

2914Y_Qida fiziologiyası;_Rus testinin sualları

Fənn : 2914y Qida fiziologiyası

1 Нервная клетка получает информацию по:

- синапсу
- дендриту
- рецепторам
- нейрону
- аксону

2 Для осуществления рефлекторного акта необходимы минимум нейрона

- 6.0
- 2.0
- 3.0
- 4.0
- 5.0

3 Кто из ученых в XVII веке в первые внес термин «рефлекс» в науку:

- А.Н.Уголев
- И.М.Сеченов
- Р.Декард
- И.П.Павлов
- А.А.Покровский

4 Какие из перечисленных являются отделами нервной системы:

- вегетативный и парасимпатический
- центральная и периферическая
- соматический и вегетативный
- соматический и парасимпатический
- центральной и соматический

5 Главной причиной возникновения биологических мотиваций является

- внимание
- сдвиги констант крови
- эмоции
- торможение в ЦНС
- память

6 При снижении температуры воздуха активных холодовых рецепторов становится

- значительно меньше
- больше
- меньше
- количество не меняется
- сначала меньше, затем больше

7 Какая из фаз не относится к фазам желудочной секреции

- сложно-рефлекторная фаза
- панкреатическая фаза
- мозговая
- кишечная фаза
- желудочная фаза

8 Какова реакция панкреатического сока

- 6,5 7,2
- 7,8 8,4
- 1,5 2,0
- 3,5 4,0
- 0,5 1,0

9 Число функционирующих вкусовых рецепторов у человека больше в состоянии

- насыщения
- голода
- сна
- эмоционального стресса
- бодрствования

10 Сколько приблизительно часов человек проводит в парадоксальном сне

- 5-6
- 1,5-2
- 0,5-1
- 4-5
- 3-4

11 Специализированные структуры, воспринимающие действие раздражителя, называются

- анализаторами
- униполярными нейронами
- рецепторами
- псевдоуниполярными
- сенсорными системами

12 Когда возникает сон

- при торможении гипоталамических структур
- при устранении восходящих активирующих влияний ретикулярной формации на кору мозга
- при восходящих активирующих влияниях ретикулярной формации на кору мозга
- при активном потоке афферентации, поступающей от органов чувств
- при торможении лимбических структур

13 Какую функцию выполняет память в стадии афферентного синтеза

- хранения предыдущего опыта о результатах и путях их достижения
- формирования акцептора результата действия
- построения эфферентной программы действия
- активного отбора раздражителей внешнего мозга для удовлетворения ведущей потребности
- запуска ответных реакций на раздражение к определенному моменту, наиболее выгодному для успешного приспособления

14 Что относится к управляемым компонентам эмоции

- работа сердца
- голосовые реакции, двигательная активность (скелетные, мимические мышцы, язык), слезоотделение
- потоотделение
- сокращение гладких мышц
- давление крови

15 Эмоции выполняют функции

- социальную и биологическую
- защитную
- информационную, сигнальную, регуляторную, компенсаторную
- активации всех систем
- пищевую, половую, оборонительную

16 гистамин;

- подъязычный нерв
- верхнее гортанный нерв
- языкоглоточный нерв
- барабанная струна
- лицевой нерв

17 Что не соответствует вегетативным показателям во время поверхностного сна

- сердцебиение урежается
- пульс увеличивается
- температура тела падает
- кровяное давление снижается
- дыхание урежается

18 Где расположены рецепторы, раздражение которых вызывает рефлекс глотания

- слизистая оболочка поверхности языка
- слизистая оболочка кончика языка
- слизистая оболочка гортани
- слизистая оболочка корня языка и глотки
- слизистая твердого неба

19 Центр «голода» расположен:

- на уровне среднего мозга
- в нижнегрудном отделе спинного мозга
- в ядрах продолговатого мозга
- в латеральных ядрах гипоталамуса
- в вентро-медиальных ядрах гипоталамуса

20 Способность рецепторов приспосабливаться к длительному действию раздражителя называется

- кодированием
- аккомодацией
- модальностью
- адаптацией
- возбудимостью

21 Частота возникновения импульсов в рецепторах в процессе их адаптации

- не изменяется
- сначала увеличивается, потом уменьшается
- значительно увеличивается
- уменьшается
- увеличивается незначительно

22 Структурным элементом нервной системы является:

- рецептор
- дендрит
- аксон
- нейрон
- синапс

23 Воспринимающие структуры клеток носят название:

- аксоны
- дендриты
- рефлексy
- рецепторы
- нейроны

24 Мозжечок расположен:

- в большом полушарии
- в лобной доле мозга
- в височной области мозга
- над продолговатым мозгом
- в правом полушарии

25 Медиатором парасимпатической нервной системы является:

- гидрокортизон
- тироксин
- норадреналин
- ацетилхолин
- адреналин

26 Медиатором симпатической нервной системы является:

- адреналин
- тироксин
- норадреналин
- ацетилхолин
- ренин

27 Происхождение безусловных рефлексов:

- приобретенные в первые дни жизни
- исчезающие в первые месяцы жизни
- приобретенные в процессе жизнедеятельности
- врожденные
- приобретенные в первые месяцы жизни

28 Происхождение условных рефлексов

- приобретенные в первые дни жизни
- приобретенные в первые месяцы жизни
- врожденные
- приобретенные в процессе жизни деятельности
- исчезающие в первые месяцы жизни

29 Действие каких органов регулирует соматическая нервная система

- функцию питания всех связей
- действие кровяных сосудов
- действие внутренних органов
- действие скелетных мышц
- действие сердца

30 Максимальную площадь соматосенсорной коры занимает представительство

- губ, лица, кистей рук
- спины, подошв ног
- спины, кистей рук
- спины, живота, шеи
- подошв ног, живота, лица

31 Болевая реакция имеет эмоциональную окраску, потому что болевое возбуждение активизирует

- ретикулярную формацию ствола мозга
- гипоталамус и гипофиз
- кору больших полушарий
- лимбическую систему мозга
- антиноцицептивную систему мозга

32 Адаптация рецептора при длительном действии на него раздражителя заключается в

- сенсбилизации рецепторов
- уменьшении порога раздражения
- мобилизации рецептора
- уменьшении возбудимости
- увеличении возбудимости

33 Кем впервые было выдвинуто представление о рефлекторном характере деятельности высших отделов головного мозга

- Р. Декартом.
- И. П. Павловым
- П. К. Анохиным
- И. М. Сеченовым
- И. П. Павловым

34 В основе долговременной памяти

- реципрокное торможение
- эмоциональное возбуждение
- пресинаптическое торможение

- возникновение доминантного очага в коре
- активация синтеза РНК и белков в нейронах

35 На какое время сохраняется долговременная память

- на несколько часов
- на несколько дней
- от нескольких секунд до нескольких минут
- на всю жизнь
- от нескольких минут до нескольких часов

36 Как называется процесс трансформации кратковременной памяти в долговременную

- запечатлением
- воспроизведением
- амнезией
- консолидацией
- запоминанием

37 Какому отделу центральной нервной системы принадлежит ведущая роль в регуляции обмена веществ

- продолговатому мозгу
- таламусу
- ретикулярной формации ствола мозга
- гипоталамусу
- спинному мозгу

38 На кончике языка располагаются вкусовые рецепторы, чувствительные в основном к

- кислому
- острому
- соленому
- горькому
- сладкому

39 На спинке и боковых поверхностях языка располагаются вкусовые рецепторы, чувствительные в основном к

- сладкому
- горькому
- острому
- кислому и соленому
- горькому и сладкому

40 Заполненные межклеточной жидкостью промежутки между отростками нервных клеток называются:

- дендритами
- аксонами
- рефlekсами
- синапсами
- нейронами

41 Мозговой ствол включает в себя:

- большие полушария
- мозжечок и правое полушарие
- продолговатый мозг и левое полушарие
- гипоталамус и продолговатый мозг
- 12 пар черепно-мозговых нервов

42 Блуждающий нерв иннервирует:

- нижние конечности
- верхние конечности
- органы грудной полости
- органы брюшной и грудной полости
- органы слуха

43 Пути, по которым нервные импульсы поступают в мозг, называются:

- эфферентными
- дендритами
- миелиновым
- вставочными нейронами
- афферентными

44 Болевыми рецепторами являются

- колбы Краузе
- тельца Руффини
- тельца Мейснера
- свободные нервные окончания
- диски Меркеля

45 Отрицательные эмоции у человека возникают, когда

- отсутствуют потребности
- есть мотивация, но информации, энергии, сил и времени меньше, чем необходимо для достижения цели
- средств и времени для достижения цели достаточно, но отсутствуют мотивация
- мышление стереотипно и шаблонно
- отношение к воздействию раздражителей индифферентно

46 Какой отдел ЦНС участвует в формировании мотивации

- базальные ганглии
- мозжечок
- средний мозг
- гипоталамус
- таламус

47 Какие свойства нервных центров И. П. Павлов положил в основу деления людей по типам высшей нервной деятельности

- утомляемость, лабильность
- возбудимость, раздражимость
- возбудимость, проводимость
- силу, подвижность, уравновешенность
- пластичность, лабильность

48 Какие структуры мозга участвуют в формировании произвольного внимания

- подкорковые ядра, продолговатый мозг
- спинной мозг, мозжечок
- гипоталамус, продолговатый мозг
- лобная доля коры, ретикулярная формация
- гипоталамус, таламус

49 К первичночувствующим рецепторам относятся

- волосковые клетки улитки
- вкусовые почки
- фоторецепторы сетчатки
- обонятельные рецепторы
- вестибулярные

50 Большинство безусловных рефлексов проявляются

- у взрослого человека
- в юности
- в школьном возрасте
- сразу после рождения
- в старости

51 Что не входит в представление энграммы памяти

- процесс обучения
- ансамбль нейрональных и глиальных элементов
- активация генома
- амнезия
- синтез специфических белков

52 Как влияет симпатический отдел вегетативной нервной системы на процессы реабсорбции

- стимулирует реабсорбцию глюкозы и секрецию органических кислот
- тормозит реабсорбцию альдостерона
- тормозит реабсорбцию натрия
- стимулирует реабсорбцию натрия, фосфатов, воды
- тормозит реабсорбцию воды

53 Какой центр находится в заднем отделе гипоталамуса

- сна и пробуждения
- насыщения и голода
- жажды
- химической терморегуляции
- физической терморегуляции

54 Когда не возникает нарушение памяти

- при поражении мамилярных тел гипоталамуса
- при поражении гиппокампа
- при поражении амигдалоидной области
- при поражении мозжечка
- при поражении височной доли больших полушарий

55 Какова характеристика условных рефлексов

- являются видовыми, осуществляемыми при участии коры большого мозга
- являются реакциями, приобретенными в процессе индивидуального развития на основе предыдущего «жизненного опыта»
- являются постоянными и образуются на любые воспринимаемые организмом раздражения
- являются постоянными, видовыми, наследственно передающимися реакциями организма
- являются постоянными, но наследственно не передающимися реакциями организма

56 Вследствие чего температура тела возвращается к норме при уменьшении температуры внутренних органов

- уменьшения окисления бурого жира
- увеличения работы потовых желез
- изменения содержания кислорода и углекислого газа в крови
- расширения поверхностных сосудов
- сужения поверхностных сосудов, увеличения окисления бурого жира, повышения терморегуляционного тонуса и мышечной дрожи

57 Какую функцию выполняют эмоции

- пищевую
- пищевую, половую
- социальную и биологическую
- информационную, сигнальную, регуляторную
- оборонительную, половую

58 У лиц с преобладанием образного (по Павлову) типа мышления доминирует

- таламус
- правое полушарие
- гипоталамус и обонятельный мозг
- ретикулярная формация среднего мозга
- левое полушарие

59 Какому типу темперамента (по Гиппократу) соответствует сильный, уравновешенный, инертный тип ВНД (по Павлову)

- сангвинику
- холерику
- меланхолику
- флегматику
- невротика

60 Стимуляция каких нервных проводников, иннервирующих слюнные железы, приводит к выделению малого количества слюны, богатой органическими веществами

- парасимпатических
- добавочного нерва
- возвратного нерва
- симпатических
- тройничного нерва

61 Какие биологически активные вещества синтезируются в ЦНС

- хорионический гонадотропин, андрогены, эстрогены, прогестерон.

