

# 臺北醫學大學 92 學年度第 1 學期期末考試 試題

| 系級 | 科目    | 授課教師 | 考試日期        | 學號 | 姓名 |
|----|-------|------|-------------|----|----|
| 公三 | 社區營養學 | 洪清霖  | 93年1月8日 第1節 |    |    |

請注意本試題共 3 張。如發現頁數不足及空白頁或缺印，應當場請求補齊，否則缺少部份概以零分計。  
 每張試題卷務必填寫(學號)、(姓名)。 試場： 2205 Happy New Year 2004

選擇題： [ ea. 2 %, Total 100% ]

- ( ) 1. 以下何者不能用以評估去脂體重(Lean Body Mass) ?  
 (1) 體重內鉀含量 (2) 尿中肌酸酐(Creatinine)排出量  
 (3) 尿中黃尿酸(Xanthurenic Acid)排出量 (4) 肌酸酐身高指數(Creatinine Height Index)
- ( ) 2. 根據第一次全國營養調查之結果,若以身體質量指數(BMI)大於 26.4 作為肥胖之切點,則台灣地區 19 歲以上成人肥胖的比率約為:  
 (1) 10% (2) 15% (3) 20% (4) 25%
- ( ) 3. 痛風是因為何者代謝之異常: (1) 脂肪 (2) 尿酸 (3) 普林 (4) 醣類
- ( ) 4. 以 body wt/Height/Age, 腰臀比(W/H), 肩胛上: 臂皮下脂肪厚度比(SSP/TSP) 肥胖指數(BMI)等 4 個比值, 當作肥胖指數時, 哪個指標和膽固醇, 血糖的血清生化值相關性最好?  
 (1) body wt/Height/Age (2) W/H (3) SSP/TSP (4) BMI
- ( ) 5. 行政院衛生署八十四年修訂之每日飲食指南時, 曾將哪一類食品由原來的五大類食品中獨立出來成為一大類?  
 (1) 油脂類 (2) 奶類 (3) 根莖澱粉類 (4) 豆類。
- ( ) 6. 社區營養教育計劃的主要目的應該是:  
 (1) 解釋良好營養的則 (2) 改變人們對營養的想法  
 (3) 改變行為已達到較好的營養習慣 (4) 解釋建立良好飲食習慣的結果
- ( ) 7. 下列何者為非 24 小時飲食回顧法之優點:  
 (1) 可得到個人飲食狀況之資料。 (2) 熱能營養素百分比資料應正確可信。  
 (3) 詢問所花費時間不長, 民眾配合度較高。 (4) 各分組人群之平均營養素攝取量, 應頗具代表性。  
 (5) 屬個人飲食回憶, 準確性高, 不須藉效度研究調整估計值。
- ( ) 8. 國人膳食營養素參考攝取量包含了那幾種?  
 (1) 建議攝取量 (2) 足夠攝取量 (3) 平均需要量 (4) 上限攝取量
- ( ) 9. 鈣/磷比值建議攝取量為:  
 (1) 1 (2) 2 (3) 3 (4) 4 (5) 5
