كلية الاقتصاد المنزلي — مرحلة البكالوريوس

الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي 2021-2022

القسم	تغذية وعلوم الاطعمة	اسم وكود المقرر	تغذية انسان (N222)
الفرقة – الشعبة	ثانية - تغذية وعلوم الاطعمة	تاريخ الامتحان	21/ 6 / 2022
عدد الطلاب	334	زمن الامتحان	ساعتان

أجب عن جميع الاسئلة التالية: (الدرجة الكلية 60 درجة) **(الاسئلة في ورقتين / اربعة صفحات)**

السؤال الاول **(كل فقرة بدرجة واحدة / 30 درجة)**

اختر الحرف الصحيح من بين الاقواس وقم بتظليله في ورقة الاجابة المرفقة (الشيت الإلكتروني)

1. هي الاحماض الدهنية .....التي تحمل اقصـــي عدد ممكن من ذرات الهيدروجين , اي ان جميع ذرات الكربون في السلسلة تحتوي علي ذرتي هيدروجين مرتبطين بها.
A) المشبعة B) الغير مشبعة C) غير مشبعة الاحادية D) غير مشبعة المتعددة
2. ..... هي تلك الكميات التي يتناولها الإنسان يومياً من العناصر الغذائية التي تفوق ما يلزم لمقابلة احتياج الفرد اليومي وهذا متبع في الدول المتقدمة.
A) DAR B) RDA C) DRI D) AI
3. تعتبر الليبيدات الاتية من الليبيدات المركبة ما عدا
A)الليسيثين B) السيفالين C) الفوسفاتيديل اينوسيتول D) الشموع
4. من الليبوبروتنيات الموجودة في الدم
A) LDL B) HDL C) VLDL D) جميع ما سبق
5. يعمل السيلينيوم كمضاد للأكسدة في جسم الانسان حيث يمنع بمساعدة فيتامين .....أكسدة كرات الدم الحمراء
A) A B) D C) E D) C
6. ..... هي القدرة علي القيام أو أداء عمل.
A) Energy B) DRI C) ATP D) الجميع خطأ
7. تعد العناصر الغذائية الاتية عناصر عضوية ماعدا .....
A) الكربوهيدرات B) المعادن C) البروتين D) الفوسفوليبيدات
8. هذه (18:3 ▲ 9, 12, 15) صيغة لحمض دهني تعني ان هذا الحمض يحتوي علي
A) رابطة مزدوجة واحدة في الموقع 18 B) رابطة مزدوجة واحدة في الموقع 9
C) رابطتين مزدوجة في الموقع رقم 1 و9 D) غير ذلك
9. قيمة الطاقة الناتجة من احتراق المادة الغذائية داخل المســـعر الحراري اعلى من الناتجة من ايض الغذاء فى جسم الانسان وهذا يرجع الى ان المسعر يسبب حدوث اكسدة كاملة للغذاء حيث يحوله الي
A) ثاني اكسد الكربون وماء واكسيد نيتروز B) ثاني اكسد الكربون وماء واكسيد نيتريك
C)الكربون والهيدروجين والنيتروجين D) اكسجين وماء واكسيد نيتروز
10. معرفة علاقة التغذية بعلم الكيمياء مهمة جدا حيث من خلالها يمكن
A) معرفة الكائنات الحية الدقيقة التى لها دور فى عملية هضم الطعام B) دراسة مسارات جميع العناصر الغذائية داخل الجسم
C) تحليل الأغذية ومعرفة مكوناتها من العناصر الغذائية D) (B and C)
11. .....هي المواد أو المكونـات الكيمـائيـة التي يتكون منهـا الغذاء وتشـــمـل الكربوهيـدرات والـدهون والبروتينات والفيتامينات والمعادن والماء
A) RDA B) Nutrition C) Food D) Nutrients

اقلب الصفحة

12.يشكل الماء الأيضي حوالى .....من كمية الماء التي يتناولها الشخص فى اليوم

A) 5% B) 7% C) 10% D) 20%

13. قد تتواجد العناصر المعدنية في جسم الإنسان متحدة مع مركبات غير عضوية مثل

A) الفوسفوليبيدات B) فوسفات الكالسيوم C) الهيموجلوبين D) (A and C)

14. تختلف كمية الماء الناتجة من عملية الأيض الغذائي باختلاف

A) المادة الغذائية B) معدل الايض الاساسي C) النشاط العضلي D) درجة حرارة الجسم

15.في حالة فقدان الجسم لكمية كبيرة من الماء بسبب العرق المفرط أو الغزير فإن الكليتين تعملان على إفراز كميات قليلة من البول بفعل هرمون الذى يحفز على إعادة امتصاص الماء فى الكليتين.

A) HDH B) ADH C) ADH D) ADH

16.يعتبر الحامض الأميني التيروزين من الاحماض الامينية الـ.....