- ренин, эритропоэтины;
- натрийуретический пептид;
- эндорфины (α , β , γ , σ), энкефалины (лейцин, метионин);
- ангиотензинпревращающий пептид;

62 Прибор, служащий для определения количества тепловых и холодных точек на коже, называется

- густометр
- эстеziометр
- термометр
- термоэстеziометр
- электротермометр

63 Метод определения вкусовой чувствительности по порогу ощущения называется

- ольфактометрией
- электроретинографией
- адаптометрией
- густометрией
- эстеziометрией

64 К вторичночувствующим рецепторам относятся

- ноцицепторы
- обонятельные рецепторы
- мышечные веретена
- фоторецепторы сетчатки
- тактильные рецепторы

65 Первый нейрон вкусовой сенсорной системы локализуется в

- чувствительных ганглиях верхнего шейного узла
- ядре солитарного тракта
- коре больших полушарий
- чувствительных ганглиях вкусовых нервных волокон
- таламусе

66 Корковое представительство вкусового анализатора находится в

- затылочной области коры
- гиппокампе, периформной коре
- теменной области коры
- соматосенсорной зоне коры
- височной области коры

67 Вкусовые точки передних двух третей языка иннервирует

- блуждающий нерв
- подъязычный нерв
- языкоглоточный нерв
- барабанная струна
- верхнегортанный нерв

68 Значение защитного торможения, происходящее в центральной нервной системе при

утомлении по И.П.Павлову:

- bütün qan qruplarına vurmaq olar
- организм предохраняется от возможных заболеваний со стороны нервной системы
- приостанавливается работа коры головного мозга, перенапрягается нервные клетки
- ограничивается работа коры головного мозга, нервные клетки не страдают
- ограничивается работоспособность головного мозга, охраняются нервные клетки от чрезмерного перенапряжения и гибели
- подготавливается кора головного мозга к последующей работе

69 Что такое сколиоз

- патологическое искривление позвоночника в боковые стороны
- искривление позвоночника в сагиттальной плоскости вперед
- искривление позвоночника в сагитальной плоскости назад
- искривление позвоночника во фронтальной плоскости
- искривление позвоночника в поясничной области

70 При вибрационной болезни (за счет местной вибрации) поражается в первую очередь:

- сердечно-сосудистая система
- сосуды головного мозга
- центральная нервная система
- сосуды фаланг пальцев
- сосуды органа слуха

71 Методы исследования для оценки изменений в центральной нервной системе во время работы

- спирометрия, исследование жизненного объема легких
- электрокардиография, сфигмография, динамометрия
- тремометрия, миография, электроэнцефалография
- исследование условных рефлексов, хронасиметрия, электроэнцефалография
- использование психофизических тестов, электрокардиография, миография

72 Что такое лордоз

- искривление позвоночника в сагиттальной плоскости назад
- искривление позвоночника в боковые стороны
- искривление позвоночника в поясничной области
- искривление позвоночника в сагиттальной плоскости вперед
- искривление позвоночника во фронтальной плоскости

73 Как, по И.П.Павлову, работает защитное торможение, происходящее в центральной нервной системе при утомлении:

- ограничивается работа коры головного мозга, нервные клетки не страдают
- кор подготавливается а головного мозга к последующей работе
- ограничивается работоспособность головного мозга, охраняются нервные клетки от чрезмерного перенапряжения и гибели
- организм предохраняется от возможных заболеваний со стороны нервной системы
- приостанавливается работа коры головного мозга, перенапрягается нервные клетки

74 Дайте верное определение сколиоза

- искривление позвоночника в сагиттальной плоскости вперед

- искривление позвоночника в поясничной области
- искривление позвоночника в сагитальной плоскости назад
- искривление позвоночника во фронтальной плоскости
- патологическое искривление позвоночника в боковые стороны

75 Укажите объект первоочередного поражения (за счет местной вибрации) при вибрационной болезни

- сердечно-сосудистая система
- сосуды головного мозга
- центральная нервная система
- сосуды фаланг пальцев
- сосуды органа слуха

76 Гидролиз клетчатки в толстой кишке идет под влиянием ферментов:

- желчи
- поджелудочной железы
- кишечного сока
- микрофлоры
- энтероцитов

77 На какую пищу выделяется наиболее кислый желудочный сок

- на хлеб
- на молоко
- на жир
- на мясо
- на сахар

78 На корне языка располагаются вкусовые рецепторы, чувствительные в основном к

- острому
- соленому
- кислому
- горькому
- сладкому

79 Торможение активности желудка в ответ на попадание жирной пищи в двенадцатиперстную кишку происходит при дефиците гормона:

- глюкагона
- гастрина
- секретина
- холецистокинина-панкреозимина
- инсулина

80 Какова роль толстой кишки в пищеварении

- активирует трипсиноген
- основной орган всасывания питательных веществ
- активирует энтерокиназу
- конечный гидролиз остатков непереваренной пищи
- эмульгирует жиры

81 В полости рта происходит:

- механическая и химическая переработка пищи до состояния пригодности ее к всасыванию и усвоению организмом
- начальная механическая и химическая обработка пищи
- гидролиз жиров до глицерина и жирных кислот
- начальный гидролиз белков до стадии альбумоз и пептонов с образованием некоторого количества аминокислот
- деполимеризация питательных веществ до стадии, в которой они всасываются

82 Что отражает изодинамия питательных веществ

- взаимозаменяемость питательных веществ по их массе
- увеличение основного обмена после приема пищи
- количество всасываемых и утилизируемых организмом веществ
- взаимозаменяемость питательных веществ по их калорической ценности
- уменьшение основного обмена после приема пищи

83 При введении в двенадцатиперстную кишку соляной кислоты в крови резко повысится уровень:

- холецистокинина-панкреозимина
- амилазы
- пепсина
- секретина
- липазы

84 Какова роль гормона ЖКТ секретина

- стимулирует секрецию кишечного сока
- стимулирует секрецию желудочного сока
- стимулирует секрецию слюны
- стимулирует секрецию сока поджелудочной железы
- тормозит секрецию слюны

85 Что включает в себя внутриклеточное пищеварение

- полостное и пристеночное
- пристеночное и пиноцитоз
- полостное и фагоцитоз
- фагоцитоз и пиноцитоз
- пристеночное и фагоцитоз

86 В каких отделах желудка образуется HCl:

- на дне
- в своде
- пилорическом
- пилорическом
- фундальном

87 Какие из нижеперечисленных функций не присущи микрофлоре толстого кишечника

- осуществляют процессы неферментативного брожения и гниения пищевых остатков
- синтез витаминов H, B1, B6 и фолиевой кислоты
- антагонистическая активность в отношении патогенных микроорганизмов

- синтез белков для нужд макроорганизма
- разрушение растительной клетчатки

88 В ротовой полости происходит расщепление:

- жирных кислот
- нуклеотидов
- жиров
- углеводов
- белков

89 Пепсин желудочного сока гидролизует:

- углеводы
- фосфолипиды
- жиры
- белки
- мукополисахариды

90 Реакция слюны:

- зависит от выделяющихся ферментов
- всегда щелочная
- всегда нейтральная
- изменяется в зависимости от состава пищи
- всегда кислая

91 Органами ротовой полости являются:

- щитовидная железа, гортань, язык
- язык, пищевод, зубы
- зубы, бронхи, губы
- губы, язык, зубы
- пищевод, гортань, бронхи

92 В ротовой полости происходит:

- синтез холестерина
- частичный гидролиз белков
- частичный гидролиз жиров
- измельчение пищи
- эмульгирование жиров

93 Причиной кариеса являются:

- недостаток йода
- избыток жиров
- недостаток витамина Д
- недостаток фтора
- избыток кальция

94 Нормальное состояние слизистой ротовой полости обеспечивают:

- калий и витамин Е
- витамин А и кальций
- ферменты

- гликоген и витамин С
- витамин С и витамина А

95 рН желудочного сока у здорового человека составляет:

- 3 – 4
- 5 – 7,4
- 3 – 5
- 1,5–2,5
- 4–6

96 Благоприятно воздействуют на функцию слизистой желудка :

- глюкоза и витамин РР
- витамин D и витамин E
- витамин С
- витамин U и витамин А
- витамин К и кальций

97 Печень выполняет следующую функцию в организме

- измельчение пищи
- обезвреживание токсических соединений
- синтез витамина С
- измельчение пищи
- всасывание жиров

98 Основная функция желчи:

- усвоение водорастворимых витаминов
- переваривание углеводов
- переваривание белков
- всасывание синтез витаминов жирных кислот
- восстановление железа

99 Оптимальной температурой для полного вкусовосприятия является:

- 60- –70
- 45-–65
- 0-–7
- 10-–35
- 20 -–25

100 Наиболее часто аллергические реакции вызывают:

- витамина
- сахар
- картофель
- citrusовые
- хлеб

101 Приблизительно какой объем желудка необходим пожилым людям для пищеварения (в литрах)

- 4.0
- 2.0

- 1,5
- 2,5
- 3.0

102 Возникновение чувства голода связано с :

- снижением осмотической концентрации крови
- повышением концентрации глюкозы в крови
- сокращением стенок пустого желудка
- снижением концентрации глюкозы в крови
- обезвоживанием организма

103 Аппетит — это:

- чувство голода
- хорошая порция запального желудочного сока, богатого ферментами
- снижение гемоглабина в крови
- повышение уровня глюкозы крови
- снижение уровня глюкозы крови

104 Фактор, положительно влияющие на формирование аппетита:

- переохладение
- доминанта отрицательных чувств (гнев, боль) переутомление
- положительные эмоции
- соблюдение режима питания
- физическая нагрузка

105 Основными раздражителями желудочных желез являются:

- вода
- физическая нагрузка
- пища и вода
- условные сигналы, ранее сочетавшиеся с ее приемами и пища
- переохладение

106 Нарушение пищеварения в желудке происходит при :

- использовании минеральных вод в питании
- включение в суточный рацион овощей
- дробном питании
- поспешной еде в сухоматку
- употреблении экстрактивных веществ мяса

107 Тормозят выделение сока поджелудочной железы:

- лук
- молочная сыворотка и алкоголь
- прием пищи
- жиры
- капуста

108 Тормозят желчеотделение:

- мороженое
- ксилит

- жиры
- голодание
- соли магния

109 Повреждает желчевыделительную функцию:

- теплая пища
- молоко
- избыточное потребление соли
- избыточное потребление жиров
- балластные вещества

110 Нерастворимые продукты обмена выделяются из организма через:

- тонкий кишечник
- кожу
- почки
- толстый кишечник
- анальное отверстие

111 В выделении холестерина участвуют:

- кишечник
- легкие
- почки
- печень
- желудок

112 Какой вид пищеварения осуществляется ферментами, фиксированными на клеточной мембране

- дистантное
- внутриклеточное
- полостное
- контактное
- аутолитическое

113 Назовите сокращения мышц желудка, осуществляющие переход химуса из желудка в 12-перстную кишку:

- тонические
- ритмическая сегментация
- антиперистальтические
- пропульсивные
- перистальтические

114 Сколько слюны вырабатывается в сутки

- 1–1,5 л
- 0,1–0,5 л
- 0,1–0,6 л
- 0,5–2,0 л
- 2–3 л

115 Какой вид сокращения мускулатуры тонкой кишки обеспечивает продвижение пищи по

кишечнику

- тонические движения
- ритмическая сегментация
- непропульсивная перистальтика
- пропульсивная перистальтика
- маятникообразные движения

116 Где происходит пристеночное пищеварение

- внутри энтероцитов
- в просвете ЖКТ
- в желудке
- на микроворсинках и в гликокаликсе
- в толстом кишечнике

117 Какой отдел ЦНС осуществляет непосредственный контроль над аппетитом, синтезом жиров и их расщеплением

- продолговатый мозг
- гипоталамус
- мозжечок
- таламус
- средний мозг

118 Где в основном всасываются вода и соли

- легкие
- толстый кишечник
- желудок
- тонкий кишечник
- прямая кишка

119 Что подразумевается под активным транспортом мономеров из желудочно-кишечного тракта

- осмос
- облегченная диффузия
- фильтрация
- перенос веществ через мембраны против концентрационного, осмотического и электрохимического градиентов с затратой энергии
- простая диффузия

120 Какой отдел кишечника не содержит бактерий

- слепая кишка
- толстая
- тощая кишка
- двенадцатиперстная кишка
- прямая

121 Тип пищеварения, осуществляемый под влиянием ферментов, содержащихся в пище, называется:

- собственным
- симбионтным

- смешанным
- аутолитическим
- контактным

122 В каком отделе пищеварительного тракта переваривается клетчатка

- тонкая кишка
- двенадцатиперстная кишка
- желудок
- ободочная кишка
- тощая кишка

123 Желудочный сок состоит из:

- желчи и лизоцима
- уксусной кислоты и липазы
- слизи и соляной кислоты
- липазы, соляной кислоты и пепсина
- амилазы и жирных кислот

124 Основным ферментом, расщепляющим белки в желудке, является

- гликоген
- желоч
- липаза
- пепсин
- амилаза

125 Липаза желудка расщепляет только

- белок
- углеводы
- холестерин
- эмульгированные жиры
- крахмал

126 Желчь состоит из:

- химозина и трипсина
- лактазы и холестерина
- пепсина и амилазы
- холестерина и желчных кислот
- сахаразы и липазы

127 Что способствуют желчеотделению:

- соли магния
- мороженое
- голодание
- ксилит и жиры
- холодные коктейли

128 Непереносимость пищи связана с:

- внешним видом
- приемом кулинарной обработки

- психологическим отказом от определенных продуктов
- пищевой аллергией, связанной с образованием антител к определенным компонентам пищи
- температурным режимом подачи

129 Из каких частей в последовательности состоит орган пищеварения человека:

- пищевые железы, пищевод, желудок и кишки.
- ротовая полость, глотка, желудок, печень и кишки.
- ротовая полость, пищевод, гортань, желудок, кишки.
- ротовая полость, глотка, пищевод, желудок, кишки.
- пищевой канал и пищевые железы.

130 Какие факторы проталкивают и облегчают движение по пищеводу пищи во

- слизь слизистой оболочки пищевода
- сила воздействия клапана
- волнистое движение пищевода
- сокращение мышц гортани
- волнистое движение пищевода с слизью слизистой оболочки

131 Температура, обеспечивающая оптимальное восприятие вкуса горячих блюд и напитков, (С):

- 45- – 50
- 65-–70
- 18-–20
- 35-–40
- 25 – 30

132 Эмульгированные жиры находятся в следующих продуктах:

- молоко
- растительное масло
- сливочное топленое масло
- майонез и молоко
- свиной жир

133 Сильными стимуляторами желудочной секреции являются

- паровое мясо и алкоголь
- какао и кофе
- свежий белый хлеб, бульон
- жаренные мясные блюда и черный хлеб
- творог и сыр

134 Слабые раздражители желудочной секреции :

- специи и творог
- свернувшийся яичный белок
- газированные минеральные воды
- овощи и отварное мясо
- алкоголь в небольшом количестве

135 Торможение желудочной секреции вызывает:

- алкоголь в небольшом количестве

- напитки, содержащие CO₂
- кофе
- плохо пережеванная пища
- отрубной хлеб

136 Лактоза молока расщепляется в :

- ротовой полости
- толстом кишечнике
- желудке
- тонком кишечнике
- 12-ти перстной кишке

137 Сок поджелудочной железы состоит из:

- глюкозы и пепсина
- липазы и трипсина
- пепсина и глюкозы
- трипсина и лизоцима
- инсулина и амилазы

138 Стимулируют выделение сока поджелудочной железы:

- холодная пища
- щелочные минеральные воды
- молочная сыворотка
- лук и капуста
- большие дозы алкоголя

139 Тип пищеварения у человека, осуществляемый с помощью ферментов, синтезированных микроорганизмами пищеварительного тракта, называется:

- смешанным
- внутриклеточным
- аутолитическим
- симбионтным
- собственным

140 Рефлекторная дуга акта жевания замыкается на уровне:

- моста
- шейного отдела спинного мозга
- мозжечка
- продолговатого мозга
- среднего мозга

141 Третий нейрон вкусовой сенсорной системы локализуется в

- коре больших полушарий
- чувствительных ганглиях верхнего шейного узла
- чувствительных ганглиях вкусовых нервных волокон
- таламусе
- ядре солидарного тракта

142 При каких условиях трипсиноген переходит в трипсин?

