

2023 年 10 月高等教育自学考试

营养学试题

课程代码:03000

1. 请考生按规定用笔将所有试题的答案涂、写在答题纸上。

2. 答题前,考生务必将自己的考试课程名称、姓名、准考证号用黑色字迹的签字笔或钢笔填写在答题纸规定的位置上。

选择题部分

注意事项:

每小题选出答案后,用 2B 铅笔把答题纸上对应题目的答案标号涂黑。如需改动,用橡皮擦干净后,再选涂其他答案标号。不能答在试题卷上。

一、单项选择题:本大题共 20 小题,每小题 1 分,共 20 分。在每小题列出的备选项中只有一项是最符合题目要求的,请将其选出。

1. 下列氨基酸中,必须由食物供给的氨基酸是

- A. 缬氨酸
- B. 胱氨酸
- C. 脯氨酸
- D. 酪氨酸

2. 蛋白质的最佳食物来源是

- A. 蔬菜水果类
- B. 奶类
- C. 谷类
- D. 豆类

3. 下列食用油中,不饱和脂肪酸含量最高的是

- A. 棕榈油
- B. 牛油
- C. 花生油
- D. 猪油

4. 属于人体必需脂肪酸的是

- A. 花生四烯酸
- B. 硬脂酸
- C. 亚油酸
- D. 棕榈酸

5. 下列食物膳食纤维含量最高的是

- A. 白米
- B. 面粉
- C. 糯米
- D. 糙米

6. 一片吐司含 15 g 碳水化合物, 3 g 脂肪, 3 g 蛋白质, 其可为人体提供的能量是

- A. 9 kcal
- B. 39 kcal
- C. 59 kcal
- D. 99 kcal

7. 人体缺乏维生素 B₁ 可引起
- A. 脚气病
B. 癞皮病
C. 胎儿神经管畸形
D. 骨软化症
8. 维持人体正常味觉, 促进食欲的矿物质是
- A. 钙
B. 锌
C. 铁
D. 铜
9. 添加婴儿辅助食品时, 首选的食物种类是
- A. 肉类
B. 蛋类
C. 谷类
D. 豆类
10. 关于幼儿膳食的表述不正确的是
- A. 优质蛋白质应占膳食中蛋白质总量的 80% 以上
B. 应强调食物品种的多样性
C. 应注意烹调方法, 避免油炸、油腻过重的食物
D. 饮食要定时, 不挑食、不偏食, 培养良好饮食习惯
11. 与老年性贫血有关的因素是
- A. 基础代谢率下降
B. 对钙的吸收能力下降
C. 维生素 B₁₂ 和叶酸缺乏
D. 摄入过多的膳食脂类
12. 健康成年男性 BMI 的合适范围是
- A. 5.5-10.8 kg/m²
B. 10.9-15.8 kg/m²
C. 15.9-18.4 kg/m²
D. 18.5-23.9 kg/m²
13. 可以充分发挥蛋白质互补作用的食物搭配是
- A. 水果类 + 谷类
B. 谷类 + 畜禽肉类
C. 奶类 + 谷类
D. 蔬菜类 + 水果类
14. 下列关于奶类及其制品保藏方式正确的是
- A. 鲜奶营养素种类较少, 不容易滋生微生物, 可常温保藏
B. 鲜奶常用的消毒方法是紫外消毒法
C. 鲜奶常用的消毒方法是巴氏消毒法
D. 奶类制品不含维生素 C, 可不用避光保存
15. 人体体重测量时间最好放在
- A. 上午 8 时
B. 上午 10 时
C. 中午 12 时
D. 下午 14 时