- ( ) 10. 教育民眾養成攝取抗氧化維生素含量高的飲食習慣, 藉以防止癌症、血管硬化疾病的發生, 是為幾級預防?  
 (1) 初級預防 (2) 二級預防 (3) 三級預防 (4) 四級預防
- ( ) 11. 關於每日營養素建議量表(RDNA)之訂定下列何者不是區分標準?  
 (1) 年齡 (2) 性別 (3) 體重 (4) 特殊生理狀況
- ( ) 12. 行政院衛生署所訂每日飲食指南所呈現的圖形為:  
 (1) 金字塔 (2) 梅花 (3) 寶塔 (4) 星形
- ( ) 13. 行政院衛生署所定的國人每日營養素建議攝取量(recommended daily nutrient allowances, RDNA)指的是每人每天各種營養素應滿足:  
 (1) 最低需要量 (2) 最高需要量 (3) 符合 97%至 98%國人的需要量 (4) 符合 50%國人的需要量
- ( ) 14. 下列那些食物成份與自由基的產生而致癌頗有關? [複選]  
 1] 多不飽和脂肪酸 PUFA. 2] 魚油中的 EPA / DHA.  
 3] 飽和脂肪酸 SFA. 4] 過氧化物 Superoxides.  
 (1) 12 (2) 13 (3) 14 (4) 123 (5) 234
- ( ) 15. 我國每日飲食指南中建議國人每日應攝取多少五穀根莖類?  
 (1) 3~6 碗 (2) 3~6 份 (3) 8~10 碗 (4) 8~10 份
- ( ) 16. 在探討食物營養攝取與疾病相關性時, 下列何種疾病比率在病因探討上最能提供準確的資訊?  
 (1) 盛行率 (2) 發生率 (3) 死亡率 (4) 成長率
- ( ) 17. 下列為行政院衛生署所公佈與肥胖相關之重要工作, 何者為非?  
 (1) 研訂兒童與青少年肥胖指標及體重控制原則 (2) 研訂成年人肥胖指標及體重控制原則  
 (3) 推動塑身業者大改革 (4) 推動正確的減肥方法
- ( ) 18. 下列哪一種飲食評估方法之敘述最為正確?  
 (1) 飲食攝取頻率法(Food frequency)能正確的評估一人營養素的攝取量 (2) 24 小時回憶法(24-hour recall)的再現性最好  
 (3) 飲食攝取紀錄法(Diet record)可以瞭解某種特殊營養素與疾病之關係  
 (4) 飲食稱重盤存紀錄法(Food inventory record)是測量營養素消費情形 最好的方法
- ( ) 19. 下列何者不屬於體位測量(anthropometric measurement)?  
 (1) 測量身高、體重 (2) 測量各部位皮下脂肪厚度 (3) 測量體脂組成比 (4) 測量骨質密度
- ( ) 20. 一般營養體位調查最常用來測定皮脂厚度的部位是:  
 (1) 肱二頭肌 (2) 三頭肌 (3) 腹部 (4) 肩胛骨下方 (5) 腰部
- ( ) 21. "國人膳食營養素參考攝取量"是指:  
 (1) RDAs (2) RDNI (3) RDNA (4) RDIs