- под влиянием ферментов поджелудочной железы
- под влиянием соляной кислоты желудочного сока
- под влиянием ферментов желудочного сока
- при контакте со слизистой оболочкой двенадцатиперстной кишки и действии энтерокиназы
- под влиянием жёлчи

143 Инактивация соляной кислоты и пепсина в двенадцатиперстной кишке происходит под влиянием

- мукопротеидов
- трипсина
- химотрипсиногена
- энтерокиназы
- жёлчи

144 Сколько литров желудочного сока выделяется у взрослого человека в сутки

- 30 л
- 10 л
- 0,3 л
- 2,5 л
- 5л

145 Когда происходит активация антидиуретического механизма

- при приеме жирной пищи
- при приеме острой пищи
- при водной нагрузке
- при приеме соленой пищи, потери жидкости
- при приеме углеводной пищи

146 Чему равен в норме рН желудочного сока натощак

- 0,1–0,5
- 2,0–2,5
- 0,6–0,8
- 1,5–1,8
- 0,9–1,5

147 Основными гуморальными факторами, регулирующими деятельность ЖКТ, являются:

- катионы
- медиаторы
- электролиты
- ферменты
- белки плазмы крови

148 Секрецию желчи в ответ на попадание кислой пищи в двенадцатиперстную кишку уменьшает:

- глюкагон
- секретин
- холецистокинина–панкреозимин
- инсулин
- гастрин

149 При удалении желудка анемия развивается вследствие нарушения всасывания:

- железа
- углеводов
- белка
- цианокобаламина (витамина В12) и фолиевой кислоты
- жира

150 Какой из видов движения не наблюдается в перистальтике желудка

- «пищевая» моторика
- голодная и «пищевая» моторика
- моторика в период наполнения
- маятникообразные сокращения
- голодные» сокращения

151 Какие вещества всасываются в пищеварительном тракте активным транспортом

- вода
- соли
- аскорбиновая кислота
- аминокислоты
- жиры

152 Какие виды двигательной активности характерны для желудка

- тонические
- маятникообразные движения
- ритмическая сегментация
- перистальтические
- пропульсивные

153 Какова основная роль гормона пищеварительного тракта гастрина

- превращает пепсиноген в пепсин
- тормозит секрецию желчи
- активирует ферменты поджелудочной железы
- стимулирует секрецию желудочного сока
- тормозит секрецию поджелудочной железы

154 На кишечную фазу желудочной секреции в основном влияют:

- центральные механизмы
- местные рефлексорные механизмы
- местные нервные механизмы
- продукты гидролиза и интестинальные гормоны
- интрамуральные механизмы

155 Секрецию пищеварительных ферментов тормозит гормон:

- ацетихолин
- альдостерон
- инсулин
- адреналин
- гормон роста

156 Что не входит в состав каловых масс

- , колл стерко агеныбилин
- Пепсин, гастриксин
- нерастворимые соли, бактерии
- слизь, отмершие эпителиальные клетки, холестерин
- растительная клетчатка, кератины,

157 Укажите правильную последовательность по приоритетности расположения путей поступления в организм токсических веществ:

- кожа, печень, легкие
- дыхательные пути, кожа, пищеварительный тракт
- пищеварительный канал, кожа, дыхательные пути
- дыхательные пути, пищеварительный тракт, кожа
- пищеварительный тракт, печень, кожа

158 Какой путь поступления ядов в организм считается сравнительно менее опасным

- жировые железы
- поврежденная кожа
- дыхательные пути
- пищеварительный тракт
- потовые железы

159 Слюна состоит из:

- пептидазы, лизоцима
- слизи, аминокислот
- амилазы
- лизоцима, слизи, амилазы
- липазы, слизи

160 Расщепление сахарозы происходит в:

- 12-й перстной кишке
- желудке
- ротовой полости
- тонком кишечнике
- толстом кишечнике

161 Пептидазы образуются в :

- пищеводе и глотке
- ротовой полости
- желудке и пищеводе
- тонком кишечнике и желудке
- толстом кишечнике

162 Пепсин образуется в :

- тонком кишечнике
- ротовой полости
- поджелудочной железе
- желудке

- толстом кишечнике

163 Липаза образуется в:

- пищеводе
 ротовой полости
 желудок
 поджелудочной железе
 толстом кишечнике

164 Какой пигмент придает крови красный цвет

- тромбин
 актин
 лейкоцит
 гемоглобин
 миоглобин

165 Какой из признаков не вызывает малокровие.

- инфекционная болезнь
 понижение уровня эритроцитов
 понижение уровня лейкоцитов
 понижение уровня гемоглобина
 общая потеря крови

166 Какую функцию в основном выполняет сердце

- расщепляет белки
 выделяет мочу
 регулирует дыхание
 обеспечивает кровообращение
 выделяет желчь

167 На сколько групп делится кровь

- 5.0
 2.0
 3.0
 4.0
 1.0

168 Каким должно быть в среднем минимальное кровяное давление у человека

- 140 – 160 ртутного столба
 130–150 ртутного столба
 120– 140 ртутного столба
 80 – 120 ртутного столба
 150–180 ртутного столба

169 Кислородный запрос

- количество кислорода, оставшееся после полного окисления продуктов распада
 количество кислорода, необходимое для окисления продуктов распада в 1 час
 количество кислорода, необходимое для окисления продуктов распада в 1 минуту
 количество кислорода в составе остаточного воздуха

- максимальное количество кислорода, полученного организмом в 1 минуту

170 Какие факторы препятствуют процессу фильтрации

- гидростатическое давление в капиллярах клубочка
 вязкость крови
 объем циркулирующей крови
 онкотическое давление крови и гидростатическое давление ультрафильтрата в капсуле клубочка
 скорость кровотока

171 Напряжение кислорода и углекислого газа (мм рт. ст.) в венозной крови составляет:

- кислород – 48, углекислый газ – 40
 кислород – 100, углекислый газ – 40
 кислород – 96, углекислый газ – 39
 кислород – 40, углекислый газ – 46
 кислород – 20, углекислый газ – 60

172 Химические изменения крови, происходящие при напряженной умственной работе:

- содержание неорганического фосфора, холестерина, креатинина и щелочных запасов уменьшаются
 содержание неорганического фосфора и холестерина не меняется, содержание креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются
 содержание неорганического фосфора, холестерина и креатинина уменьшается, щелочные запасы увеличиваются
 содержание неорганического фосфора, холестерина и креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются
 содержание неорганического фосфора остается стабильным, содержание холестерина и креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются

173 Какие нарушения считаются основными при воздействии вибрации

- патологии, происходящие в эндокринной системе
 нарушения, происходящие в нервной системе
 патологии, происходящие в сердце
 сосудистые нарушения
 патологии, происходящие в желудочно-кишечном тракте

174 Изменение количества лейкоцитов и лимфоцитов при тяжелой мышечной работе:

- уменьшается количество лейкоцитов, увеличивается количество лимфоцитов
 уменьшается количество лейкоцитов и лимфоцитов
 увеличивается количество лейкоцитов и лимфоцитов
 увеличивается количество лейкоцитов, уменьшается количество лимфоцитов
 не изменяется количество лейкоцитов и лимфоцитов

175 Что такое малое кровообращение

- reseptorla
 поток венозной крови от сердца к кишкам и обратно
 поток венозной крови от сердца к печени и обратно
 поток венозной крови от сердца к легким и обратно
 поток венозной крови от сердца к желудку и обратно

176 Что такое большое кровообращение

- поток артериальной крови от сердца к легким
- поток артериальной крови от сердца к желудку
- поток артериальной крови от сердца к почкам и обратно
- поток артериальной крови от сердца к органам и венозной крови от органов сердцу
- поток артериальной крови от сердца к кишкам

177 Из каких слоев состоит кровеносное сосуда

- интима, медиа, адвентсия и капилляра
- медиа, капилляры, адвентсия
- интима и медиа
- интима, медиа, адвентсия
- плазмы, капилляры, адвентсия

178 К клеткам какой части организма относятся эритроциты

- желудка
- печени
- кишечника
- крови
- почек

179 Угольная ангидраза находится в:

- плазме и эритроцитах
- лейкоцитах
- плазме
- эритроцитах
- тромбоцитах

180 Благодаря чему сохраняется газовый гомеостаз в условиях высокогорья

- понижению сродства гемоглобина к кислороду
- уменьшению частоты дыхания
- повышению частоты дыхания
- увеличению количества эритроцитов и повышению сродства гемоглобина к кислороду
- снижению частоты сокращений сердца

181 У больного резко повышен уровень гастрина в крови. Для этого состояния характерно:

- гипогликемия
- пониженная кислотность желудочного содержимого
- гипергликемия
- повышенная кислотность желудочного содержимого
- средняя кислотность желудочного содержимого

182 На какой белок плазмы действует ренин

- кальций связывающий белок
- альбумин
- глобулин
- ангиотензиноген
- фибриноген

183 Какие изменения крови могут произойти при напряженной умственной работе:

- содержание неорганического фосфора, холестерина, креатинина и щелочных запасов уменьшаются
- содержание неорганического фосфора и холестерина не меняется, содержание креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются
- содержание неорганического фосфора остается стабильным, содержание холестерина и креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются
- содержание неорганического фосфора, холестерина и креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются
- содержание неорганического фосфора, холестерина и креатинина уменьшается, щелочные запасы увеличиваются

184 Кислородный потолок:

- максимальное количество кислорода, получаемое организмом в результате деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем в 1 час
- максимальное количество кислорода в составе воздуха при дыхательном акте
- средний объем кислорода, получаемое организмом в результате деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем в 1 минуту
- максимальное количество кислорода, получаемое организмом в результате деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем в 1 минуту
- максимальное количество кислорода в составе запасного воздуха

185 Причины увеличения расхода кислорода после тяжелой статической работы:

- улучшает артериальное давление
- улучшает питание мышц
- подготавливает мышцы к последующей работе
- расход на окисление продуктов распада, накопленных во время работы
- обеспечивает активный отдых мышц

186 Какие химические изменения крови, происходят при напряженной умственной работе: (Укажите верный вариант ответа) содержание неорганического фосфора остается стабильным, содержание

- содержание неорганического фосфора, холестерина, креатинина и щелочных запасов уменьшаются
- холестерина и креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются
- содержание неорганического фосфора, холестерина и креатинина уменьшается, щелочные запасы увеличиваются
- содержание неорганического фосфора, холестерина и креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются
- содержание неорганического фосфора и холестерина не меняется, содержание креатинина повышается, щелочные запасы уменьшаются

187 Укажите верное определение понятия «кислородный потолок»:

- максимальное количество кислорода, получаемое организмом в результате деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем в 1 час
- максимальное количество кислорода в составе воздуха при дыхательном акте
- средний объем кислорода, получаемое организмом в результате деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем в 1 минуту
- максимальное количество кислорода, получаемое организмом в результате деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем в 1 минуту
- максимальное количество кислорода в составе запасного воздуха

188 Транспорт кислорода к тканям обеспечивает:

- эритроцит
- альбумин
- гемоглобин

- оксигемоглобин
- лейкоцит

189 Участвуют в свертывании крови:

- эритроцит
- глобулин
- гемоглобин
- фибриноген
- альбумин

190 Поджелудочная железа обладает:

- способность регулировать минеральный обмен
- способностью к синтезу гормонов
- способностью выделять пищеварительные ферменты
- смешанной секрецией
- способность регулировать белковый обмен

191 Гормоны поджелудочной железы – инсулин и глюкагон – регулируют обмен:

- водно-солевой
- белковый
- энергетический
- углеводный и жировой
- минеральный

192 Недостаточный синтез инсулина и избыточный – глюкагона является причиной развития

- атеросклероз
- анемии
- истощения
- диабета
- ожирения

193 Мужскими половыми гормонами являются

- синестерол
- эстрогены
- прогестероны
- андрогены
- тестостерон

194 Что выделяют железы внутренней секреции для воздействия на обмен веществ в организме

- гормоны
- минеральные соли
- органические кислоты
- сахара
- витамины

195 Какова в норме температура печени

- 37° С
- 37,2° С

- 36,6°C
- 38° C
- 36,4° C

196 Кровь, оттекающая от желудочно-кишечного тракта, поступает в печень по:

- артерия печени
- аорте
- бедренной артерии
- воротной вене
- сонной артерии

197 Признаками гипертиреоза являются:

- малокровие
- слизистый отек
- увеличение массы тела
- увеличение массы щитовидной железы
- хрупкость костей

198 В щитовидной железе вырабатываются следующие йодсодержащие гормоны

- глюкагон
- адреналин
- тирозин
- дийодтирозин и тироксин
- инсулин

199 Тироксин контролирует в организме:

- водно-солевой баланс
- кислотно-щелочное равновесие
- энергетический обмен
- эмоциональный тонус человека
- кроветворение

200 Паращитовидные железы секретируют:

- глюкагон
- инсулин
- тиреотропный гормон
- паратгормон
- адреналин

201 Вилочковая железа (тимус) секретирует:

- тироксин
- адреналин
- тироксин
- тимозины
- инсулин

202 Проявлениями диабета являются:

- увеличение количества мочевины в крови
- снижение уровня гемоглобина

- нарушение утилизации глюкозы тканями
- увеличение концентрации глюкозы в крови
- ускоренный метаболизм глюкозы

203 В корковом слое надпочечников синтезируются:

- тимозин
- тироксин
- паратгормон
- минералокортикоиды
- адреналин

204 В мозговом слое надпочечников синтезируется:

- паратгормон
- глюкагон
- инсулин
- адреналин
- тироксин

205 Какие гормоны вырабатываются в мозговом слое надпочечников

- окситоцин и аргинин-вазопрессин
- минералокортикоиды, глюкокортикоиды и половые гормоны
- инсулин, глюкагон, панкреотический полипептид, панкреотический соматостатин
- адреналин и норадреналин
- АКТГ, тиреотропный, соматотропный гормоны

206 Какие гормоны не выделяет корковое вещество надпочечников

- минералокортикоиды
- прогестерон
- глюкокортикоиды
- инсулин и глюкагон
- половые гормоны

207 Печёночная жёлчь отличается от пузырной:

- низким содержанием жирных кислот, ионов калия
- высоким содержанием жирных кислот, ионов натрия, хлора, холестерина, кальция
- низким содержанием воды, ионов калия
- высоким содержанием желчных кислот, витаминов
- низким содержанием жёлчных кислот, жёлчных пигментов, холестерина

208 Какой из ферментов поджелудочной железы способен активировать все другие протеолитические панкреатические ферменты

- эстераза
- коллагеназа
- эластаза
- трипсин
- химотрипсин

209 Какие виды обмена регулирует щитовидная железа

- обмен железа

- углеводный обмен;
- минеральный обмен;
- основной обмен;
- обмен кальция;

210 Какие гормоны вырабатываются в околощитовидных железах

- тестостерон и прогестерон.
- тироксин, трийодтиронин и тиреокальцитонин;
- катехоламины;
- паратгормон;
- либерины и статины;

211 Какими способами обеспечивается информационная передача гормонов

- аутокринным;
- телекринным;
- нейрокринным;
- все вышеперечисленное верно.
- изокринным;

212 Какую реакцию имеет в нормальных условиях желчь

- кислослабую
- нейтральную
- слабокислую
- слабощелочную
- кисло-щелочную

213 Как активируется панкреатическая липаза

- химотрипсином поджелудочной железы
- кислым желудочным содержимым
- холецистокинином-панкреозимином
- желчными кислотами
- гастрином

214 Какие виды обмена регулируют паращитовидные железы

- минеральный обмен;
- обмен железа.
- основной обмен;
- углеводный обмен
- обмен кальция;

215 Какие виды обмена регулирует поджелудочная железа

- основной обмен;
- обмен кальция;
- минеральный обмен;
- углеводный обмен
- обмен железа.

