

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

系 級	科 目	授 課 教 師	考 試 日 期	學 號	姓 名
保一	營養學導論	謝明哲	91年1月15日第3節		

※①請注意本試題共 5 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)。

選擇題 (30%)

- ( ) 1. 下列何種脂肪酸為必需脂肪酸?  
 A. 油酸                      B. 花生油烯酸                      C. 亞麻油酸                      D. 次亞麻油酸  
 1) A+B                      2) B+C                      3) C+D                      4) A+D
- ( ) 2. 深海鮭魚油中富含那二種脂肪酸  
 A. 亞麻油酸                      B. 油酸                      C. 二十碳五烯酸                      D. 二十二碳六烯酸  
 1) A+B                      2) B+C                      3) C+D                      4) A+D
- ( ) 3. 主要供為身體熱能的食物  
 1) 五穀類、奶類                      2) 肉魚豆蛋類、奶類  
 3) 蔬菜類、水果類                      4) 五穀類、油脂類
- ( ) 4. 主要在作為調節生理機能的營養素  
 1) 蛋白質、脂質                      2) 脂質、醣類                      3) 維生素、礦物質                      4) 醣類、蛋白質
- ( ) 5. 象徵健康飲食金字塔之底端的食物為  
 1) 五穀類                      2) 蔬菜類                      3) 水果類                      4) 肉魚豆蛋類
- ( ) 6. 在食物之分類中奶類之所以獨立成為一類，乃以其含有那二種國人日常飲食中攝取量較為不足的营养素，以教育國人每日飲食中宜包括此類食物  
 1) 蛋白質、維生素 A                      2) 維生素 D、鐵  
 3) 維生素 E、鈣                      4) 維生素 B<sub>2</sub>、鈣
- ( ) 7. 補充那二種營養素，對血膽固醇有降低作用  
 A. 蛋白質                      B. 澱粉                      C. 纖維質                      D. 不飽和脂肪酸                      E. 維生素 A  
 1) A+B                      2) B+C                      3) C+D                      4) D+E
- ( ) 8. 長期攝取過多飽和脂肪，除易罹患乳癌外，亦易罹患何種癌症  
 1) 胃癌                      2) 肝癌                      3) 大腸癌                      4) 攝護腺癌
- ( ) 9. 下列那二種情況，易提升心血管性疾病  
 1) 總血膽固醇濃度過高，高密度脂蛋白膽固醇濃度過高  
 2) 高密度脂蛋白膽固醇濃度過高，總血膽固醇濃度過低  
 3) 低密度脂蛋白膽固醇濃度過低，高密度脂蛋白膽固醇濃度過高  
 4) 高密度脂蛋白膽固醇濃度過低，總血膽固醇濃度過高
- ( ) 10. 有高尿酸血症或痛風的人，下列那些食物宜加以限制  
 1) 香菇、大白菜                      2) 發芽豆類、蘋果                      3) 葡萄、蘆筍                      4) 紫菜、肉汁
- ( ) 11. 完全素食者，易缺乏何種維生素  
 1) 維生素 B<sub>1</sub>                      2) 維生素 B<sub>2</sub>                      3) 維生素 B<sub>6</sub>                      4) 維生素 B<sub>12</sub>
- ( ) 12. 主作為建造修補身體組織的食物為  
 A. 五穀類                      B. 油脂類                      C. 水果類                      D. 肉魚豆蛋類                      E. 奶類  
 1) A+B                      2) B+C                      3) C+D                      4) D+E
- ( ) 13. 根據飲食指標，成人每日醣類之攝取量以佔總熱量需要量之多少百分比為宜  
 1) 43%                      2) 53%                      3) 63%                      4) 73%
- ( ) 14. 根據上一題，若某一成人其一日之總熱量需要量為 2000 大卡時，則其醣類之適宜攝取量約為  
 1) 290 公克                      2) 315 公克                      3) 350 公克                      4) 375 公克
- ( ) 15. 根據飲食指標，成人每日脂質之攝取量以佔總熱量需要量之多少百分比為宜  
 1) 15%                      2) 25%                      3) 35%                      4) 45%