A) الاساسية B) المشروطة C) الغير اساسية D) ليس مما سبق

17.يحدث ميزان نيتروجين .....في حالة الافراد الذين تعرضوا لحالة مرضية او عانوا من سوء التغذية، ثم تبعها فترة إعادة بناء مع زيادة التغذية

A) متوازن B) موجب C) سالب D) ليس مما سبق

18. ..... هو مرض ينشأ بسبب سوء التغذية، وينشأ بالأخص عن النقص الحاد في البروتين الكامل كماً ونوعاً

A) الكواشيوركور B) المرازمس C)المرازمس كواشيوركور D) أمراض الكلى

19.يعتبر ..... هو المصدر الأساسي للطاقة لخلايا الجهاز العصبى و المخ .

A) الجليكوجين B) الفركتوز C) الجلوكوز D) الجالاكتوز

20.يعرف سكر..... بانه المصدر الحيوانى الوحيد للكربوهيدرات في غذاء الانسان

A) الفركتوز B) اللاكتوز C) السكروز D) الجالاكتوز

21.يتكون .....من وحدات الجلوكوز المرتبطة في سلاسل مستقيمة غير متفرعة لا يستطيع الجسم هضمه بالإنزيمات الهاضمة. ولا يعتبر مصدر للطاقة (حيث لا يهضم)

A) الاميلوز B) السليولوز C) اللجنين D) البكتين

22.من الالياف الغذائية القابلة للذوبان في الماء

A) الاصماغ B) النصف سليولوز C) الهلامات D) جميع ما سبق

23.....يعرف بالنشا الحيواني ويوجد في جسم الانسان في الكبد و العضلات و سوائل الدم .

A) جليكوجين B) اميلوبكتين C) دكسترين D) غير ذلك

24.يلعب..... دوراً مهما فى تكوين الاحماض النووية، حيث يساعد على اندماجها بالبيريميدينات Pyrimidines

A) فيتامين أ B) فيتامين د C) فيتامين هـ D) فيتامين ج

25. من وظائف فيتامين ك الاسهام فى تكوين .....الذى يوجد بكثره فى العظام و يعتقد انه يساعد على عملية ايض الكالسيوم التى تتضمن ترسيب الكالسيوم و نقله.

A) بروتين الاستيوكالسين B) البروثرومبين C) الميناكوينون D) الميناكوينون

26. يحسن.....من ايض بعض الاحماض الامينية مثل التيروزين tyrosine و التربتوفان tryptophan و الفنيل الالانين phenylalanine.

A) فيتامين C B) فيتامين ب 1 C) فيتامين D D) فيتامين ب 2

اقلب الصفحة

27. من اعراض نقص الفولاسين الاصابة بـــــ.....وانخفاض مستويات الهيموجلوبين وعدد كرات الدم البيضاء والصفائح الدموية. وتحدث الاصابة بهذا النوع من الانيميا فى النساء الحوامل والاطفال الرضع والمسنين.

A) انيميا فقر الدم B) الانيميا ذات خلايا الدم المتضخمة C) الانيميا المنجلية D) انيميا البحر المتوسط

28.بياض البيض يحتوي على بروتين سام يسمى .....وهو قادر على الاتحاد بفيتامين ح لتكوين مركب معقد يصعب امتصاصه من خلال الأمعاء

A) الميوسين B) الاودوبسين C) الافيدين (Avidin) D) الكولاجين

29.يمر الغذاء الذي يتناوله الانسان بعدة مراحل لكي يستطيع الجسم الاستفادة منه.....

A) تبادل الغازات B) الامتصاص C) الاخراج D) جميع ما سبق

30.لا يحدث هضم لـ..... في المعدة لان المعدة لا تفرز الإنزيمات الهاضمة الخاصة بها .

A) الكربوهيدرات B) البروتينات C) الدهون D) الفيتامينات

السؤال الثاني (كل سؤال بدرجة واحدة / 30 درجة)

قم بكتابة العلامة المناسبة (T) أو (F) امام كل سؤال في ورقة الاجابة المرفقة (الشيت الالكترونى).