216 Какие гормоны вырабатываются в поджелудочной железе

- соматостатин; минералокортикоиды, глюкокортикоиды и половые гормоны

- адреналин и норадреналин
- окситоцин и аргинин-вазопрессин;
- инсулин, глюкагон, панкреотический полипептид, панкреотический
- АКТГ, тиреотропный, соматотропный гормоны

217 Какие гормоны синтезируются в нейросекреторных клетках гипоталамуса

- мелатонин, адреналин;
- соматолиберин, гонадолиберин, кортиколиберин, соматостатин;
- инсулин, глюкагон;
- натрийуретический пептид, альдостерон;
- панкреатический полипептид, панкреатический соматостатин

218 Какие гормоны синтезируются в аденогипофизе

- серотонин, инсулин.
- окситоцин и аргинин-вазопрессин (АДГ);
- мотилин, панкреатический полипептид;
- кортикотропин, соматотропин, лютропин, фоллитропин, пролактин;
- альдостерон, глюкагон;

219 Какие из перечисленных гормонов способствуют гликогенолизу

- минералкортикоиды.
- тироксин;
- инсулин
- адреналин;
- половые гормоны

220 Какой путь поступления ядов в организм считается сравнительно менее опасным

- дыхательные пути
- жировые железы
- потовые железы
- пищеварительный тракт
- поврежденная кожа

221 Основными единицами измерения энергии человека считаются

- децикалория
- мегабайт
- киловатт
- килокалория и килоджоуль
- квант

222 энергия, затрачиваемая на работу внутренних органов и теплообмена называется

- промежуточным
- вещественным
- водно-солевым
- основным
- общим

223 Возраст, когда устанавливается равновесие в обмене веществ

- детство

- старость
- юность
- зрелость
- подростковый

224 Возраст, когда наблюдается снижение интенсивности обмена веществ:

- пожилой
- зрелость
- детство
- старость
- юность

225 ВОО снижается у:

- подростков
- людей среднего возраста
- детей
- людей среднего возраста
- людей преклонного возраста

226 Повышение ВОО наблюдается при

- промежуточным
- изменении температурных режимов подачи блюд
- витаминизация пищи
- понижении температуры окружающей среды
- увеличении содержания жиров в рационе

227 Пустыми" являются калории:

- фруктов и булочных изделий
- мяса и овощей
- рыбы и кондитерских изделий
- алкоголя и сахара
- хлеба и мяса

228 Источником энергии в пище являются:

- вкусовые вещества и жиры
- минеральные вещества и белки
- белки, витамины
- углеводы, белки и жиры
- витамины и белки

229 Профессия, относящиеся к I группе интенсивности труда (умственный труд):

- работники связи
- медсестры
- строители
- педагоги
- продавцы промышленных товаров

230 Профессия, относящиеся ко II группе интенсивности труда (легкий физический труд)

- работники связи

- работники электротранспорта
- железнодорожники
- врачи
- работники общественного питания

231 Профессия, относящиеся к III группе интенсивности труда (средний по тяжести труд):

- металлурги
- воспитатели
- повара
- Врачи -хирурги
- тренеры

232 Профессии, относящиеся к IV группе интенсивности труда (тяжелый физический труд):

- повара
- работники общественного питания
- агрономы
- нефтяники
- водители различных видов транспорта

233 Профессия, относящиеся к V группе интенсивности труда (особо тяжелый физический труд):

- работники пищевой промышленности
- зоотехники
- водители автобусов
- каменщики
- санитарки

234 Энергетическая ценность рациона на Севере повышается за счет:

- молочных продуктов
- углеводов
- белков
- жиров
- витаминов

235 Энергетическая ценность завтрака при трехразовом питании составляет, (%):

- 40.0
- 50.0
- 10.0
- 25.0
- 15.0

236 Каков среднесуточный расход энергии взрослого человека в зависимости от пола и возраста, ккал

- 4800--5200
- 6200--6800
- 1200--1800
- 2200--2800
- 4200--4500

237 Как изменяется потребность человека в энергии, в зависимости от увеличения группы интенсивности труда

- иногда уменьшается, а иногда остается неизменной
- уменьшается
- остается неизменной
- увеличивается
- иногда увеличивается, а иногда уменьшается

238 Какие пищевые вещества не дают организму энергию

- углеводы, вода и витамины
- витамины, жиры и вода
- вода, белки и витамины
- вода, минеральные соли и витамины
- сахар, белки и вода

239 Что понимается под закаливанием организма:

- повышение сопротивляемости организма к инфекционным заболеваниям
- повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным изменениям физических, химических и биологических факторов окружающей среды
- повышение сопротивляемости организма изменениям температуры воздуха, воды и химических факторов окружающей среды
- повышение сопротивляемости организма изменениям температуры воздуха и воды
- повышение сопротивляемости организма изменениям температуры воздуха, воды и солнечной радиации

240 Основные принципы закаливания организма

- зимой и весной, в одно и тоже время дня, коллективность
- зимой и весной, постепенность, последовательность
- летом и осенью, комплексность и индивидуальность
- постепенность, последовательность, комплексность и индивидуальность
- зимой и весной, в одно и тоже время дня

241 Укажите процессы, происходящие в организме при использовании бани для купания:

- увеличение потери жидкости организма, ослабление обмена веществ в организме
- уменьшение мышечного тонуса, увеличение активности потовых и сальных желез
- ослабление кожного дыхания и обмена веществ
- нормализация кровяного давления, увеличение активности потовых и сальных желез
- увеличение активности потовых и сальных желез, ослабление кожного дыхания

242 Биологическое окисление пищевых веществ сопровождается выделением:

- биогенов
- антигенов
- адаптогенов
- энергии
- аминокислот

243 Общие энергозатраты взрослого человека складываются

- водно-солевого баланса
- основного обмена

- поддержание температуры тела
- умственной деятельности
- Физической активности и основного обмена

244 ВОО зависит от:

- характера питания и пола
- пола и массы тела
- креативности и уровня интеллекта
- возраста, пола и массы тела
- коммуникабельности и возраста

245 Величина основного обмена у мужчин равна скольким ккал/на кг веса в час

- 5.0
- 3.0
- 2.0
- 1.0
- 4.0

246 Величина основного обмена у женщин равна скольким ккал/на кг веса в час

- 3.0
- 2.0
- 1.2
- 0.9
- 1.5

247 Какие из перечисленных факторов повышают ВОО

- гипотиреоз и ожирение
- увеличение возраста и повышение температуры тела
- выброс инсулина в кровь
- усиление функции щитовидной железы и увеличение мышечной массы
- накопление жира и повышение температуры тела

248 Какие из перечисленных факторов понижает ВОО

- выброс адреналина и гипотериоз
- повышение температуры тела и истощение
- увеличение мышечной массы
- истощение и увеличение возраста
- усиление функции щитовидной железы

249 Пищевой термогенез (СДДП) при смешанном питании равен, (%):

- 25.0
- 50.0
- 2.0
- 10.0
- 30.0

250 Самый максимальный термогенез (СДДП) вызывают:

- минеральные вещества
- углеводы

- жиры
- белки
- витамины

251 Энергетические траты I группы интенсивности труда (женщины), (ккал):

- 3000--3500
- 2400--2500
- 2000--2300
- 2200--2400
- 2700--3100

252 Энергетические траты I группы интенсивности труда (мужчины), (ккал):

- 3200--3500
- 2800--3000
- 2000--2300
- 2250--2800
- 3000--3100

253 Энергетические траты II группы интенсивности труда (женщины), (ккал):

- 3000--3200
- 2550--2700
- 2000--2100
- 2350--2550
- 2750--3100

254 Энергетические траты II группы интенсивности труда (мужчины), (ккал)

- 3600.0
- 3000.0
- 2200--2500
- 2750--3000
- 3200.0

255 Энергетические траты III группы интенсивности труда (женщины), (ккал):

- 3400--3700
- 2700--3100
- 2200--2400
- 2500--2700
- 3000--3500

256 Энергетические траты III группы интенсивности труда (мужчины), (ккал)

- 3200--3500
- 2950--3200
- 3800--4000
- 3400--3700
- 2500--2700

257 Энергетические траты IV группы интенсивности труда (женщины), (ккал):

- 3800--4000
- 2900--3150

- 2500--2700
- 3150--3300
- 3400--3700

258 Энергетические траты IV группы интенсивности труда (мужчины), (ккал)

- 4100.0
- 2900.0
- 2500.0
- 3700.0
- 3900.0

259 Энергетические траты V группы интенсивности труда (мужчины), (ккал):

- 5000--5100
- 4300--4600
- 3500--3700
- 3900--4300
- 4500--4700

260 Энергетическая ценность рациона на юге снижается за счет:

- витаминов
- углеводов
- белков
- жиров
- минеральных веществ

261 Энергетическая ценность обеда при трехразовом питании составляет,

- 70.0
- 80.0
- 25.0
- 50.0
- 45.0

262 Энергетическая ценность ужина при трехразовом питании составляет, (%):

- 45.0
- 75.0
- 50.0
- 25.0
- 30.0

263 Гигиеническое значение кожи

- носит выделительную функцию, определяет цвет человека
- считается главным органом тактильной чувствительности человека, определяет цвет человека
- защищает от неблагоприятного воздействия химических факторов среды, определяет цвет человека
- защищает от неблагоприятного воздействия физических, химических и биологических факторов окружающей среды
- участвует в терморегуляции, в обменных процессах, определяет форму тела

264 Как обеспечивается в организме процесс теплоотдачи

- распадом АТФ

- повышением содержания кислорода и углекислого газа в крови
- клеточным дыханием
- излучением, конвекцией, проведением, испарением
- понижением содержания кислорода и углекислого газа в крови

265 Как называется количество тепла, выделяемое при сгорании 1г пищевого вещества в бомбе Бергто

- дыхательным коэффициентом
- физиологической калорической ценностью
- калорическим эквивалентом кислорода
- физической калорической ценностью
- калорическим эквивалентом углекислого газа

266 Как обеспечивается в организме процесс теплообразования

- перераспределением тепла
- излучением, конвекцией, проведением, испарением
- понижением содержания кислорода, повышением содержания углекислого газа в крови
- клеточным дыханием, распадом АТФ
- понижением содержания кислорода и углекислого газа в крови

267 Где в организме образуется наибольшая доля тепла

- в сердце, почках
- в спинном и головном мозге
- в костной ткани, печени
- в мышцах, печени, почках
- в спинном и головном мозге

268 Что отражает усвояемость питательных веществ пищи

- уменьшение основного обмена после приема пищи
- взаимозаменяемость питательных веществ по их массе
- взаимозаменяемость питательных веществ по их калорической ценности
- количество всасываемых и утилизируемых организмом веществ
- увеличение основного обмена после приема пищи

269 Согласно правилу поверхности затраты энергии человеком пропорциональны его

- полу
- массе тела
- величине поверхности тела
- возрасту
- росту

270 В чем заключается метод прямой калориметрии

- в определении энергетических затрат организма по количеству потребленного кислорода
- в определении энергетических затрат организма по количеству потребленного кислорода и выделенного CO₂
- в определении энергозатрат организма по количеству потребленного тепла
- в определении энергозатрат организма по количеству выделенного тепла
- в определении энергетических затрат организма по количеству выделенного углекислого газа

271 Вследствие чего происходит уменьшение теплоотдачи

- усиление основного обмена
- расширения поверхностных сосудов
- увеличения легочного дыхания
- сужения поверхностных сосудов, пиломоторной реакции
- увеличения потоотделения

272 Для каких питательных веществ физическая калорическая ценность больше физиологической

- белков, жиров, углеводов
- жиров
- жиров и углеводов
- белков
- углеводов

273 В чем заключается метод непрямой калориметрии

- в определении энергетических затрат организма по количеству выделенного углекислого газа
- в определении энергозатрат организма по количеству выделенного тепла
- в определении энергетических затрат организма по количеству потребленного кислорода
- в определении энергетических затрат организма по количеству потребленного кислорода и выделенного CO₂
- в определении энергозатрат организма по количеству потребленного тепла

274 Вследствие чего происходит увеличение теплоотдачи

- ослабления легочного дыхания
- уменьшения потоотделения
- сужения поверхностных сосудов
- расширения поверхностных сосудов, увеличения потоотделения и увеличения легочного дыхания
- пиломоторной реакции

275 На какие процессы влияет увеличение интенсивности обмена веществ в клетках организма

- дыхания
- испарение
- конвекцию
- теплообразование
- теплоизлучение

276 Какой центр находится в переднем отделе гипоталамуса

- теплоизлучение
- химической терморегуляции жажды
- сна и пробуждения
- физической терморегуляции
- голода и насыщения

277 Что относится к механизмам химической терморегуляции

- радиация
- испарение
- уменьшение основного обмена
- усиление метаболизма, мышечная дрожь, специфически-динамическое действие пищи
- конвекция

