

الإختبار النهائي النظري - الفصل الدراسي الاول للعام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م

القسم العلمي	التغذية وعلوم أطعمة	الشعبة / الفرقة الدراسية	التغذية وعلوم أطعمة
اسم المقرر	مشاكل التغذية في مصر	كود المقرر	N411
العام الدراسي	٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م	الفصل الدراسي	الاول
تاريخ الامتحان	١٣ / ١ / ٢٠٢٤ م	زمن الامتحان	ساعتان
عدد الاسئلة	٦٠	طريقة إجابة الامتحان	كراسة <input type="checkbox"/> نفس الورقة <input checked="" type="checkbox"/> نموذج الالكتروني <input type="checkbox"/>
عدد اوراق الامتحان	٣ اوراق وجه وظهر	نوع الاسئلة	مقالي <input type="checkbox"/> اختياري من متعدد <input checked="" type="checkbox"/>
عدد الطلاب	٣٥٣	الدرجة الكلية	٦٠ درجة
تعليمات خاصة بالامتحان	جميع الاسئلة إجباريه - ضع الإجابة الصحيحة من بين الإجابات لكل سؤال في جدول الاجابات وتوضع تحت رقم السؤال.		

أجب على الأسئلة التالية (٦٠ درجة - بواقع درجة واحدة لكل سؤال):

أختار الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية مع وضع اختيارك في جدول الإجابات التالي مع اختيار إجابة واحدة فقط وتوضع تحت رقم كل سؤال مع التأكيد عدم وضع الإجابة في الجدول تحسب خطأ: -

جدول الإجابات														
١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١
٣٠	٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	٢٥	٢٤	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	١٨	١٧	١٦
٤٥	٤٤	٤٣	٤٢	٤١	٤٠	٣٩	٣٨	٣٧	٣٦	٣٥	٣٤	٣٣	٣٢	٣١
٦٠	٥٩	٥٨	٥٧	٥٦	٥٥	٥٤	٥٣	٥٢	٥١	٥٠	٤٩	٤٨	٤٧	٤٦

- تختلف الاحتياجات الغذائية للأفراد بنسب غير معروفة وتتحدد تبعاً لـ
A- السن. B- النوع. C- النشاط الجسماني. D- جميع ما سبق
- يؤدي زيادة تناول الغذاء والفيتمينات الي
A- تسمم الفيتمينات الذائبة في الماء. B- تسمم الفيتمينات الذائبة في الدهون
C- امراض الكبد الحادة D- امراض الكلى الحادة
- عملية تخليق كرات الدم الحمراء تحتاج الي
A- بروتين B- املاح C- فيتمينات D- جميع ما سبق
- تزداد درجة امتصاص الحديد في وجود
A- الأغذية النباتية B- الأغذية الحيوانية
C- الدهون D- الكربوهيدرات
- قلة إفراز الحمض المعدي من الآثار الشائعة لنقص
A- الكالسيوم B- الفوسفور C- الحديد D- البوتاسيوم



كلية الاقتصاد المنزلي

D- فيتامين B12

في السيرم يعطي فكرة عن الحديد المخزن في الجسم
A- فيتامين A

٦- قياس مستوى
A- الهيموجلوبين

٧- معدل امتصاص الحديد الموجود بالوجبه يكون وفقا لمستوى الحديد المخزن بالجسم فيزيد معدل الامتصاص في حالة
A- النقص
B- النقص الشديد
C- زيادة فيتامين D
D- زيادة فيتامين A

D- ٥٠%

٨- يقلل تناول الشاي من امتصاص من الحديد النباتي الموجود بالوجبه
A- ١٠%
B- ١٥%
C- ٢٥%
D- ٥٠%

٩- يتوقف مستوى الانسولين في بلازما الدم علي في الجسم
A- الوزن
B- كمية النسيج الدهني
C- كمية النسيج العضلي
D- الوزن وكمية النسيج الدهني

١٠- يعتبر تناول الغذاء اليومي علي صورة من مسببات السمنة
A- وجبه واحدة
B- وجبتين
C- ثلاث وجبات
D- ٥ وجبات

