

私立臺北醫學大學 90 學年度第 一 學期 ~~期中~~ 考試 (命) 題紙

系級	科目	授課教師	考試日期	學號	姓名
保二	營養學	謝明哲	91年1月17日第3節		

※①請注意本試題共 三 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。
 ②每張試題卷務必填寫(學號)、(姓名)。

I、填充題

1. 大卡為熱量單位，其英文簡寫為 _____；另一熱量單位為仟卡，其英文縮寫名為 _____。

2. 1000 大卡 = 1000 仟卡 = _____ 仟焦耳(kj)

3. 寫出下列三大熱量營養素的各種熱量值

	大卡/克		
	醣類	脂質	蛋白質
燃燒值	_____	_____	_____
可消化熱量值	_____	_____	_____
可代謝熱量值	_____	_____	_____

4. 基礎代謝率(量)以體重為計時，為 $BMR = \text{_____} \times \text{體重}^{3/4}$

5. 成年女性基礎代謝率另一精確估算法為

$$BMR = 65.8 \times W^{3/4} [1 + 0.004(30-a) + 0.018(S-42.1)]$$

式中 0.004 之表示含意為 _____

S 係表示 _____

6. 攝食生熱效應之估計方法，通常以 _____ 和 _____ 二項和的 _____ % 為計。

7. 身體質量指數簡寫為 BMI，其全名為 _____，

$$BMI = \frac{\text{_____}}{\text{_____}}, \text{ 成人 BMI 的理想值為 } \text{_____},$$

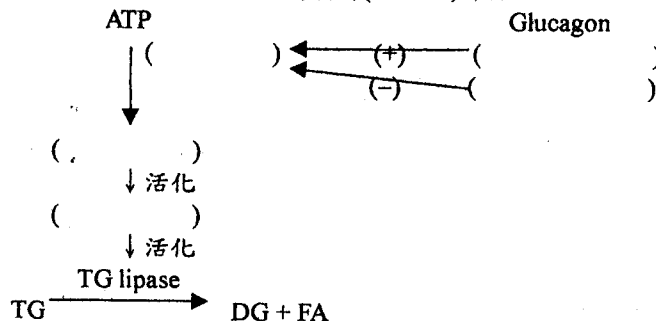
所以一個 160 公分身高的成年男性，其理想體重為 _____ 公斤。

8. 某人若身高 170 公分，體重 80 公斤，則其 BMI 值為 _____，較理想值約多 _____ %。

9. 某人若身高 160 公分，體重 70 公斤，則其體重較理想體重約多 _____ %。

10. 人體 1 公斤體脂肪組織，約代表相當 _____ 大卡的熱量蓄積。

11. 下列為減肥的生化過程，請填寫() 部份。



私立臺北醫學大學 90 學年度第 一 學期 ~~期中~~ 考試 (試) 命題紙

系級	科目	授課教師	考試日期	學號	姓名
保二	營養學	謝明哲	91年1月17日第3節		

※①請注意本試題共三張。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。
 ②每張試題卷務必填寫(學號)、(姓名)。

12. 減肥除控制飲食外，可搭配喝茶、咖啡，乃利用茶中_____及咖啡中之_____等_____可抑制_____ (酵素)之活性，抑制_____代謝為_____而不利於減肥。
13. 減肥期間搭配運動，乃有助於_____為心臟_____及_____所利用。
14. 減肥期間，TG 的主要分解產物—_____部份可在 Liver 中代謝為_____，供_____和_____細胞利用。
15. Sleep 會降低一個人 BMR，故若一個人之 BMR 為 1200 大卡，今 Sleep 8 小時，則其 BMR 會減少_____大卡。
16. 身體發燒會提升一個人 BMR，故若一個人之 BMR 為 1200 大卡，今因發燒而使體溫上升 2°C，則其 BMR 會暫時提升為_____大卡。
17. 影響一個人 BMR 最主要的二大內分泌腺為_____和_____。
18. 男性之 BMR 恆多於女性，乃因_____之故。
19. 一個人之 BMR 會隨年齡增加而減少，乃因_____之故也。
20. 市售羅氏鮮減肥藥之被核准販售，乃利用其_____之作用原理之故。

II、簡答題

1. Vitamin 最先是取自那二個字的合併縮寫衍變而成。(2%)
2. Vitamins 在人體代謝過程中主要是作為(構成)什麼角色，協助生化代謝。(2%)
3. 寫出除了 Vit B₁、B₂、B₆及 B₁₂外的其他四種維生素 B。(4%)
4. Vit B complex 中那幾種之功用主要與熱量代謝有關?(5%)

私立臺北醫學大學 90 學年度第 一 學期 期中 考試 (試) 命題紙

系 級	科 目	授 課 教 師	考 試 日 期	學 號	姓 名
保二	營養學	謝明哲	91年1月17日第3節		

※①請注意本試題共 三 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。
 ②每張試題卷務必填寫(學號)、(姓名)。

5. 解釋 Vitamer 和 Avitaminosis 的定義。(4%)

6. 寫出 Vit A 的常見三種英文別名。(3%)

7. 已知一 Diet 中經分析含 500 μg 的視網醛、1800 μg β -carotene 及 120 μg α -carotene，試求計其 R.E. 值。(4%)

8. 一膳食經時物成分表計算出其含視網醇 1665 IU 及 200 IU 的 β -carotene，試求其 R.E 值。(4%)

9. 說明 Vit A 在維持眼睛於昏暗光線下能視清景物的作用原理。(6%)

10. 說明 Vit A 在維持上皮組織的正常型態和機能的作用原理。(6%)

11. 晚上飲酒開車易發生意外，請以影響 Vit A 代謝的觀點說明其理由。(6%)