278 Вследствие чего температура тела возвращается к норме при увеличении температуры внутренних органов

- сужения поверхностных сосудов
- увеличения окисления бурого жира, уменьшения потоотделения
- повышения терморегуляционного тонуса и мышечной дрожи
- расширения поверхностных сосудов, увеличения работы потовых желез
- изменения содержания кислорода и углекислого газа в крови

279 Как определяется энергия, связанная с специфически динамическим действием пищи

- 25% от суммы суточной энергии, затрачиваемой на основной обмен
- до 5–8% от энергии, затрачиваемой на основной обмен
- до 10–15% от суточной энергии
- до 10–15% от энергии, затрачиваемой на основной обмен
- до 20–25% от суточной энергии

280 Какая группа продуктов обеспечивает в организме преимущественно энергетическую функцию

- хлебобулочные изделия, сахараиды, рыба и рыбопродукты
- макаронные изделия и крупы, хлебобулочные изделия, молоко и молочные продукты
- хлебобулочные изделия, макаронные изделия и крупы, мясо и мясопродукты
- хлебобулочные изделия, макаронные изделия и крупы, жиры
- мясо и мясопродукты, макаронные изделия и крупы, овощи

281 Укажите правильную последовательность пищевых веществ по энергетической ценности

- углеводы, жиры < белки
- белки, витамины < углеводы < жиры
- белки, жиры < углеводы
- белки, углеводы < жиры
- белки, жиры < витамины < углеводы

282 Укажите правильный вариант пищевых веществ, обеспечивающих организм энергией

- углеводы, витамины, фосфолипиды
- жиры, белки, биоэлементы, лецитины
- витамины, белки, экстрактивные вещества, жиры
- углеводы, жиры, белки
- жиры, минеральные вещества, белки

283 Какие ценности характеризуют качество пищевых продуктов

- индивидуальный метод, хронометражный метод
- табличный метод, расчетный метод
- объективный метод, субъективный метод
- прямая калориметрия, хронометражный метод
- точный метод, технический метод, математический метод

284 Системы организма, в которых возникают изменения при длительном воздействии шума

- мочеполовая система
- эндокринная система
- опорно-двигательный аппарат

- орган слуха, нервная, сердечно-сосудистая и пищеварительная системы
- дыхательная система

285 Сущность переутомления:

- патологическое состояние, сопровождающееся сильным возбуждением центральной нервной системы
- сильное торможение, происходящее в коре головного мозга
- регулирует сопротивляемость организма к вредным факторам окружающей среды
- высокий уровень утомления, уменьшает сопротивляемость организма к физическим факторам окружающей среды
- высокий уровень утомления и патологического состояния, уменьшает сопротивляемость организма к воздействию вредных факторов окружающей среды

286 Правильный вариант физиометрических показателей

- цвет кожи, степень упитанности, уровень развития мышц верхних и нижних конечностей
- уровень развития подкожного жирового слоя, состояние полового развития
- форма грудной клетки и позвоночника, форма ступни
- жизненная емкость легких, сила и выносливость мышц руки
- вес тела, окружность головы, форма ноги

287 Частота купания здорового человека

- не менее 1 раза в месяц
- не менее 2-х раз в месяц
- не менее 3-х раз в неделю
- не менее 1 раза в неделю
- не менее 2-х раз в неделю

288 Укажите, в каком органе происходят дегенеративные изменения при длительном воздействии шума:

- в ушном переходе
- в барабанной перепонке
- в жидкости улитки
- в кортиевоом органе
- во внутреннем ухе

289 Биологические факторы способны оказывать на организм работающих специфическое действие:

- в ушном переходе
- гонадотропное
- канцерогенное
- аллергенное
- тератогенное

290 Наиболее опасный эффект инфракрасного излучения в условиях производства

- давления азота
- гонадотропный эффект
- канцерогенный эффект
- катаракта
- развитие атеросклеротических изменений

291 Основные факторы, способствующие возникновению горной болезни:

- нехватка кислорода, большое количество окиси углерода
- низкое давление и высокая влажность
- уменьшение парциального давления кислорода, повышение парциального давления азота
- нехватка кислорода, низкое атмосферное давление
- нехватка кислорода и ультрафиолетового излучения

292 При каких заболеваниях назначается рацион с пониженной энергетической ценностью

- по желанию больного, в условиях жаркой погоды
- при ожирении, при отсутствии аппетита у больного
- в стадии выздоровления инфекционных больных, при чрезвычайно высокой энергопотери
- при щадящем режиме питания, при ожирении
- при щадящем режиме питания, при отсутствии аппетита у больного

293 В каких органах и тканях выборочно происходит нагревание при облучении электромагнитными волнами:

- желудок, поджелудочная железа, надпочечники
- кровь, лимфа, клеточная жидкость
- головной мозг, печень, кишечник
- хрусталик, яички, яичники
- кожа, кости, почки

294 Группы физического труда в зависимости от расходуемой энергии:

- легкий, средней тяжести, тяжелый, очень тяжелый
- очень легкий, легкий, средней тяжести, очень тяжелый
- легкий, средней тяжести, I степени очень тяжелый, II степени очень тяжелый
- легкий, не тяжелый, средней тяжести, очень тяжелый
- легкий, I степени тяжести, II степени тяжести, очень тяжелый

295 Основные особенности радиоактивных пылей, определяющие характер их действие на организм

- ионизирующая способность
- размеры частиц
- вес аэрозолей
- растворимость
- период полураспада

296 Укажите, в каких органах происходят дегенеративные изменения при действии хлорированных углеводородов

- в слизистых оболочках
- в пищеварительных путях
- в костной ткани
- в паренхиматозных органах
- в ногтях

297 Определение сочетанного воздействия производственных факторов на человека:

- прерывистое воздействие на организм нескольких ядов одним путем в условиях производства
- действие нескольких токсических веществ при одновременном или последовательном поступлении в организм одним путем

- действие нескольких токсических веществ при одновременном или последовательном поступлении в организм разными путями
- одновременное действие на организм нескольких токсических веществ и других неблагоприятных производственных факторов
- прерывистое воздействие на организм одного яда одним путем в условиях производства

298 Укажите основные закаливающие факторы закаливания организма:

- горячий и холодный воздух, вода, рациональное питание, чистый атмосферный воздух
- воздух, вода, Солнечная радиация, благоприятные бытовые условия
- горячий и холодный воздух, Солнечная радиация, рациональное питание
- воздух, вода, Солнечная радиация
- рациональное питание, чистый атмосферный воздух, прогулки

299 К составным элементам личной гигиены относятся. Выберите правильный вариант

- гигиена физического труда, общественная гигиена, гигиена детей и подростков гигиена одежды, гигиена воды и водопотребления
- гигиена тела, гигиена леч.-проф. Учреждений
- индивидуального питания
- гигиена тела и полости рта, гигиена умственного труда, гигиена
- гигиена одежды, коммунальная гигиена

300 Соматические (детерминированные) эффекты воздействия ионизирующих излучений на организм

- гонадотоксический, эмбриотоксический
- наследственные болезни, уродства
- острая и хроническая лучевая болезнь, ожоги, половая стерильность
- мутагенный и тератогенный
- опухоли, лейкозы

301 Рентгенологическое исследование представляет опасность

- электромагнитное излучение
- внутреннего и внешнего облучения
- внутреннего облучения
- внешнего облучения
- слепящее действие рентгеновского пучка

302 Укажите наиболее верную частоту купания здорового человека:

- не менее 4-х раз в неделю
- не менее 2-х раз в месяц
- не менее 3-х раз в неделю
- не менее 1 раза в неделю
- не менее 2-х раз в неделю

303 В какой части уха происходят дегенеративные изменения при длительном воздействии шума:

- в жидкости улитки
- во внутреннем ухе
- в ушном переходе
- в кортиевоом органе
- в барабанной перепонке

304 Укажите специфическое действие, которое способны оказывать на организм работающих биологические факторы:

- тератогенное
- канцерогенное
- фиброгенное
- аллергенное
- гонадотропное

305 Укажите наиболее опасный эффект инфракрасного излучения в условиях производства

- тератогенное
- развитие атеросклеротических изменений
- канцерогенный эффект
- катаракта
- гонадотропный эффект

306 Какие основные факторы, приводят к возникновению горной болезни: уменьшение парциального давления кислорода, повышение парциального

- нехватка кислорода, большое количество окиси углерода
- низкое давление и высокая влажность
- давления азота
- нехватка кислорода, низкое атмосферное давление
- нехватка кислорода и ультрафиолетового излучения

307 Укажите верный вариант состояний, при которых назначается рацион с пониженной энергетической ценностью

- по желанию больного, в условиях жаркой погоды
- в стадии выздоровления инфекционных больных, при чрезвычайно высокой энергопотери
- при ожирении, при отсутствии аппетита у больного
- при шадящем режиме питания, при отсутствии аппетита у больного
- при шадящем режиме питания, при ожирении

308 Каким путем реабсорбируются белки

- вторично-активного транспорта
- пассивного транспорта
- осмоса
- пиноцитоза
- первично-активного транспорта

309 Сколько аминокислот входит в состав поступающих с пищей белков

- 50.0
- 100.0
- 60.0
- 20.0
- 40.0

310 Расщепление нуклеиновых кислот в желудочно-кишечном тракте происходит

- нуклеиновые кислоты не перевариваются в ЖКТ
- в толстой кишке (микрофлорой)

- в желудке
- в двенадцатиперстной и тощей кишке
- в ротовой полости

311 Сколько существует заменимых аминокислот

- 5.0
- 20.0
- 10.0
- 12.0
- 30.0

312 Что составляет основу определения нормы белков

- состав аминокислот в белках
- незаменимые аминокислоты в составе белков
- суточная норма белков
- азотистый баланс
- заменимые аминокислоты в составе белков

313 По происхождению, какие белки считаются полноценными

- белки бобовых растений
- белки зерновых продуктов
- белки растительного происхождения
- белки животного происхождения
- белки смешанных продуктов

314 Сущность пластической функции белков в организме

- обеспечение нормального морфологического состава органов и тканей
- регулирование процессов метаболизма в организме
- образование антиген и антитела в организме
- обеспечение роста и развития организма
- обеспечение энергетического баланса в организме

315 Какое количество белка должно поступать в организм для обеспечения только азотистого баланса

- 120 гр
- 112 гр
- 65 гр
- 56 гр
- 98 гр

316 Какое значение имеет внешняя оболочка зерна

- в оболочке находятся иологически активные вещества
- в оболочке находятся только целлюлоза
- в оболочке находятся углеводы
- в оболочке находятся белки
- в оболочке находятся только минеральные вещества

317 Для приготовления лечебно-профилактических рационов применяют следующий способ тепловой обработки:

- водорода и азота
- варка на пару
- жаренье основным способом
- жаренье на гриле
- жаренье во фритюре

318 Белок состоит из следующих химических элементов:

- водорода и азота
- фтора и углерода
- углерода и азота
- кислорода, углерода, водорода и азота
- кальция и кислорода

319 Изучение биологической ценности белков осуществляется следующими методами:

- только химическими
- эмпирическими
- техническими
- биологическими и химическими
- позитивными

320 О биологической ценности белка можно судить по:

- наличием незаменимых кислот
- калорическому коэффициенту
- интегральному составу
- аминокислотному составу
- коэффициенту усвоения

321 Наиболее близкими к стандарту сбалансированности незаменимых аминокислот являются:

- рыба и фрукты
- хлеб и желток яйца
- мясо и овощи
- молоко и белок яйца
- фрукты и мясо

322 Полноценные белки находятся в следующих продуктах:

- рисе и бобах
- картофеле и фруктах
- молоке и овощах
- мясе и молоке
- хлебе и макаронных изделиях

323 Белка животного происхождения в суточном рационе должно быть не менее (%):

- 45- 50
- 70,0-100,0
- 25,0-30,0
- 50,0-60,0
- 15- 20

324 Потребность в белке повышается :

- для лиц, занятых умственным трудом
- в летний период времени
- в пожилом возрасте
- при тяжелых физических нагрузках
- при заболевании почек

325 Избыточное содержание белков в рационе приводит к:

- истощению
- избыточному накоплению жиров в организме
- повышению уровня сахара в крови
- повышению нагрузки на печень
- сахарному диабету

326 Улучшают усвояемость белка пищи следующие факторы:

- избыток жиров в рационе
- нарушение функции щитовидной железы
- увеличение доли балластных веществ в рационе
- сбалансированность пищевого рациона
- большие объемы пищи

327 Основным источником белка животного происхождения является:

- курица
- молоко
- мясо
- рыба
- яйцо

328 Каков рН желудочного сока в присутствии белковой пищи

- 3,5–4,0
- 5,5–6,0
- 4,0–5,5
- 0,8–1,5
- 7,4–8,0

329 Наиболее правильный вариант, отражающий пластическую функцию белков

- рост и развитие организма, образование антиген и антител
- обеспечение осмотического давления крови, образование антиген и антител
- обеспечение осмотического давления крови
- обеспечение роста и развития организма
- образование антиген и антител

330 Средняя суточная норма белка для взрослых людей

- 85–120 гр
- 120 гр
- 100 гр
- 112 гр
- 75–85 гр

331 Пептиды гидролизуются в:

- печени
- пищеводе
- ротовой полости
- желудке и тонком кишечнике
- толстом кишечнике

332 Незаменимыми аминокислотами являются:

- сири и пролин
- аспарагин и метионин
- глютамин и сири
- триптофан, лизин
- цистин и лизин

333 Повышение биологической ценности белка возможно путем:

- повышение квоты минерального компонента
- увеличения жиров в блюде
- увеличения доли углеводов в рационе
- добавления в рецептуры белковых обогатителей
- витаминизации пищи

334 Положительный азотистый баланс наблюдается:

- при недостатке витаминов
- при истощении организма
- при недостатке белка в питании
- в период интенсивного роста детей
- при физических перегрузках

335 Отрицательный азотистый баланс наблюдается:

- при истощении организма
- при недостатке белка в рационе
- в период интенсивного роста детей
- во время беременности
- при увеличении мышечной массы (у спортсменов)

336 Биологическую ценность белка хлеба можно повысить добавлением:

- тмина
- растительного масла
- отрубей
- овся
- крапивы

337 Предварительное замачивание круп приводит к:

- потере ПНЖК
- быстрой готовке
- накоплению биогенных аминов
- снижению количества углеводов
- повышению биологической ценности белка