م	الاسئـــــــــــــلة
1.	كمية البول التي يفرزها الجسم يوميا تتناسب عكسيا مع كمية الفضلات التي يجب أن يتخلص منها الجسم.
2.	عناصر الصوديوم والبوتاسيوم والكلور والفسفور تساعد على ثبات التوازن القلوي في الجسم
3.	يعتبر الحمض الدهني اللوريك اسيد, الميرستيك اسيد والبالمتيك اسيد من أكثر الأحماض الدهنية الغير مشبعة التي ترفع نسبة الكوليسترول الضار في الدم
4.	القلق والضغوط النفسية يزيد من فقد إفراز الكالسيوم خارج الجسم.
5.	الكوليسترول عبارة عن مركب عضوي حلقي يوجد في معظم الخلايا الحيوانية ويصنف تحت الليبيدات المركبة.
6.	يقصد بسوء التغذية حدوث تدهور او ضعف في الصحة نتيجة تناول اغذية غير متكاملة اما بنقص واحد او أكثر من العناصر الغذائية.
7.	يدخل الزنك في تكوين أنزيم الفوسفاتيز القلوي الذي يدخل في ميتابوليزم العظام.
8.	معظم الكالسيوم يمتص في الجزء السفلي من الأمعاء الدقيقة حيث يعمل ايدروكلوريك المعدة على سهولة امتصاص الكالسيوم
9.	قد يحدث انخفاض في مستوي الفوسفور في الدم نتيجة اصابة الكليتين بمرض يؤدي الي عدم قدرتها علي تكوين فيتامين د النشط والضروري لامتصاص الفوسفور
10.	تزداد احتياجات الشخص للماء بزيادة محتوى الوجبة من الأغذية البروتينية والمواد غير القابلة للهضم والأملاح
11.	يلعب الصوديوم دوراً هاماً في إفراز الأنسولين بواسطة البنكرياس
12.	خفض نسبة الدهون في الوجبة الغذائية عن المستوي الموصي به يقلل من استفادة الجسم من الفيتامينات
13.	عند الهدرجة الجزيئية للزيوت النباتية الغير مشبعة تتكون الاحماض الدهنية الغير مشبعة المتحولة حيث يحدث تحول للأحماض الدهنية من وضع trans الي وضع cis
14.	يلعب اليود دور هام في عمليات التمثيل الغذائي للمواد الكربوهيدراتية
15.	احتواء الوجبة الغذائية على حمض الاسكوربيك يرفع من معدل امتصاص الحديد الغير الهيمي حيث يعمل علي اختزال ايون الحديدوز إلي ايون الحديديك
16.	عدم القدرة على تمثيل الحمض الاميني الليسين يسمي حالة الفنيل كيتونيوريا.

اقلب الصفحة

تحتوي البقوليات على وفرة من الاحماض الامينية الاساسية اليسين والايزوليوسين فى حين تفتقر الى الحامض الامينى الأساسي الميثيونين و التربتوفان.	.17
يمتص السكروز مباشرة من القناة الهضمية الى الدم وعندما يصل الى الكبد تفرز إنزيمات تعمل على إعادة ترتيب ذراته وتحولها الى جلوكوز او الى مركبات شبيهه له	.18
بدائل السكريات عديمة القيمة الغذائية تعرف باسم كحولات السكر مثل السوربيتول ، المانيتول ، الزيليتول وهى تمد الجسم ببعض خواص المواد الكربوهيدراتية	.19
السمنة من الاضرار الصحية الناتجة عن زيادة المأخوذ اليومي من الكربوهيدرات	.20
الالياف القابلة للذوبان فى الماء تمتص الماء و تنتفخ الى أحجام أكبر و بالتالي تسرع من تفريغ كتلة الغذاء من المعدة.	.21
ترتبط الالياف بالأحماض المرارية (بما فى ذلك الكوليسترول) فى الأمعاء.	.22
يرجع نقص الفيتامينات إلى خلل في عملية الامتصاص أو الإصابة بالطفيليات.	.23
يؤدى زيادة فيتامين أ الى انسداد في كيس الشعر بسبب تراكم الكيراتين Keratin ، مما يؤدى الى تكوين نتوءات بيضاء و تحبب سطح الجلد.	.24
في الحالات الشديدة لنقص فيتامين د يحدث فقد في حاسة السمع نتيجة لليونة عظام الاذن الداخلية.	.25
يزيد حامض الاسكوربيك من قدرة الجسم على امتصاص الحديد من خلال جدار الامعاء	.26
يسهم الشكل الفعال فسيولوجيا لفيتامين ب 1 في تكوين سكر الريبوز من الجلوكوز عن طريق تنشيط إنزيم الترانس كيتوليز transketolase.	.27
انزيم الببسين تفرزه المعدة وهو يعمل على تحليل بروتين الحليب في وجود ايونات الكالسيوم (يوجد في معدة الاطفال الرضع).	.28
تساعد أملاح الصفراء على تحويل البروتينات إلى مستحلب لتصبح قابلة للامتزاج بالماء مما يسهل عمل الإنزيمات الهاضمة عليها	.29
في حالة نقص انزيم اللاكتيز ، يتراكم سكر اللاكتوز في الأمعاء مسببة بعض الأعراض: مثل الاسهال وآلام في البطن و في هذه الحالة يطلق عليها عدم تحمل اللاكتوز	.30

،،،،،،،،،،،،،، انتهت الاسئلة

مع أطيب الامنيات بالتوفيق والنجاح،،،،،،،،،،،،،،،،،،

<u>لجنة الممتحنين</u>

أ.د/هبة عز الدين يوسف — أ.د/عبير أحمد خضر

أ.د/ محمد فكري سراج الدين — أ.د/ نجلاء علي مجد الشيخ

اقلب الصفحة