١١- تعمل الرياضة البدنية علي زيادة نوع معين من الكوليسترول في بلازما الدم هو النوع
A- LDL
B- HDL
C- VLDL

١٢- من أسباب النحافة
A- فقد الشهيه العصبي
B- البوليميا
C- الإصابة بالطفليات
D- جميع ما سبق

١٣- نسبة النسيج الدهني في المرأة في عمر ٢٠-٣٠ عام تبلغ
A- ٥%
B- ١٠%
C- ١٥%
D- ٢٥%

١٤- الأنيميا اللاتخليقيه تنتج عن مرض في نخاع العظام ومن اعراضها
A- تتميل بالاطراف مع شكشكه
B- ظهور بقع سوداء علي الجلد
C- ضعف في الذاكرة

١٥- قلة افراز من الاثار الشائعة لنقص الحديد
A- الهرمونات
B- الحامض المعدي
C- الانزيمات
D- جميع ما سبق

١٦- يمثل النسيج الدهني من وزن جسم الانسان المولود
A- ١٢%
B- ١٥%
C- ١٧%
D- ٢٠%

١٧- لا ينصح باستخدام هورمونات الدرقيه كعلاج لحالات السمنة لأنها تحلل
A- النسيج العضلي
B- النسيج الدهني
C- النسيج العضلي والدهني

١٨- الحد من نشاط هورمون الكورتيزول يعني زيادة الكفاءة الحيويه لهومون
A- الأنسولين
B- النمو
C- الغدة الدرقيه



١٩- اثر تكرار أو زيادة عدد الوجبات في علاج السمنة

- A- نقص بناء النسيج الدهني
B- نقص تكوين الجليكوجين
C- زيادة امتصاص الدهون والكربوهيدرات
D- انخفاض الأنسولين في بلازما الدم

٢٠- تخزين جرام من الجليكوجين في الكبد او العضلات يعني ذلك اقتران الجليكوجين ب..... جرام ماء

- A- ١
B- ٢
C- ٣
D- ٤

٢١- من الخصائص المميزة لفقر الدم الناتج عن الالتهابات

- A- خلايا الدم غير طبيعية.
B- مخزون الحديد غير كافي.
C- ارتفاع مستويات الحديد في الدم.
D- لون كرات الدم الحمراء طبيعية.

٢٢- في تحليل صورة الدم (MCV) تعني بأنها

- A- تركيز الهيموجلوبين في الدم.
B- النسبة المئوية لحجم الدم بالنسبة لكرات الدم الحمراء.
C- متوسط حجم كرات الدم الحمراء.
D- متوسط حجم الصفائح الدموية.

٢٣- أي مما يلي هو السبب الأكثر احتمالاً للإصابة بفقر الدم الناتج عن الحمل

- A- زيادة فقدان الحديد بسبب الإصابة بالطفيليات.
B- تناول مستويات عالية من فيتامين B12
C- اتساع في حجم البلازما.
D- حدوث طفرات في الهيموجلوبين.

٢٤- أي من الأمور الغير صحيحة التالية متعلقة بإدارة النظام الغذائي لمرضى الايميا المنجلية؟

- A- المصادر الغذائية لأحماض أوميغا ٣ الدهنية.
B- زيادة المصادر الغذائية من الحديد.
C- مصادر الغذاء من فيتامينات د ، أ ، و الزنك.
D- المصادر الغذائية لفيتامينات ج، ب ١٢ ، ب ٦ ، حمض الفوليك والريبوفلافين.

٢٥- أي من العناصر الغذائية التالية تقلل من نشاط التجلط للمرضى المصابون بفقر الدم المنجلي؟

- A- أوميغا ٣
B- الكولين.
C- الالياف.
D- الأحماض الأمينية متفرعة السلسلة.

٢٦- من التوصيات الغذائية الغير صحيحه لداء ترسب الأصبغة الدموية Hemochromatosis

- A- تجنب الأطعمة عالية الحديد الحيواني.
B- زيادة المصادر الغذائية من الحديد الحيواني.
C- تجنب المكملات الغذائية بفيتامين ج.
D- كل الإجابات غير صحيحة.