# 臺北醫學大學 92 學年度第 1 學期期末考試 試題

| 系級 | 科目    | 授課教師 | 考試日期        | 學號 | 姓名 |
|----|-------|------|-------------|----|----|
| 公三 | 社區營養學 | 洪清霖  | 93年1月8日 第1節 |    |    |

請注意本試題共 3 張。如發現頁數不足及空白頁或缺印，應當場請求補齊，否則缺少部份概以零分計。

每張試題卷務必填寫(學號)、(姓名)。 試場： 2205

- ( ) 22. 下述的防癌營養保健作為「何者為誤」？ [複選]
- 1) 熱量攝取不需限制
  - 2) 肉魚食時注意蔬果的攝取
  - 3) 適當的蛋白攝取
  - 4) 增加穀類的攝食
  - 5) 提高不飽和脂肪酸的攝取
- ( ) 23. 西洋的飲食方式，容易得到何種癌症？
- (1) 口腔癌
  - (2) 食道癌
  - (3) 肝癌
  - (4) 胃癌
  - (5) 結腸癌
- ( ) 24. 美國心臟學會建議每人每日所進食的膽固醇不應超過多少毫克？
- (1) 100
  - (2) 200
  - (3) 300
  - (4) 400
  - (5) 500
- ( ) 25. 飲食攝取狀況是營養評估中很重要的環，方法也很多。下列哪一項飲食調查是只能定性，不能定量？
- (1) 二十四小時回憶法
  - (2) 飲食記錄法
  - (3) 食物頻率法
  - (4) 食物盤存法
  - (5) 飲食史
- ( ) 26. 高脂肪、高膽固醇的飲食會引發下列何種疾病？
- (1) 感冒
  - (2) 烏腳病
  - (3) 骨質疏鬆
  - (4) 痲瘋症
  - (5) 血管粥狀硬化
- ( ) 27. 時下青春期少女處在營養邊緣狀態的首要原因是：
- (1) 代謝速率增加
  - (2) 渴望苗條
  - (3) 食物不拘
  - (4) 過度活動
- ( ) 28. 行政院衛生署對懷孕婦女之建議，不包括下面哪一項：
- (1) 第一期不增加熱量攝取
  - (2) 第二期需增加鈣的攝取
  - (3) 第二期每日增加 6 公克蛋白質
  - (4) 葉酸攝取量增加
- ( ) 29. 我國行政院衛生署制定國人飲食指標中，建議的 蛋白質：醣類：脂肪之分配比例是：
- (1) 12：63：25
  - (2) 20：55：25
  - (3) 8：62：30
  - (4) 20：60：20
- ( ) 30. 下列何者不是以個人為對象的飲食調查法？
- (1) 二十四小時回憶法 (24-hour recall)
  - (2) 食物消費頻率調查 (food frequency questionnaires)
  - (3) 飲食往歷調查 (dietary history)
  - (4) 食物秤重盤存法 (food inventory method)
  - (5) 飲食日記或記錄 (food diary or record)
- ( ) 31. 以下的英文名詞解釋敘述何者為非？
- (1) RDA：建議攝取量值，指可以滿足 97~98% 的健康人群每天所需的營養素量。
  - (2) Dietary Recall：飲食回憶法，最常使用的方法為二十四小時回憶法。
  - (3) Tolerable Upper Intake Levels：上限攝取量，對於絕大多數人會引發危害風險的營養素攝取最高限量。
  - (4) Dietary Guidelines：飲食指標，以特定人群為對象，為其提供具體可行的原則，以協助其利用日常可獲得之食物來源來達成其營養目標。
  - (5) Food Weighing：食物秤稱法，通常做三天。
- ( ) 32. 下列為常發生於兒童飲食的相關問題，其中何者除外？
- (1) 厭食症
  - (2) 肥胖
  - (3) 鐵缺乏貧血
  - (4) 高膽固醇
- ( ) 33. 下列衛生署 1993-1996 國民營養健康狀況變遷調查之重點結果中，下列何者為誤？
- (1) 衛生署委請中研院生物醫學科學研究所執行
  - (2) 19-64 歲之男性肥胖比率為 14.6%
  - (3) 19-64 歲之女性肥胖比率為 15.8%
  - (4) 鈣質的平均攝取量尚未達到國人營養素建議量
  - (5) 國人在脂肪及醣類之攝取量偏高
- ( ) 34. 下列有關胺基酸的敘述何者為錯誤？
- (1) 所有的蛋白質都是由胺基酸構成的
  - (2) 一般而言動物性蛋白質比植物性蛋白質含必須胺基酸的量較多
  - (3) 精胺酸(Arginine)和離胺酸(Lysine)是鹼性胺基酸
  - (4) 酪氨酸(Tyrosine)和色胺酸(tryptophan)是必須胺基酸
  - (5) 半胱胺酸(cysteine)和甲硫胺酸(methionine)是含硫胺基酸
- ( ) 35. 中華民國營養學會公共衛生營養委員會目前討論 7 個主題為建構 21 世紀國家營養政策走向，其中不包括？
- (1) 近年來我國營養政策沿革
  - (2) 各國營養政策相關法案回顧
  - (3) 國民營養需要量
  - (4) 我國營養政策現況
  - (5) 國家政策法規 v.s 社會認知需
- ( ) 36. 請問下列何者是衛生署食品衛生處的網址？
- (1) (2) (3) www.doh.gov.tw
  - (4) www.fda.gov.tw (5)
- ( ) 37. BMI 英文全名為何及其如何計算？
- (1) Body mass index BMI = 體重 (kg) / 身高 (cm)<sup>2</sup>
  - (2) Body max index BMI = 體重 (kg) / 身高 (m<sup>2</sup>)
  - (3) Body mass index BMI = 體重 (kg) / 身高 (m)
  - (4) Buty mass index BMI = 體重 (kg) / 身高 (cm)

