



a.4- Benefits, concerning a vegetarian diet, may typically have all the following health benefits except:

- a. Longer Life. b. Prevention of Heart Disease.  
c. Help the Digestive System. d. Prevent Anemia

a.5- Which of these statements regarding ketogenic diet is incorrect?

- a. It is a high-protein, adequate-fat, low-carbohydrate  
b. It can help you lose weight and improve your health  
c. It has benefits against diabetes, epilepsy, and Alzheimer's disease  
d. It is a high-fat, adequate-protein, low-carbohydrate

a.6- The trace mineral that reduce symptoms of anxiety and depression.

- a. Phosphorus b. Magnesium c. Zinc d. Calcium

a.7- Insufficient in essential fatty acids could directly cause certain heightened depressive symptoms.

- a. True b. False

a.8- - Matching: Megaloblastic anemia

- a. Microcytic normochromic b. Microcytic hypochromic  
c. Normocytic normochromic d. Macrocytic normochromic

a.9- People with sickle cell disease should .....

- a. drink lots of water. b. gets plenty of rest.  
c. increased physical activity. d. all answers

a.10- Anemia of inflammation and chronic disease can be defined as a/an.

- a. hemolytic defect  
b. elevated reticulocyte count  
c. low serum iron while stores of iron are adequate  
d. high serum iron levels with low stores of iron

**b. Short Assay (15 points):**

b.1- What are the possible types and causes of anemia? Only five examples (2.5 points)  
b.2- What is the nutritional management of hereditary hemochromatosis or iron toxicity?  
(2.5 points)

- b.3- List three examples of Ketogenic Ratios. (2.5 points)  
b.4- List five examples of Keto-Friendly Foods to Eat. (2.5 points)  
b.5- List five examples of symptoms of depression: (2.5 points)  
b.6- List five examples of challenging nutrients among Vegans. (2.5 points)

لجنة الممتحنين

التوقيع .....

الاسم .....  
اد. حمديه احمد ابراهيم هلال

الاسم .....  
أ. هبة عز الدين يوسف محمد

التوقيع .....

الاسم .....  
اد. خالد علي عبد الرحمن شاهين

الاسم .....  
اد. اسلام احمد محمود حيدر



## الاختبار النهائي النظري - الفصل الدراسي الاول للعام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٢ م

التغذية وعلوم أطعمة - دكتوراه - أولى	القسم العلمي
٧١١١	اسم المقرر
الفصل الدراسي الاول ساعتان	العام الدراسي
طريقة إجابة الامتحان	تاريخ الامتحان
كراسة <input checked="" type="checkbox"/> نفس الورقة <input type="checkbox"/> نموذج الكتروني مقالات <input checked="" type="checkbox"/> إجابات قصيرة <input type="checkbox"/> اختيار من متعدد	عدد الأسئلة
٨٠ درجة	عدد أوراق الامتحان
الدرجة الكلية	عدد الطلاب
	تعليمات خاصة بالامتحان

## السؤال الأول: اجب على الأسئلة التالية (٢٥ درجة)

- ١.أ- ما علاقة هرمون الليبتين بزيادة الوزن وكيف يعمل هرمون الشبع؟  
 ١.ب- قد تزيد عوامل خطورة معينة من خطر تطور اضطرابات الأكل. اشرح ذلك؟  
 ١.ج- اشرح النظام الغذائي لمريض فرط النشاط موضحاً الفوائد المتوقعة من هذا النظام.

## السؤال الثاني: اجب على الأسئلة التالية (٣٠ درجة)

- ٢.أ- تلعب التغذية دور مهم لرياضيين قبل وأثناء وبعد ممارسة الرياضة ووضح ذلك مع توضيح أهمية الفيتامينات في هذا الدور.  
 ٢.ب- شخص يبلغ من العمر ٣٥ عام ويعمل في مصنع إنتاج للمواد الغذائية ويعاني من إعاقة في القدم. فما هي الأمور التي يجب مراعاتها عند تخطيط الوجبات وما هي العلاقة بين التغذية وإنتاجية العمل.  
 ٢.ج- شخص يبلغ من العمر ٣٧ عام ويعاني من مرض السكر ولديه مشاكل في الأعصاب الطرفية ويمارس رياضة الجري فما هي الأمور التي يجب مراعاتها عند تخطيط الوجبات.

## السؤال الثالث: اجب على الأسئلة التالية (٢٥ درجة)

a. Choose the best answer (10 points):

الرجاء عمل جدول مثل التالي لوضع الإجابة المختارة للأسئلة التالية

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

a.1- A ..... diet consists of only plant-based foods and includes no animal products.

- a. lacto-ovo vegetarian
- b. vegetarian
- c. vegan
- d. lacto-vegan

a.2- All of the following are health benefits associated with a vegan or vegetarian diet EXCEPT:

- a. Lower risk of obesity
- b. Lower risk of diabetes
- c. Lower risk of certain cancers
- d. Lower risk of digestive disorders

a.3- People who are vegetarian are always healthier than those who eat meat.

- a. True
- b. False