٢٧- أي من الهرمونات التالية يزيد من نشاط انزيم 1- α -hydroxylase وفي ظل وجود تركيز منخفض من الكالسيوم والفسفور في البلازما؟

- A- كالسيتونين.
B- الهرمون الجار درقي.
C- الكالسيترول.
D- كل ما سبق.

٢٨- أي من الحالات الطبية التالية يمكن أن تتسبب في العوز من فيتامين (د)؟

- A- نقص الأملاح الصفراوية.
B- أمراض الكبد.
C- نقص انزيمات البنكرياس.
D- كل ما سبق.



كلية الاقتصاد المنزلي

٢٩- جميع مما يلي أسماء لفيتامين (د) النشط باستثناء

- Calcitonin -B
1,25-(OH)₂D₃ -D
Calcitriol -A
1,25-dihydroxyvitamin D₃-C

٣٠- أي من الأعراض التالية يشير إلى نقص فيتامين (د)؟

- A- تخرز الضلوع
B- فقدان الوزن.
C- سرعة إغلاق اليافوخ.
D- جفاف ملتحمة العين.

٣١- أي من الهرمونات التالية تعمل على ارتشاف الكالسيوم من العظام؟

- A- الأنسولين.
B- الكورتيزون.
C- التستوستيرون.
D- الإستروجين.

٣٢- أي من الغدد التالية تلعب دوراً في استتباب وازن الكالسيوم في الدم.

- A- الغدة الجار درقية - الغده النخامية.
B- الغده النخامية - الغدة الدرقية.
C- الغدة الجار درقية - الغدة الدرقية.
D- كل ما سبق صحيح.

٣٣- استخدام مكملات فيتامين (D2) أقوى بثلاث مرات من فيتامين (D3) وله مستويات دم أكثر ثباتاً.
A- الجملة صحيحة
B- الجملة خطأ

٣٤- من علامات اختبار الدم المتعلقة بهشاشة العظام الغير الصحيحة.

- A- انخفاض الاستروجين
B- انخفاض الكالسيوم
C- انخفاض الفوسفاتيز القلوي
D- انخفاض فيتامين(د)

٣٥- من الممنوعات في نظام جالفستون الغذائي في سن اليأس للوقاية من هشاشة العظام.

- A- الحبوب الكاملة
B- الألبان كاملة الدسم
C- زيت الزيتون
D- زيت الكانولا

٣٦- من اضطراب الغدة الدرقية الأكثر شيوعاً هو

- A- Hypothyroidism
B- Goitrogens
C- Hyperthyroidism
D- Cretinism

٣٧- يشير تضخم الغدة الدرقية السام متعدد العقيدات إلى

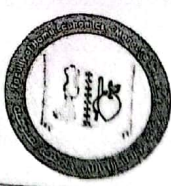
- A- فرط نشاط الغدة الدرقية.
B- قصور الغدة الدرقية.
C- التهاب الغدة الدرقية.
D- كل ما سبق.

٣٨- الغذاء الذي يحتوي على الجويتريجينز goitrogens هو

- A- الحليب.
B- الكرب.
C- الزيوت.
D- القمح.

٣٩- يسمى مرض قصور الغدة الدرقية بـ

- A- Myxedema
B- Cretinism
C- Graves' disease
D- Miscarriage



كلية الاقتصاد المنزلي

٤٠- في حالة قصور الغدة الدرقية وعندما لا تستطيع الغدة الدرقية أن تعمل بشكل جيد لإنتاج ما يكفي من هرمون الغدة الدرقية، لذلك

- A- يزداد معدل الأيض الأساسي بشكل كبير.
B- يقل معدل الأيض الأساسي بشكل كبير.
C- معدل الأيض الأساسي يكون طبيعياً.
D- كل ما سبق.

D - الجميع صحيح.

C- الكرتون.

٤١- يتواجد الرصاص في العبوات ...
A- الزجاجية.
B - الصفيح.

D - البطيخ.

C- الخوخ.

٤٢- يتواجد الرصاص في الفاكهة مثل
A- الجوافة.
B - العنب.

B - يتداخل مع النحاس.

٤٣- يؤثر الرصاص على الغدة الدرقية حيث ...