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

系 級	科 目	授 課 教 師	考 試 日 期	學 號	姓 名
保一	營養學導論	謝明哲	91年1月15日第3節		

※①請注意本試題共 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)。

- ( ) 16. 根據上一題，若某一成年人，其一日之總熱量需要量為 2000 大卡時，則其脂質之適宜攝取量約為  
 1) 45 公克      2) 56 公克      3) 68 公克      4) 76 公克
- ( ) 17. 完全素食者易導致那二種礦物質的攝取不足  
 A. 銅      B. 鈣      C. 鐵      D. 磷  
 1) A+B      2) B+C      3) C+D      4) A+D
- ( ) 18. 缺乏下列那二種營養素，易罹患骨質疏鬆症  
 A. 維生素 D      B. 鈣      C. 蛋白質      D. 維生素 C  
 1) A+B      2) B+C      3) C+D      4) A+D
- ( ) 19. 痛風患者不宜喝酒的原因是因酒精代謝會促進體內產生那一種物質而妨礙尿酸的排泄  
 1) 丙酮酸      2) 乙酸      3) 乙醯輔酶A      4) 乳酸
- ( ) 20. 油麵、油條、魚丸等食品中可能添加下列何種添加物，故不宜多攝食  
 1) 硝      2) 硼砂      3) 漂白劑      4) 防腐劑
- ( ) 21. 茲有一塊糕餅，已知含醣類及脂肪各為 50 及 20 公克，則此一塊糕餅可提供多少大卡的熱量  
 1) 380      2) 480      3) 560      4) 630 大卡
- ( ) 22. 攜運人體肝臟合成的脂質的脂蛋白為  
 1) 乳糜微粒      2) 極低密度脂蛋白  
 3) 低密度脂蛋白      4) 高密度脂蛋白
- ( ) 23. 膽汁可幫助那一種營養素的消化  
 1) 澱粉      2) 糊精      3) 蛋白質      4) 三酸甘油酯
- ( ) 24. 膽固醇在人體內可代謝為何種維生素  
 1) 維生素 A      2) 維生素 D      3) 維生素 E      4) 維生素 K
- ( ) 25. 同量的下列那一種食物的膽固醇含量較多  
 1) 雞蛋黃      2) 龍蝦      3) 雞肝      4) 豬腦
- ( ) 26. 代謝 1 公斤的體脂肪，約相當可產生多少大卡的熱量  
 1) 5700      2) 6700      3) 7700      4) 8700
- ( ) 27. 補充那種營養素，對血糖有調節作用  
 A. 維生素 C      B. 鉀      C. 纖維質      D. 硒  
 1) A+C      2) B+C      3) C+D      4) A+D
- ( ) 28. 補充魚油，可降低何種物質之合成而血小板凝集  
 1) 前列腺環素 I<sub>2</sub>      2) 前列腺環素 I<sub>3</sub>      3) 血栓素 A<sub>2</sub>      4) 血栓素 A<sub>3</sub>
- ( ) 29. 下列那種礦物質具抗氧化作用  
 1) 鈣      2) 碘      3) 硒      4) 鉀
- ( ) 30. 下列何種為必需胺基酸  
 1) 離胺酸      2) 白胺酸      3) 甘胺酸      4) 甲硫胺酸

系級	科目	授課教師	考試日期	學號	姓名
保一	營養學導論	蔡雅惠	91年1月15日第3節		

※①請注意本試題共 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)。

選擇題 (15%)

- ( ) 1. 下列有關正常飲食之敘述，何者為非？  
 1) 維持理想體重  
 2) 均衡攝食五大類食物，三餐以五穀為主食  
 3) 為預防慢性疾病發生，應維持少油、少鹽、少糖之飲食原則  
 4) 可以飲用 1-2 杯牛奶，攝取豐富鈣質
- ( ) 2. 下列有關均衡飲食之敘述，何者為非？  
 1) 精緻醣類每日攝取量不超過總熱量 10%  
 2) 每日鹽量以不超過 8-10 公克為宜  
 3) 蛋白質、脂質、醣類佔總熱量比例分別為 12%: 25%: 63%  
 4) PUFA(多元不飽和脂肪酸): SFA(飽和脂肪酸) = 1:2
- ( ) 3. 對於高脂血症患者中，建議多攝取單元不飽和脂肪酸的油脂，下列何者為非？  
 1) 花生油      2) 菜籽油      3) 棕櫚油      4) 橄欖油
- ( ) 4. 李同學身高 175 公分，請問其理想體重應為多少公斤？  
 1) 63      2) 65      3) 67      4) 69
- ( ) 5. 下列何者為不可長期使用的飲食？  
 1) 軟質飲食      2) 半流質飲食      3) 全流質飲食      4) 清流質飲食
- ( ) 6. 對於採低渣飲食患者，下列何種食物是應該限制食用？  
 1) 乳製品      2) 所有的糖      3) 肉類食品      4) 魚及蛋
- ( ) 7. 下列何種疾病需採用高纖維飲食？  
 1) 憩室炎      2) 便秘      3) 潰瘍性結腸炎      4) 胃潰瘍
- ( ) 8. 高纖維飲食不會影響下列何種營養素之吸收？  
 1) Zn      2) Ca      3) 泛酸      4) 葉酸
- ( ) 9. 乳糖不耐症的病患，容易缺乏下列那種維生素？  
 A) Ca      B) Fe      C) Vit B<sub>1</sub>      D) Vit B<sub>2</sub>  
 1) A+B      2) B+C      3) C+D      4) D+A
- ( ) 10. 下列何者非為痛風患者應避免食用的食物？  
 1) 動物內臟類      2) 乾豆、胚芽類      3) 水果類      4) 魚皮海鮮類
- ( ) 11. 對於需採用限鈉飲食的疾病和症狀，下列何者為非？  
 1) 高血壓      2) 糖尿病      3) 心衰竭      4) 肝硬化
- ( ) 12. High fat diet 為許多 degenerative disease 的危險因子，下列何種疾病為非？  
 1) Diverticulosis      2) Cancer      3) Osteoporosis      4) Diabetes
- ( ) 13. 罹患膽囊炎的病患，需採用下列何種飲食？  
 1) 低油飲食      2) 限鈉飲食      3) 低普林飲食      4) 高纖維飲食
- ( ) 14. 所謂高蛋白質飲食是指每公斤體重給予多少公克的？  
 1) 0.6      2) 0.8      3) 1.0      4) 1.5
- ( ) 15. 尿毒症病患，其蛋白質的每日建議攝取量為何，以減少腎衰竭的繼續惡化？  
 1) 0.6 g/kg      2) 0.8 g/kg      3) 1.0 g/kg      4) 1.2 g/kg

