. Показателями доброкачественности молока является:

- a) витаминизированность
- b) плотность
- c) жирность
- d) кислотность
- e) органолептические свойства

30. Плотность молока определяется:

- a) бутирометром
- b) лактоденсиметром
- c) реометром
- d) pH - метром
- e) жиροмером

31. Доброкачественность мяса определяется с помощью:

- a) органолептических проб
- b) пробы Андриевского
- c) определения степени жирности
- d) реакции с серо-кислой медью в бульоне
- e) органолептических исследований

32. Суточная норма потребления кальция:

- a) 1000мг
- b) 800мг

- c) 2000мг
- d) 10-15мг
- e) 1-2г

33. Наиболее благоприятное соотношение Са и Р находится в следующем продукте:

- a) мясо
- b) творог
- c) крупа гречневая
- d) бобовые
- e) хлеб

34. Укажите продукты содержащие железо:

- a) черноплодная рябина
- b) яблоки
- c) грибы белые
- d) субпродукты
- e) крупы

35. В каком блюде больше сохранилось витамина С ?:

- a) картофельное пюре
- b) картофель тушеный
- c) суп картофельный
- d) картофель вареный в кожуре
- e) картофель жареный

36. Через молоко человеку могут передаваться следующие болезни:

- a) ящур
- b) аденовирусные инфекции
- c) кишечные инфекции
- d) бруцеллез
- e) стафилококковые инфекции

37. Рыба может явиться причиной возникновения следующих заболеваний:

- a) энтеробиоза
- b) финноза
- c) описторхоза
- d) эхинококкоза
- e) трихинеллеза

38. К пищевым отравлениям относятся заболевания, вызванные:

- a) случайным употреблением лекарственных веществ
- b) преднамеренным употреблением пищи, содержащей токсические вещества
- c) алкогольным опьянением
- d) употреблением пищи, обсемененной микроорганизмами или содержащей токсические вещества органической или неорганической природы

е) все вышеперечисленные отравления вместе

39. Пищевые отравления немикробной природы вызываются:

- а) ядовитыми грибами
- б) "пьяным хлебом"
- в) пестицидами
- г) соланином
- е) примесями солей тяжелых металлов

40. Эрготизм - заболевание, развивающееся после употребления изделий из зерна:

- а) перезимовавшего в поле и зараженного грибами рода *Fusarium*
- б) содержащего алкалоиды спорыньи
- в) зараженного грибами рода *Aspergillus*
- г) зараженного грибами рода *Penicillium*
- е) содержащего амигдалин

41. Пищевая токсикоинфекция вызывается:

- а) солями тяжелых металлов
- б) грибами рода *Aspergillus*
- в) микроорганизмами группы *Proteus*
- г) ядовитыми грибами
- е) пестицидами

42. Тенидоз - заболевание, возникающее у людей, употребляющих в пищу:

- а) рыбу, пораженную гельминтом
- б) мясо, пораженное личиночными формами круглого гельминта
- в) мясо, пораженное личиночными формами ленточного гельминта
- г) мясо, пораженное личиночными формами гельминта
- е) мясо, пораженное гельминтом

43. Трихинеллез - заболевание может возникнуть при употреблении:

- а) рыбы
- б) баранины
- в) говядины
- г) мяса птицы
- е) свиного мяса

44. Диплопия, дисфагия, дизартрия, дисфония - являются синдромами следующего пищевого отравления:

- а) афлотоксикоза
- б) ботулизма
- в) микотоксикоза
- г) микстов
- е) токсикоинфекции

45. Врач по лечебному делу, к которому обратился пострадавший от пищевого отравления, обязан:

- a) оказать экстренную медицинскую помощь
- b) изъять остатки подозрительной пищи
- c) собрать рвотные, каловые массы, промывные воды желудка
- d) провести серологические реакции
- e) послать экстренное извещение о пищевом отравлении в СЭС

46. Принципами лечебного питания являются:

- a) воздействие пищевого рациона на весь организм в целом
- b) воздействие пищевого рациона только на больной организм
- c) динамичность применения диет
- d) тренировка пораженного органа
- e) сочетание с другими методами лечения

47. Организацию питания в ЛПУ осуществляют:

- a) главный врач
- b) дежурный врач
- c) врач-диетолог
- d) диетсестра
- e) шеф-повар

48. Контроль за питанием в ЛПУ проводит:

- a) главный врач
- b) шеф-повар
- c) дежурный врач
- d) диетсестра
- e) лечащий врач

49. К лечебно-профилактическому питанию относятся:

- a) диеты
- b) витаминные препараты
- c) молоко, молочнокислые продукты
- d) лечебно-профилактические рационы
- e) пектин содержащие продукты

50. В обязательном порядке на пищеблоке в лечебных учреждениях дезинфекции должна подвергаться:

- a) кухонная посуда
- b) колода для разрубки мяса
- c) разделочные доски
- d) столовая посуда
- e) части кухонных машин