D - يتداخل مع البوتاسيوم.

A- يتداخل مع الفسفور.

C- يتداخل مع اليود.

٤٤- تعرض الحوامل إلى جرعات كبيرة من الرصاص يؤدي إلى

D - الجميع صحيح.

A- ولادة طفل ناقص الوزن.

C- ولادة طفل طبيعي.

٤٥- التأثيرات الضارة للزئبق على صحة الإنسان

B - تراكمه في القلب.

D - تراكمه في الرئتين.

A- تراكمه في المعدة.

C- تراكمه في الكلى.

B - المبيدات القاتلة للفطريات.

D - المبيدات غير العضوية.

٤٦- يعتبر الزرنيخ من

A- المبيدات العضوية.

C- المبيدات القاتلة للطيور.

B - المشروبات الكحولية.

D - تناول المكسرات.

٤٧- الأسباب الغذائية لعدم النوم ...

A- تناول الشاي والقهوة بكثرة.

C- تناول عصير الليمون.

D - المعادن.

C- الطاقة.

٤٨- الأكل في وقت متأخر يزود ب ...
A- الفيتامينات.
B - الدهون.

٤٩- تناول السالمون أو الماكريل هام لأنها تمد الجسم ب ...

A- أوميغا ٦- أحماض دهنية. B - أوميغا ٣- أحماض دهنية.

C- الصوديوم. D - الماغنسيوم.

٥٠- يجب أن لا ينام الطفل عند عمر في حجرة والديه.

A- ٣ سنوات.

B - سنتين.

C- سنة ونصف.

D - الجميع خطأ.



كلية الاقتصاد المنزلي

٥١- من الأغذية الي تدمر الغشاء المبطن للقناة الهضمية
A- الفاكهة الحمضية.
B - الفاكهة الإستوائية.
C- الفلفل الأسود والشطة.
D - الجميع خطأ.

٥٢- باكتريا هيلوباكتر بيللوري هي باكتريا
A- واوية.
B - عنقودية.
C- عصوية.
D - سبجية.

٥٣- الأغذية الدهنية (الدهون)
A- تثبط إفراز العصير المعدي.
B - تعادل إفراز العصير المعدي.
C- تزيد من إفراز العصير المعدي.
D - جميع ما سبق.

٥٤- درجة حرارة معظم الأطعمة تعتبر....
A- أكثر حموضة من المعدة.
B - تعادل أو تساوي حموضة المعدة.
C- أقل من حموضة المعدة.
D - الجميع صحيح.

٥٥- المواد الحريفة تعمل على
A- قتل بكتريا الهيلوباكتر.
B - تزيد من نمو الهيلوباكتر.
C- لا تؤثر على نمو بكتريا الهيلوباكتر.
D - الجميع خطأ.

٥٦- نصيحة هامة لمريض القرحة
A - تناول المشروبات الغازية.
B - مضغ الطعام ببطيء.
C- مضغ الطعام بسرعة.
D - تناول الكحوليات.

٥٧- يجب أن يحصل مريض القرحة على جم بروتين / كجم من وزن الجسم / يوم.
A- ٣
B - ٢,٢
C- ١,٢
D - ٣,٥

٥٨- ينصح مريض القرحة وخاصة إذا كان نحيفا ب...
A- الإمتناع عن تناول القشطة والزبد.
B - تناول القشطة والزبد.
C- الإمتناع عن الأطعمة المطهية جيدا.
D - تناول المتكرر للشاي والقهوة.

٥٩- أحيانا تعود القرحة بعد
A- أيام .
B - إسبوع.
C- إسبوعين.
D - شهور.

٦٠- المعدة عادة تفرغ محتواها بعد
A- نصف ساعة.
B - ثلث ساعة.
C- ساعة.
D - ساعتين أو ثلاثة.

انتهت الأسئلة

لجنة الممتحنين

التوقيع
د/سميح محمد البنا

الاسم
اد/ اسلام احمد محمود حيدر
د/ سماع محمود البنا

التوقيع
د/ خالد علي عبد الرحمن شاهين
د/ حمنية احمد ابراهيم هلال

٢٩, ٦١٦ - المدينة - مصر