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

系 級	科 目	授 課 教 師	考 試 日 期	學 號	姓 名
保一	營養學導論	陳玉華	91年1月15日第3節		

※①請注意本試題共 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)。

選擇題 (15%)

- ( ) 1. 下列何種因子為決定一物質是否有毒之最主要因子?  
 (1)消化吸收的速度 (2)包含營養素與否 (3)劑量 (4)溶解度
- ( ) 2. 沙門氏菌是屬於下列哪一種形式之食物中毒?  
 (1)感染型 (2)毒素型 (3) 黴菌型 (4)以上皆非
- ( ) 3. 一般常見的集體中毒是屬於下列哪一種形式之食物中毒?  
 (1)感染型 (2)毒素型 (3)黴菌型 (4)以上皆非
- ( ) 4. 飲食中有鎘的污染，可造成下列哪一種疾病?  
 (1)漢他病 (2)烏腳病 (3)神經病變 (4)痛痛病
- ( ) 5. 飲食中有砷的污染，可造成下列哪一種疾病?  
 (1)漢他病 (2)烏腳病 (3)神經病變 (4)痛痛病
- ( ) 6. 發芽的馬鈴薯中含有下列哪一種毒素?  
 (1)茄靈 (2)黃麴毒素 (3)trypsin inhibitor (4)黃樟素
- ( ) 7. 九層塔中被認為含有下列哪一種毒素?  
 (1)茄靈 (2)黃麴毒素 (3)trypsin inhibitor (4)黃樟素
- ( ) 8. 河豚的哪一部位被認為含有較高濃度的毒素?  
 (1)皮膚 (2)肌肉 (3)卵巢 (4)以上皆是
- ( ) 9. 下列哪一種為已被禁用的人工甜味劑?  
 (1) cyclamates (2) aspartame (3) saccharine (4)以上皆是
- ( ) 10. 下列哪一種為常用於香腸中之食品添加劑?  
 (1) Red #3 (2)亞硝酸胺 (3)抗生素 (4) nitrite
- ( ) 11. Malnutrition 指  
 (1)營養不良 (2)營養過剩 (3)營養不均衡 (4)以上皆是
- ( ) 12. 黃麴毒素是屬於哪一項食品安全的問題?  
 (1)產毒及病原性微生物 (2)環境污染物  
 (3)天然毒物 (4)農藥殘留
- ( ) 13. 下列哪一種食品易存在有黃麴毒素的污染?  
 (1)花生醬 (2)魚 (3)沙士 (4)奶粉
- ( ) 14. 一般而言，營養素之劑量與反應 (dose-response curve) 是呈現哪一種形式的?  
 (1) S 型 (2) J 字形 (3) U 字形 (4)以上皆非
- ( ) 15. 戴奧辛是屬於哪一項食品安全的問題?  
 (1)食品添加物 (2)環境污染物 (3)天然毒物 (4)農藥殘留

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

系 級	科 目	授 課 教 師	考 試 日 期	學 號	姓 名
保一	營養學導論	董士懿	91年1月15日第3節		

※①請注意本試題共 5 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)。

問答題 (45%)

1.請說明美國 2000 年健康方針為何？(15分)

2.請說明美國 CDC 對學校學生如何促進一生健康飲食的具體方針？(10分)

3.王老爹最近這半年食量變大，常跑廁所，體重也明顯降低(非刻意減重)，到醫院做健康檢查，發現空腹血糖值為 321 mg/dL，經醫師診斷為糖尿病。試回答下列問題(20分)。

- a. 何謂糖尿病？
- b. 糖尿病有何合併症狀？
- c. 糖尿病的治療包括？
- d. 又糖尿病的飲食原則？