338 Какую функцию преимущественно выполняют белки

- ферментативную и энергетическую
- пластическую и структурную
- энергетическую и защитную
- структурную и ферментативную
- защитную и дыхательную

339 Белки в желудочно-кишечном тракте расщепляются до:

- аминокислот
- альбумоз и пептонов
- глицерина и жирных кислот
- углекислого газа и воды
- углекислого газа, воды, азотистых соединений

340 Какой гормон оказывает преимущественное действие на белковый обмен

- антидиуретический
- альдостерон
- инсулин
- адреналин
- тироксин

341 Сущность количественных изменений, происходящих в организме при питании

- увеличение веса тела, изменение интеллекта
- изменение психологии и интеллекта
- изменения размеров тела (рост, вес), увеличение возраста
- изменения размеров тела (рост, вес)
- увеличение роста, изменение психологии

342 Укажите вариант, отражающий приоритетные пути выведения токсических веществ из организма

- почки, кишечник, легкие, молочные железы
- кожа, кишечник, слюнные железы
- печень, волосы, ногти
- слизистые оболочки, почки, волосы
- рот, нос и кожа

343 Укажите правильный вариант белков рыбы

- альбумин, ихтулин
- ихтулин, глобулин-X
- глобулин-X миозин
- альбумин, актин
- ихтулин, миозин

344 Продукты, содержащие наибольшее количество белка животного происхождения

- молоко
- сыр
- баранина
- говядина
- сливочное масло

345 Укажите правильный вариант белков мяса

- миозин, актин, глобулин-X
- миозин, ихтулин, альбумин
- миозин, ихтулин глобулин-X
- глобулин -X, миозин, альбумин
- актин, ихтулин, альбумин

346 Укажите правильный вариант белков молока

- лактоглобулин, вителлин
- лактоальбумин, лактоглобулин
- лактоглобулин, ихтулин
- альбумин, лактоглобулин
- лактоальбумин, овоальбумин

347 В каких случаях возможно увеличение суточной нормы белка

- в туристических поездах
- при повышенном потоотделении организмом
- в условиях высоких температур
- после хирургических вмешательств
- при хроническом голодании

348 За счет углеводов пищи обеспечивается общая энергетическая потребность организма, (%):

- 90-100
- 80-90
- 10-20
- 50-70
- 15-25

349 Какую функцию преимущественно выполняют углеводы

- структурно-защитную
- ферментативную и защитную
- Структурно-ферментативную
- энергетическую
- энергетическую и ферментативную

350 Чему равна суточная потребность человека среднего возраста в углеводах

- 200-300 г
- 70-80 г
- 80-100 г
- 400-500 г
- 150-200 г

351 Продуктами гидролиза полисахаридов в организме являются:

- лактоза
- пектин
- крахмал
- глюкоза
- фруктоза

352 Сколько ккал образуется при окислении 1 г углеводов в организме

- 7.0
- 3.0
- 9.0
- 4.0
- 5.0

353 Усвояемыми полисахаридами являются:

- крахмал и лактоза
- клетчатка и глюкоза
- пектиновые вещества
- крахмал и гликоген
- агар-агар и фруктоза

354 Неусвояемыми углеводами являются:

- фруктоза и лактоза
- мальтоза и крахмал
- лактоза и фруктоза
- целлюлоза и пектин
- крахмал и глюкоза

355 Определите правильный вариант наличия углеводов в указанных продуктах

- мясо – мальтоза, мука – гликоген, молоко – крахмал, овощи – целлюлоза
- мясо – крахмал, мука – гликоген, молоко – лактоза, овощи – целлюлоза
- мясо – целлюлоза, мука – крахмал, молоко – лактоза, овощи – гликоген
- мясо – гликоген, мука – крахмал, молоко – лактоза, овощи – целлюлоза
- мясо – лактоза, мука – крахмал, молоко – гликоген, овощи – целлюлоза

356 Неумеренное потребление сахара у детей вызывает:

- нарушение функции щитовидной железы
- истощение
- рахит
- ожирение и кариес зубов
- малокровие

357 Среднесуточная потребность человека в углеводах составляет, (г):

- 700 – 800
- 30–50
- 700–1000
- 400–500
- 100 – 150

358 Избыточное потребление сахара приводит к :

- авитаминозам
- костной системы
- болезням печени
- ожирению и сахарному диабету
- заболеванию щитовидной железы

359 Какой железой осуществляется регуляция уровня "сахара крови" в организме

- поджелудочной железой
- паращитовидной железой
- вилочковой железой
- щитовидной железой
- надпочечной железой

360 Чем объясняется низкий процент усваивания продуктов растительного происхождения:

- наличием в продуктах растительного происхождения дисахаридов и целлюлозы
- наличием в продуктах растительного происхождения дисахаридов
- наличием в продуктах растительного происхождения целлюлозы и простых сахаров
- наличием в продуктах растительного происхождения клетчатки
- наличием в продуктах растительного происхождения простых сахаров

361 Укажите вариант правильного размещения углеводов с их источниками

- крахмал – в молоке, мальтоза – в солоде, лактоза – в картофеле
- крахмал – в солоде, мальтоза – в картофеле, лактоза – в молоке
- мальтоза – в картофеле, крахмал – в солоде, лактоза – в молоке
- крахмал – в картофеле, мальтоза – в солоде, лактоза – в молоке
- крахмал – в картофеле, мальтоза – в молоке, лактоза – в солоде

362 В состав ключевых ферментов, участвующих в окислении углеводов, входят:

- витамин E
- витамин C
- витамин A
- витамин PP и B1
- витамин D

363 Оптимальное соотношение белков, жиров углеводов в рационе составляет:

- 0.042395833333333334
- 0.04241898148148148
- 0.04238425925925926
- 0.0424074074074074
- 0.043101851851851856

364 Для лиц, занятых тяжелым физическим трудом, оптимальное соотношение белков, жиров углеводов составляет:

- 0.042424768518518514
- 0.042430555555555555
- 0.0424074074074074
- 0.04238657407407407
- 0.042395833333333334

365 Оптимальное соотношение белков, жиров и углеводов для лиц, занятых умственным трудом, составляет:

- 0.04238657407407407
- 0.04241898148148148
- 1 : 1 : 4

- 0.04176851851851852
- 0.04243055555555555

366 Какой дисахарид играет важную роль в питании детей

- галактоза
- глюкоза
- фруктоза
- лактоза
- гликоген

367 Жироподобными веществами являются:

- пектин
- гликоген
- глицерин
- стерины и фосфолипиды
- галактоза

368 Калорический коэффициент жиров \approx ...ккал.+

- 10.0
- 12.0
- 7.0
- 9.0
- 15.0

369 Нормальное содержание жира в человеческом организме должно быть не более (%):

- 45--55
- 40,0--50,0
- 1,0--5,0
- 10,0--20,0
- 15--33

370 Функции резервного жира в организме человека:

- транспортная
- регуляция обмена веществ в клетке
- пластическая
- участие в терморегуляции
- обеспечение всасывания пищевых компонентов

371 Желчи свойственн следующие функции:

- нейтрализация желудочного сока
- расщепление белков
- расщепление гликогена
- всасывание жиров
- расщепление крахмала

372 Лецитином богаты:

- абрикосы
- макаронные изделия
- молоко

- картофель
- нерафинированные растительные масла

373 Холестерин в организме обеспечивает:

- образование антител
- синтез витаминов группы В в кишечнике
- активность ферментов
- образование витамина D
- транспорт кислорода

374 Недостаточное потребление жиров в организме приводит к:

- образование антител
- ожирению
- развитию атеросклероза
- ухудшению усвояемости витаминов
- ухудшению усвоения нутриентов пищи

375 Избыточное потребление жиров приводит к:

- гиперфункции щитовидной железы
- поражению опорно-двигательного аппарата
- развитию малокровия
- ожирению и атеросклерозу
- кариесу

376 Источником ненасыщенных жирных кислот являются:

- костный жир
- жир рыб и подсолнечное масло
- масло какао
- бараний жир
- говяжий жир

377 Усвояемость жира улучшают следующие факторы:

- кислая среда
- избыток жиров в рационе
- витамины
- желчь
- легкоусвояемые углеводы

378 В каких тканях жиры не играют пластическую роль

- ногти, сосудистые стенки
- клеточные мембраны, нервная ткань
- клеточные мембраны, костная ткань
- костная и легочная ткани
- сосудистые стенки, гликозиды крови

379 За счет жиров пищи обеспечивается общая энергетическая потребность организма (%):

- 55-60
- 50,0-70,0
- 10,0-15,0

- 28,0–33,0
- 25,0 – 30,0

380 Продуктами гидролиза жиров в организме являются:

- гликоген
- моносахариды
- аминокислоты
- глицерин и жирные кислоты
- микроэлементы

381 Факторы, обеспечивающие эмульгирование жиров:

- нейтральная среда
- избыток углеводов
- кислая среда
- присутствие белка и наличие желчи
- недостаток витаминов

382 Транспорт жирных кислот через кишечную стенку происходит в виде комплексов с:

- витаминами
- углеводами
- белками
- желчными кислотами
- минеральными веществами

383 Фосфатиды жиров представлены:

- клетчаткой
- холестерином
- глицерином
- лецитином
- гликогеном

384 В составе лецитина имеются:

- гликогеном
- кальций
- липаза
- ненасыщенные жирные кислоты и фосфор
- глицерин

385 Стерины жиров представлены:

- восками
- холестерином
- холестерином
- холином
- лецитином

386 Оптимальный уровень холестерина в организме обеспечивают следующие вещества:

- воски
- соли кальция
- соляная кислота

- ненасыщенные жирные кислоты
- насыщенные жирные кислоты

387 Эссенциальные жирные кислоты в организме человека:

- нет правильного ответа
- синтезируются в недостаточном количестве
- синтезируются
- не синтезируются
- синтезируются в большом количестве

388 Ненасыщенными жирными кислотами являются

- синтезируются
- капроновая
- пальмитиновая
- линоленовая и арахидоновая
- стеариновая

389 Насыщенными жирными кислотами являются:

- линолевая
- олеиновая
- арахидоновая
- стеариновая
- эйкозапентаеновая

390 Незаменимым компонентом жиров являются:

- воски
- каротиноиды
- глицерин
- жирорастворимые витамины
- насыщенные жирные кислоты

391 Среднесуточная потребность в жирах составляет, (г):

- 45--50
- 120--180
- 30--50
- 80--100
- 90--110

392 Синтез триглицеридов в организме из пищевых жиров происходит в:

- желудке
- почках
- печени
- стенке тонкого кишечника
- стенке толстого кишечника

393 Чему равна суточная потребность человека среднего возраста в жирах

- 200--300 г
- 400--500 г
- 150--200 г

- 70--80 г
- 80--100 г

394 Из каких компонентов при отсутствии жиров в пище может происходить синтез жиров

- из бикарбонатов
- из крахмала
- из аминокислот
- из углеводов
- из клетчатки

395 Жиры в 12-перстной кишке эмульгирует:

- эластаза
- нуклеаза
- липаза
- желчь
- слизь

396 Сколько процентов массы тела в норме составляют жиры

- 25--30%
- 40--50 %
- 0--1%
- 10--20 %
- 50--60 %

397 Какую функцию преимущественно выполняют жиры

- защитную и ферментативную
- энергетическую и ферментативную
- защитную
- энергетическую
- структурную и защитную

398 Какие жиры больше используются в диетическом питании

- сливочное и растительное масла, свиной жир
- сливочное и растительное масла, бараний жир
- сливочное и растительное масла, рыбий жир
- сливочное масло, бараний и рыбий жиры
- сливочное, топленое и растительное масла

399 Полное отсутствие в организме какого-либо витамина является причиной

- куриной слепоты
- гипervитаминоза
- гиповитаминоза
- авитаминоза
- рахита

400 Частичная недостаточность в организме какого-либо витамина является причиной:

- куриной слепоты
- гипervитаминоза
- авитаминоза

- гиповитаминоза
- скорбута

401 Категории лиц, нуждающиеся в постоянном потреблении витамина D:

- подростки
- пожилые люди
- служащие офисов
- больные остеопорозом
- спортсмены

402 Основная биологическая роль витамина С заключается в :

- повышении свертывания крови
- стимулировании кроветворения
- регулировании водно-солевого баланса
- повышении иммунного статуса организма
- деминерализующем действии

403 Продукты, содержащие вещества с антивитаминой активностью тиамину:

- рыба
- молоко (кипяченое)
- соя (при недостаточной термической обработке)
- кислые ягоды (при длительном кипячении)
- мясопродукты

404 Условия, способствующие проявлению свойств антивитаминов:

- пассерование
- использование продукта в целом виде
- щадящая тепловая обработка
- нарезка продуктов
- варка на пару

405 Витамин А (ретинол) содержится в :

- крупах
- хлебе
- грецких орехах
- печени животных
- проросшей пшенице

406 Витамин Е (токоферол) содержится в:

- хлебе
- вишне
- сливках
- пшеничных отрубях
- яйце

407 Витамин С (аскорбиновая кислота) содержится в:

- твороге
- яйцах
- пивных дрожжах

- смородине
- молоке

408 Источником витамина К (филлохинона) являются:

- крупы
- зернобобовые
- томаты
- зеленые части растений
- яичный желток

409 Источником кальциферола (D) являются:

- манная крупа
- свинина жирная
- морковь
- икра рыб
- фрукты

410 Источником тиамина (B1) являются:

- свинина
- зеленые листья растений
- яичный желток
- крупы
- молоко

411 Укажите витамины, растворимые в воде:

- токоферол, витамин И
- ретинол, витамин Ф
- кальциферол, витамин С
- рибофлавин, тиамин
- филлохинон, ретинол

412 Какая болезнь происходит при нехватке витамин А в

- микидеа
- скорбут
- Бери-бери
- куриная слепота
- рахит

413 Какие витамины являются фактором роста детей

- B2, P
- К, U
- E, C
- A, D
- Ф, B1

414 Какая болезнь происходит при нехватке витамин С в организме

- базедов
- рахит
- куриная слепота

- скорбут
- бери-бери

415 Для сохранения витаминов при варке овощей их следует помещать в воду

- теплую
- кипящую
- холодную
- горячую
- дистиллирован

416 Для сохранения витаминов готовые горячие овощные блюда хранят не более...