16. 冠心病营养防治的正确方法是
- A. 减少饱和脂肪酸和胆固醇的摄入 B. 提高碳水化合物摄入至总能量的 80%
- C. 提高动物蛋白摄入至 50%以上 D. 减少钾的摄入量
17. 治疗糖尿病行之有效的措施是
- A. 药物治疗 B. 饮食治疗
- C. 运动治疗 D. 心理治疗
18. 糖尿病患者的营养治疗原则是
- A. 限制总能量摄入量 B. 增加钠的摄入
- C. 提倡低纤维饮食 D. 提倡高血糖指数食物的摄入
19. 慢性肾小球肾炎患者营养防治的目标是
- A. 降低患者血浆蛋白水平 B. 增加体内氮储留
- C. 消除水肿，控制高血压 D. 提高机体的分解代谢
20. 灼伤病人康复期的膳食组成特点是
- A. 低能量、高蛋白、高维生素 B. 高能量、高蛋白、低维生素
- C. 低能量、低蛋白、低维生素 D. 高能量、高蛋白、高维生素

二、多项选择题：本大题共 6 小题，每小题 2 分，共 12 分。在每小题列出的备选项中至少有两项是符合题目要求的，请将其选出，错选、多选或少选均无分。

21. 下列关于钙缺乏的正确表述有
- A. 婴幼儿缺钙可影响骨骼和牙齿的发育，表现为佝偻病
- B. 成年人缺钙可发生骨质软化症
- C. 成年人缺钙多见于男性
- D. 生育次数多、授乳时间长的妇女不容易缺钙
- E. 老年人缺钙易患骨质疏松症
22. 与胎儿先天畸形有关的营养因素有
- A. 孕妇叶酸缺乏 B. 孕妇锌缺乏
- C. 孕妇摄入维生素 A 过多 D. 孕妇患有妊娠期糖尿病
- E. 孕妇酗酒
23. 下列关于儿童营养需求的正确表述有
- A. 儿童体型较小，因此能量需要量极小
- B. 儿童对蛋白质的需要量随生长发育而增多
- C. 儿童对矿物质尤其是钙、磷、铁的需要量大
- D. 应防止脂肪摄入过多而导致肥胖
- E. 儿童需要补充多种维生素

24. 社区居民开展营养健康教育的意义有
- A. 指导人们采取合理的膳食模式
 - B. 促进社区健康
 - C. 减少慢性疾病
 - D. 提高居民治疗疾病的能力
 - E. 预防疾病
25. 造成脂肪肝的因素有
- A. 高脂肪膳食
 - B. 保持合理膳食
 - C. 偏好精加工食品
 - D. 适当提高必需氨基酸摄入
 - E. 适当锻炼, 提高身体素质
26. 急性肾衰竭少尿期饮食治疗的三大要素有
- A. 足够的能量
 - B. 适量的蛋白
 - C. 严格控制水盐平衡
 - D. 主食以细粮为主
 - E. 以流食为主

非选择题部分

注意事项:

用黑色字迹的签字笔或钢笔将答案写在答题纸上,不能答在试题卷上。

三、填空题: 本大题共 14 空, 每空 1 分, 共 14 分。

27. 人体 99% 的钙集中在_____和_____, 以_____形式存在。
28. 谷粒的基本结构是由谷皮、_____、_____和_____组成。
29. 人体营养状况评价从_____、_____和生化检测三方面进行。
30. 膳食纤维的生理功能有预防高脂蛋白血症, 预防_____, 预防_____, 防止_____。
31. 脂溶性维生素包括维生素 A、_____、_____和_____。

四、简答题: 本大题共 5 小题, 每小题 6 分, 共 30 分。

32. 简述三种产能营养素的产能系数及其在膳食总能量中的合理分配比例。
33. 简述维生素 B₂ 的生理功能。
34. 简述当今世界常见的四种膳食结构类型。
35. 简述影响机体钙吸收的因素。
36. 简述导致人体维生素不足或缺乏的常见原因。

五、论述题: 本大题共 2 小题, 每小题 12 分, 共 24 分。

37. 试述碳水化合物在机体中发挥抗生酮作用的原理。
38. 试述鱼类食物的营养优势及成分构成特点。