# 臺北醫學大學 92 學年度第 1 學期期末考試 試題

| 系級 | 科目    | 授課教師 | 考試日期               | 學號 | 姓名 |
|----|-------|------|--------------------|----|----|
| 公三 | 社區營養學 | 洪清霖  | 93 年 1 月 8 日 第 1 節 |    |    |

請注意本試題共 3 張。如發現頁數不足及空白頁或缺印，應當場請求補齊，否則缺少部份概以零分計。

每張試題卷務必填寫(學號)、(姓名)。 試場： 2205

- ( ) 38. 下列何者非為中華民國營養學會之任務？
- (1) 辦理相關食品科學之學術活動 (2) 舉辦營養科學相關學術研討會  
 (3) 綜合國內外營養科學資料供政府、學術界及業界參考  
 (4) 發行營養相關刊物，目前有中華民國營養學會會誌及會員通訊  
 (5) 提倡營養科學之擴大研究與實踐
- ( ) 39. 下列何者為非防癌的法則？
- (1) 均衡飲食 (2) 喝酒適量就好 (3) 燒焦的東西不要吃 (4) 曬太陽有益健康，可以毫無顧忌的多曬  
 (5) 注意維生素及纖維素的攝取
- ( ) 40. 每日膽固醇攝取量不應超過多少？
- (1) 100 (2) 200 (3) 300 (4) 400 (5) 500
- ( ) 41. 蛋白質攝取過多會造成哪個器官的負荷
- (1) 心臟 (2) 肝臟 (3) 胰臟 (4) 腎臟
- ( ) 42. 脂肪過量攝取和哪種癌症有關？
- (1) 乳癌 (2) 肺癌 (3) 鼻咽癌 (4) 胃癌 (5) 腦癌
- ( ) 43. 青少年跟停經前婦女因為生長跟月經的關係需要攝取比每日建議攝取量更高的礦物質為何，請從下列五個選項中選出最恰當的一個：
- (1) 鈣 (2) 鎂 (3) 鈣 (4) 鋅 (5) 鐵
- ( ) 44. 國人的正常 BMI 範圍應為：
- (1) 21-23 (2) 22-24 (3) 23-25 (4) 24-26 (5) 25-28
- ( ) 45. 根據我國的飲食指南，水果和蔬菜一天宜攝取多少分量？
- (1) 2 個和 3 碟 (2) 1 個和 2 碟 (3) 3 個和 1 碟 (4) 2 個和 1 碟
- ( ) 46. 飯後應避免喝濃茶或咖啡，因為會影響到\_\_\_\_\_的吸收？
- (1) P、Cl (2) Ca、Fe (3) F、Zn (4) Na、K (5) Cu、I
- ( ) 47. 常食用含有硝酸鹽類的食物，如火腿、香腸、熱狗等，容易造成哪種癌症？
- (1) 胃癌 (2) 肝癌 (3) 口腔癌 (4) 肺癌 (5) 膽囊癌
- ( ) 48. 下列何者是測量營養素攝取情形最好的方法？
- (1) 估計食物攝取紀錄 (2) 食物盤存紀錄法 (3) 二十四小時回憶法
- ( ) 49. 下列哪一個名詞是：在致癌物尚未被小腸分解吸收前先中和、清除自由基？
- (1) neoplastic (2) preneoplastic (3) Desmutagens (4) methylation (5) bio-antimutagens
- ( ) 50. 何種營養素缺乏時，較少有口角炎及舌炎的症狀？
- (1) 葉酸 (2) 維生素 B1 (3) 維生素 B2 (4) 維生素 B6 (5) 菸鹼酸