- 5.0
- 3.0
- 2.0
- 1.0
- 4.0

417 Для сохранения витаминов очищенные овощи следует хранить

- в жиру
- при комнатной температуре
- на свету
- при низких температурах в темном месте
- в воде

418 Для обеспечения пищевых рационов витаминами необходимо соблюдать следующие условия:

- при нагревании часто перемешивать пищу
- мыть овощи в нарезанном виде
- хранить продукты на свету
- свести к минимуму время тепловой обработки
- для варки овощи помещать в холодную воду

419 Правильный вариант жирорастворимых витаминов

- витамины К, D, С, группы В
- витамины группы В, С, токоферол, кальциферол
- витамины С, группы В, РР, никотиновая кислота
- витамины А, D, Е, К
- витамины РР, К, D, никотиновая кислота

420 Правильный вариант водорастворимых витаминов.

- витамины группы В, С, D, Е, токоферол
- витамин РР, никотиновая кислота, витамин К, фоливая кислота
- витамин С, кальциферол, витамин Е, рибофлавин
- В1, В2, В6, В12, никотиновая кислота, витамин РР, витамин С
- витамины группы В, С, РР, каротин, D

421 Какими витаминами богат рыбий жир

- витамин А, витамин С
- витамин К, витамин В2

- витамин С, витамин Е
- витамин А, витамин D2
- витамин А, витамин В6

422 Правильный вариант водорастворимых витаминов.

- витамины группы В, С, D, Е, токоферол
- витамин РР, никотиновая кислота, витамин К, фолиевая кислота
- витамин С, кальциферол, витамин Е, рибофлавин
- В1, В2, В6, В12, никотиновая кислота, витамин РР, витамин С
- витамины группы В, С, РР, каротин, D

423 Основные свойства водорастворимых витаминов:

- устойчивы к действию высоких температур
- всасываются в тонком кишечнике только в присутствии жира
- откладываются в организме про запас
- неустойчивы к действию высоких температур
- устойчивы в кислой среде

424 Основные свойства жирорастворимых витаминов:

- устойчивы к действию высоких температур
- устойчивы в кислой среде
- неустойчивы к действию высоких температур
- откладываются в организме про запас
- не устойчивы в щелочной среде

425 От чего зависит потребность человеческого организма в витаминах :

- пола
- характера трудовой деятельности
- состояния здоровья
- возраста
- климатического пояса

426 Избыточное потребление витаминов является причиной:

- ожирания
- гиповитаминоза
- авитаминоза
- гипервитаминоза
- рахита

427 Сохранность водорастворимых витаминов обеспечивается:

- хранением в воде
- постепенным нагреванием
- щелочной средой
- кислой средой
- доступом кислорода

428 Восстановление пораженной слизистой желудка обеспечивается витамином:

- метилметионин (U)
- биотин (H)

- кальциферол (D)
- рутин (P)
- филлохинон (K)

429 Витамины, синтезирующиеся микрофлорой кишечника человека:

- кальциферол (D)
- аскорбиновая кислота (C)
- рутин (P) и биотин (H)
- цианкобаламин (B12) и тиамин (B1)
- ретинол (A)

430 Роль витамина F в организме:

- участие в водно-солевом обмене
- участие в реакциях обмена углеводов
- регуляция обмена кальция
- участие в регуляции обмена холестерина
- стабилизация кислотно-щелочного равновесия

431 Витамины – "факторы проницаемости" это:

- фолацин (B6) и рутин (P)
- цианкобаламин (B12) и рутин (P)
- кальциферол (D) и фолацин (B6)
- рутин (P) и витамин (C)
- филлохинон (K) и аскорбиновая кислота (C)

432 Витамин, являющимся производным стеринном:

- тиамин (B1)
- рутин (P)
- аскорбиновая кислота (C)
- кальциферол (D)
- цианкобаламин (B12)

433 Отметьте витамины, растворимые в жирах:

- аскорбиновая кислота, токоферол
- рутин, цианкобаламин
- филлохинон, токоферол, пиридоксин
- ретинол, токоферол, филлохинон
- ниацин, ретинол, аскорбиновая кислота

434 Отметьте витаминоподобные вещества:

- филлохинон (K), токоферол (E)
- ниацин (PP), витамин И
- фолацин (Bc), аскорбиновая кислота (C)
- холин (B4), витамин И, биофлавиноиды (P)
- рибофлавин (B2), ретинол (A)

435 Среднесуточная потребность взрослого человека в витамине С составляет, (мг):

- 45--50
- 30--40

- 10--15
- 50--70
- 80--100

436 Среднесуточная потребность взрослого человека в витамине РР составляет, (мг):]

- 25.0
- 10.0
- 5.0
- 15.0
- 20.0

437 Среднесуточная потребность взрослого человека в витамине В1 составляет, (мг):

- 2.0
- 1.5
- 0.5
- 2.5
- 3.5

438 Среднесуточная потребность взрослого человека в витамине Е составляет, (мг):

- 15--20
- 10--15
- 3--8
- 20--30
- 35--40

439 Среднесуточная потребность взрослого человека в витамине А составляет, (мг):

- 2.5
- 0.8
- 0.3
- 1.5
- 3.0

440 В состав ферментов, катализирующих окисление глюкозы, входят:

- ретинол (А)
- биотин (Н)
- рутин (Р)
- тиамин (В1) и (РР) никотинамид
- кальциферол (D)

441 К биофлавоноидам — производным флавонола — относятся:

- метионин и рутин
- биотин и катехин
- холин и метионин
- танин и рутин
- рутин и катехин

442 Кислоты, входящие в комплекс ненасыщенных жирных кислот (витамин F):

- каприновая и стеариновая
- арахидоновая и капроновая

- пальмитиновая и стеариновая
- линоленовая и арахидоновая
- масляная и арахидоновая

443 Какие витамины синтезируют бактерии в толстом кишечнике

- витамины С и Р
- витамины А
- витамин Е
- витамин D
- витамины К и витамины группы В

444 Витамин К участвует в синтезе:

- плазминогена
- вторичных антикоагулянтов
- фибринолитических факторов
- факторов свёртывания крови
- первичных антикоагулянтов

445 Какую функцию выполняет витамин Д₃, образующийся в почках

- регулирует общий и почечный кровоток и реабсорбцию ионов натрия и воды
- изменяет тонус сосудов
- активирует ангиотензиноген
- стимулирует высвобождение кальция из костей, регулирует реабсорбцию кальция в кишечнике и почках
- стимулирует образование эритроцитов в костном мозге

446 В каких продуктах наибольшее содержание витамина D

- в ржаном хлебе
- в сыре
- в печени говядины
- в мясе и жире рыб
- в свином мясе

447 Какая энергетическая ценность

- 100 ккал/гр
- 50 ккал/гр
- 200 ккал/гр
- 78 ккал/гр
- энергетической ценности не имеют

448 В мясе рыбы каких витаминов больше

- D, B1, A
- A, PP
- A, B2, C
- A, D
- D, E, K, PP

449 Избыточное потребление поваренной соли приводит к:

- гемофилия

- малокровию
- обезвоживанию
- повышению артериального давления
- снижению артериального давления

450 Минеральные элементы щелочного действия — это:

- железо
- фосфор
- хлор
- магний
- сера

451 К минеральным элементам кислотного действия относятся

- сера
- магний
- калий
- фосфор
- хлор

452 Минеральные вещества необходимы для:

- стимуляции перистальтики кишечника
- катализа окисления пищевых веществ
- гидролиза пищи
- поддержания кислотно-щелочного равновесия
- адсорбции ядовитых веществ

453 Кальций необходим для построения какой ткани:

- сосудистой
- слизистой
- нервной
- костной
- сердечной

454 При недостаточном потреблении кальция у детей развивается

- атеросклероз
- рахит
- гипervитаминоз
- авитаминоз
- молококровье

455 Много калия содержится в:

- молоке
- изюме
- хлебе
- сметане
- абрикосе

456 Потребление поваренной соли ограничивают при:

- заболевании печени

- сахарном диабете
- холецистите
- заболевании почек
- заболевании сердца

457 Натрий содержится в:

- молоке
- овощах
- орехах
- соленьях
- фруктах

458 Железо необходимо для образования крови

- амилазы
- лейкоцита
- эритроцита
- гемоглобина
- тромбоцита

459 При дефиците железа в организме развивается

- истощение организма
- атеросклероз
- рахит
- малокровие
- авитаминоз

460 В легкоусвояемой форме железо содержится в:

- фруктах и мясе
- овощах и бобовых
- хлебе и мясе
- яичном желтке и мясе
- фасоли и яйце

461 Биологическая роль фтора связана с его участием в:

- отмене веществ
- кроветворении
- терморегуляции
- формировании зубной эмали
- развитию костной ткани

462 Источником фтора является:

- овощи
- хлеб
- ягоды
- треска
- молоко

463 Среднесуточная потребность человека в воде составляет:

- 100--1200

- 2500--3000
- 500--1000
- 1750--2200
- 1500--2000

464 Для устранения истинной жажды необходимо

- питье холодной воды
- сосание кислых леденцов
- полоскание рта водой
- питье подсоленной воды
- питье лимонного чая

465 Укажите правильный вариант состава минеральных веществ желтка яйца

- сера (S), натрий (Na), магний (Mg)
- натрий (Na), железо (Fe), фосфор (P)
- кальций (Ca), магний (Mg), сера (S)
- фосфор (P), железо (Fe), сера (S)
- калий (K), натрий (Na), магний (Mg)

466 Пищевые продукты, служащие источниками минеральных веществ щелочного действия:

- фрукты
- рыба
- мясо
- молочные продукты
- овощи

467 К пищевым продуктам, источникам минеральных веществ кислотного действия, относят:

- овощи
- мясо
- молочные продукты
- рыба
- фрукты

468 Усвоение кальция конкурирует с:

- калием
- минеральными веществами
- белками
- жирами
- витамином Д

469 На усвоение кальция оказывают влияние его соотношение с:

- витамином А
- витамином С
- углеводами
- фосфором
- калием

470 Железо в организме является составной частью:

- лейкоцита

- амилазы
- пептидазы
- гемоглобина
- тромбоцита

471 Для усвоения железа необходим:

- глицин
- фитин
- щавелевая кислота
- витамин В12
- танин

472 Препятствуют усвоению железа:

- рутин (витамин Р)
- аскорбиновая кислота
- витамины группы В
- фитин (содержится в зерне)
- ретинол (витамин А)

473 Среднесуточная потребность в магнии составляет, (мг):

- 250–300
- 800 – 1000
- 50 –100
- 400 - –500
- 150–200

474 Как изменяется количество азота при положительном азотистом балансе

- количество выводимого азота преобладает над количеством вводимого
- количество свободного азота преобладает над количеством связанного
- количество связанного азота преобладает над количеством свободного
- количество вводимого азота преобладает над количеством выводимого
- количество выводимого азота преобладает над количеством свободного азота

475 Минеральные соли и витамины, уменьшающиеся в результате потоотделения из организма:

- Na⁺, K⁺, B2, D, К
- Na⁺, K⁺, А, D, E
- Na⁺, K⁺, B1, B2, А, D
- Na⁺, K⁺, B1, B2, С
- Na⁺, K⁺, B1, D, E

476 Какая из следующих групп минеральных веществ полностью отражает пластическую роль в организме

- натрий (Na), кобальт (Co), никель (Ni)
- кобальт (Co), марганец (Mn), натрий (Na)
- кальций (Ca), фосфор(P), никель (Ni)
- кальций (Ca), фосфор (P), марганец (Mn)
- кальций (Ca), никель (Ni), селен (Se)

477 В чем заключается основная роль целлюлозы в пищевом рационе

- усиливает чувство сытости, увеличивает энергетическую ценность
- придает вкус пище, увеличивает ее калорийность
- придает объем пищевому пайку, усиливает чувство сытости
- придает объем пищевому пайку, усиливает усвоение
- регулирует переваривание, усиливает перистальтику кишечника

478 Каким путем реабсорбируется натрий

- осмоса
- вторично-активного транспорта
- пассивного транспорта
- первично-активного транспорта
- пиноцитоза

479 Каким путем реабсорбируется глюкоза

- осмоса
- первично-активного транспорта
- пассивного транспорта
- вторично-активного транспорта
- пиноцитоза

480 Какие пищевые вещества считаются

- полисахариды
- витамины
- углеводы, зерновые культуры
- белки
- минеральные вещества

481 Наибольшие минеральные вещества в мясе

- кальций (Ca), натрий (Na)
- медь (Cu), цинк (Zn)
- калий (K), натрий (Na)
- железо (Fe), фосфор (P)
- фосфор (P), цинк (Zn)

482 Оптимальное соотношение поступления кальция (Ca) и фосфора (P) в суточном рационе

- Ca:P = 1:1,2
- Ca:P = 1:1
- Ca:P = 1,5: 1
- Ca:P = 1:1,5
- Ca:P = 0,5:1

483 Какая из следующих групп минеральных веществ полностью отражает кроветворную роль в организме

- марганец (Mn), натрий (Na), медь (Cu)
- натрий (Na), кобальт (Co), железо (Fe)
- марганец (Mn), фосфор (P), кальций (Ca)
- железо (Fe), кобальт (Co), медь (Cu)

- кальций (Ca), никель (Ni), селен (Se)

484 Какое минеральное вещество при малом количестве его в пище вызывает малокровие (анемию)

- фосфор (P)
 кальций (Ca)
 селен (Se)
 железо (Fe)
 стронций (Sr)

485 Какая из следующих последовательных путей поступления в организм (пищевая цепочка) минеральных веществ не правильна

- почва » растение » животное » человек
 вода » почва » растение » человек
 почва » растение » вода » человек
 почва » вода » воздух » человек
 почва » вода » растение » животное » человек

486 Правильный вариант основных функций указанных минеральных веществ

- Ca–роль в формировании гормонов, K–роль в кроветворении, Fe–роль осмотического давления в тканях, Co–пластическая роль в костной ткани, J–роль в кроветворении
 Ca–роль осмотического давления в тканях, Fe–роль в формировании гормонов, K–пластическая роль в костной ткани, Co–роль в кроветворении, J– роль в кроветворении
 Ca– роль осмотического давления в тканях, Fe– пластическая роль в костной ткани, K – роль в формировании гормонов, Co–роль в кроветворении, J–роль осмотического давления в тканях
 Ca–пластическая роль в костной ткани, Fe–роль в кроветворении, K–роль осмотического давления в тканях, Co–роль в кроветворении, J–роль в формировании гормонов
 Ca–роль в кроветворении, Co–пластическая роль в костной ткани

487 Состав и количество пищи, употребленное в течение дня, носит название пищевого:

- меню
 статуса
 норматива
 рациона
 режима

488 Сохранению здоровья, высокой работоспособности человека способствует питание:

- пропорциональное
 раздельное
 вегетарианское
 сбалансированное
 рациональное

489 Качественный и количественный состав пищи должен обеспечивать физиологическую потребность организма в:

- воде и ксенобиотиках
 аммиаке, витаминах
 ароматических веществах
 углеводах и энергии
 углекислоте

490 Нормы питания для взрослого населения подразделяются в зависимости от:

- национальности, возраста
- возраста, состояния здоровья
- семейного положения
- характера труда, пола, возраста
- заработной платы

491 На усвояемость пищи не влияет :

- органолептические характеристики
- химический состав
- температура подачи
- профессия человека
- способ приготовления

492 Из перечисленных свойств пищи выделите органолептические

- запах, цвет, вкус
- содержание сахара, вкус
- кислотность, масса
- содержание жира, запах
- калорийность, цвет

493 Свойства пищи, влияющие на аппетит:

- калорийные
- физиологические
- энергетические
- органолептические
- химические

494 Важными условиями приема пищи являются:

- музыкальное сопровождение
- присутствие нутрициониста
- присутствие диетолога
- сервировка стола и абстановка
- отвлекающие от еды факторы

495 Систематизированный перечень готовых блюд, изделий и напитков с указанием их выхода и стоимости — называется

- режим
- перескурант
- рацион
- меню
- норматив

496 Оптимальный перерыв между приемами пищи, (час.):

- 2,5–3
- 8–10
- 2–3
- 4–5

1,5-2

497 При четырехкратном приеме пищи первый завтрак должен удовлетворять суточную потребность в нутриентах на, (%):

- 40.0
- 20.0
- 10.0
- 25.0
- 30.0

498 Ужин должен удовлетворять потребность в нутриентах на, (%):

- 35-40
- 40-50
- 5-10
- 20-25
- 15-20

499 В ужин следует включать блюда из :

- консервов и овощей
- грибов и яиц
- субпродуктов и кисломолочных продуктов
- рыбы и молочных продуктов
- жирных сортов мяса и кофе

500 В ассортимент блюд детских кафе не рекомендуется включать:

- плодово-ягодные прохладительные напитки
- мелкоштучные кондитерские изделия
- кисло-молочные продукты
- фритюрные изделия и газированные напитки
- блюда их яиц и грибов

501 Ассортимент "витаминных" столов предприятий общественного питания включает:

- консервы
- рыба копченая
- шпик свиной
- овощи сырые
- колбасы

502 Укажите правильный вариант, отражающий соматометрические показатели

- окружность головы, окружность голени, уровень развития мышц верхних и нижних конечностей
- жизненная емкость легких, форма позвоночника сила мышц спины
- цвет кожи, уровень развития подкожного жирового слоя, сила мышц руки
- вес тела, рост, окружность грудной клетки
- форма легких, состояние полового развития, выносливость мышц руки

503 Роль химического состава пищи в его усвоении

- высокий процент усваивания пищи с большим количеством белка, низкий процент усваивания пищи с большим количеством минеральных веществ

- низкий процент усваивания пищи с большим количеством белка, высокий процент усваивания пищи с большим количеством углеводов
- высокий процент усваивания пищи с большим количеством белка, низкий процент усваивания пищи без жиров
- высокий процент усваивания пищи с большим количеством белка, низкий процент усваивания пищи с большим количеством углеводов
- высокий процент усваивания пищи с большим количеством углеводов, низкий процент усваивания пищи с большим количеством витаминов

504 Какой из нижеприведенных вариантов отражает предъявляемые требования к рациональному питанию

- питание должно вызывать чувство сытости, не должно отрицательно влиять на здоровье, регулировать сон, полностью удовлетворять энергетические требования, иметь рациональный режим питания
- регулировать только нервную систему, не должно отрицательно влиять на здоровье, полностью удовлетворять энергетические требования, иметь рациональный режим питания
- питание должно вызывать чувство сытости, не должно отрицательно влиять на здоровье, обеспечивать трудовую деятельность, полностью удовлетворять энергетические требования, не создавать состояние недоедания
- питание должно вызывать чувство сытости, не должно отрицательно влиять на здоровье, полностью удовлетворять энергетические потребности организма, иметь рациональный режим питания
- питание должно вызывать чувство сытости, не должно отрицательно влиять на здоровье, полностью восполнять энергию, потраченную на основной обмен, масса пищевого рациона не должна иметь значение

505 Выберите правильный вариант, отражающий основные показатели, учитываемые при нормировании пищевых рационов

- возраст, пол и вес человека
- возраст, пол, вес, рост и температура окружающей среды
- возраст, пол и рост человека
- возраст, пол, вес и рост человека
- возраст, пол и профессия человека

506 Укажите основные аспекты физиологии питания

- химическая и биологическая ценность пищевых веществ
- функции питания в организме, биологический эффект питания
- рациональность питания, безвредность пищи для организма
- физиология пищеварения, функции питания в организме
- пищевая и биологическая ценность пищевых веществ

507 Какой показатель индекса Брока отражает слабое развитие

- 0,6–0,9
- <0,6
- 1,0
- <0,9
- 0,9

508 Выберите правильный вариант факторов, влияющих на усвоение пищи

- химический состав рациона, происхождение пищи, кулинарная обработка продуктов питания, объем пищи, органолептические свойства пищи, разнообразность рациона
- химический состав рациона, калорийность рациона, происхождение пищи, кулинарная обработка продуктов питания, органолептические свойства пищи

- химический состав рациона, происхождение пищи, кулинарная обработка продуктов питания, органолептические свойства пищи
- химический состав рациона, калорийность рациона, происхождение пищи, кулинарная обработка продуктов питания, объем пищи, органолептические свойства пищи
- химический состав рациона, большое количество мяса в пищевом рационе, происхождение пищи, кулинарная обработка продуктов питания, органолептические свойства пищи

509 По каким признакам классифицируются виды питания

- по профессиональному признаку потребителя
- по внешнему виду, по происхождению, по качеству, по количеству
- по организации, по влиянию на организм, по нарушению питания
- по происхождению, по качеству, по количественному составу
- по созданию физиологического насыщения, по вредному влиянию на организм, по происхождению

510 Укажите правильный вариант консервирования температурой

- стерилизация, применением ультрафиолетовых лучей, копчение
- стерилизация, копчение, охлаждение, высушивание
- копчение, пастеризация, охлаждение, вакуумное консервирование
- стерилизация, пастеризация, охлаждение, замораживание
- копчение, высушивание, вакуумное консервирование

511 Укажите основные аспекты физиологии питания

- пищевая и биологическая ценность пищевых веществ
- рациональность питания, безвредность пищи для организма
- переваривание и всасывание пищи
- физиология пищеварения, функции питания в организме
- функции питания в организме, биологический эффект питания

512 Укажите правильный вариант функций питания

- функция реабилитации, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция
- функция реабилитации, функция психического развития, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция
- функция реабилитации, функция кроветворения, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция, моторная функция
- функция реабилитации, функция кроветворения, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция
- функция реабилитации, функция кроветворения, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция, функция устойчивости

513 Какой вариант наиболее правильно отражает режим стерилизации и пастеризации

- пастеризация 63–65°C, стерилизация 90°C
- стерилизация 63–65 или до 90°C, пастеризация 100–120°C
- стерилизация 90°C, пастеризация 105°C
- стерилизация 100–120°C, пастеризация 63–65 или 90°C
- стерилизация 63–65°C, пастеризация 100°C и выше

514 Сколько форм санитарного надзора в области санитарной охраны запасов пищевых продуктов

- 8 форм
- 4 формы
- 6 форм

- 2 формы
- 5 форм

515 Консервирование температурой – это

- стерилизация, применением ультрафиолетовых лучей, копчение
- стерилизация, пастеризация, охлаждение, замораживание
- копчение, пастеризация, охлаждение, вакуумное консервирование
- стерилизация, копчение, охлаждение, высушивание
- копчение, высушивание, вакуумное консервирование

516 Каковы основные аспекты физиологии питания

- функции питания в организме, биологический эффект питания
- переваривание и всасывание пищи
- пищевая и биологическая ценность пищевых веществ
- физиология пищеварения, функции питания в организме
- рациональность питания, безвредность пищи для организма

517 Состав пищи должен обеспечивать физиологическую потребность организма в

- ароматических веществах, аммиаке
- микроэлементах, ксенобиотиках
- меланоидных, витаминах, углекислоте
- белках, жирах, витаминах, микроэлементах
- красящих веществах, жирах, белках

518 Физиологическая потребность в питании зависит от характера:

- пола
- термогенеза
- кровообращения
- обмена веществ
- состояния здоровья

519 Физиологические нормы питания для различных групп населения базируются на концепции питания:

- рационального
- функционального
- эволюционного
- сбалансированного
- комбинаторного

520 Пищевое разнообразие рациона достигается за счет расширения:

- конъюнктуры рынка
- температурных режимов подачи блюд
- видов столовой посуды и оформления
- кулинарной обработки и ассортимента продуктов
- форм обслуживания и дизайн стола

521 Способность пищи создавать чувство насыщения зависит от ее:

- жирности
- квалиметрии

- стоимости
- состава и объема
- пиролиза и количества

522 При формировании ассортимента кулинарной продукции не учитывается

- квалификация поваров
- количество отходов при механической обработке сырья
- трудоемкость блюд
- сезонность
- контингент питающихся

523 Оптимизация кулинарных рецептур осуществляется по составу

- моносахаридному
- императивному
- жирнокислотному
- аминокислотному
- витаминному

524 Оптимизации кулинарных рецептур производится путем подбора соотношений продуктов:

- свежих
- биогенных
- консервированных
- естественных
- синтетических

525 Здоровое питание — это:

- диетическое питание
- раздельное питание
- вегетарианское питание
- питание, обеспечивающее профилактику заболеваний
- функциональное питание

526 Биологическая ценность рациона подразумевает сбалансированность:

- пищевых волокон и углеводов
- заменимых аминокислот
- незаменимых аминокислот
- витаминов и аминокислот
- крахмала и пищевых волокон

527 Второй завтрак должен удовлетворять суточную потребность в нутриентах на, (%):

- 35–45
- 30–40
- 5–10
- 10–15
- 25–30

528 Обед должен удовлетворять потребность в нутриентах на, (%):

- 35–45
- 50–55

- 60--70
- 15--25
- 30--40

529 Для комплектации завтрака следует выбрать:

- суп с бобовыми
- салат из свежих огурцов
- солянка сборная мясная
- кофе, сырники со сметаной
- прохладительные напитки

530 "Щадящее меню" предполагает использование в питании следующих продуктов:

- консервов и копченостей
- маринадов и нерыбных продуктов моря
- грибов, яиц и кисломолочных
- овощей, морепродуктов и молочных
- жирных сортов мяса и свежих овощей

531 Укажите правильный вариант видов питания по влиянию на организм

- качественное питание, сбалансированное питание, полезное питание, калорийное питание
- рациональное питание, питание по режиму, ресторанное питание
- здоровое питание, качественное питание, рациональное питание, сытное питание
- рациональное питание, превентивное питание, профилактическое питание, диетическое питание
- питание животного происхождения, питание растительного происхождения, смешанное питание

532 Какое действие оказывает профилактическое питание на организм

- неспецифическое действие на организм
- развивающее действие питания на организм
- защитное действие питания на организм
- фармакологическое действие питания на организм
- специфическое действие питания на организм

533 Значимость рационального питания

- предупреждение развития и усиления симптомов неспецифических заболеваний
- восстановление гомеостаза и функциональных систем организма в результате заболеваний
- повышение сопротивляемости организма на влияние неблагоприятных производственных факторов
- предупреждение развития алиментарных болезней, связанных с недостатком или избытком питания
- обеспечение работоспособности людей

534 Какой из вариантов полностью охватывает продукты питания

- молоко и молочные продукты, мясо птицы, жиры, крахмал, фрукты и овощи
- мука, макаронные изделия, мясо и мясные продукты, сахариды, молоко и молочные продукты
- мясные продукты, жиры, молоко и молочные продукты, целлюлоза, фрукты и овощи
- мясо и мясные продукты, молоко и молочные продукты, мясо рыбы, яйца, фрукты и овощи
- зерновые продукты, мясо рыбы, молоко, хлеб, белки, фрукты и овощи

535 Какой из вариантов правильно выражает значение питания

- сохраняет и обеспечивает оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма
- сохраняет общественное положение, оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма

- сохраняет оптимальную трудовую и жизненную деятельность, обеспечивает рост, развитие, отказ от вредных привычек и здоровье организма
- обеспечивает рост, развитие, здоровье, сохраняет оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма
- сохраняет здоровье, оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма, обеспечивает санитарно-бытовые условия

536 Укажите значение ухода за зубами

- уменьшает налет и зубной камень, улучшает кровоснабжение мягких тканей, улучшает чувствительность зубов
- не образуется налет и зубной камень, уменьшает неприятный запах, уплотняются мягкие ткани, зубная эмаль становится тоньше, цвет не меняется
- замедляет образование налета и зубного камня, изо рта чувствуется приятный запах, улучшает чувствительность зубов
- замедляет образование налета и зубного камня, уменьшает количество микроорганизмов в полости рта, устраняет неприятный запах, обеспечивает эстетичный вид зубов
- устраняет неприятный запах, уменьшает количество микроорганизмов, меняет цвет корня зубов, уплотняются мягкие ткани, повышается аппетит

537 Выберите верный вариант ответа назначения ухода за зубами:

- замедляет образование налета и зубного камня, изо рта чувствуется приятный запах, улучшает чувствительность зубов
- устраняет неприятный запах, уменьшает количество микроорганизмов, меняет цвет корня зубов, уплотняются мягкие ткани, повышается аппетит
- уменьшает налет и зубной камень, улучшает кровоснабжение мягких тканей, улучшает чувствительность зубов
- замедляет образование налета и зубного камня, уменьшает количество микроорганизмов в полости рта, устраняет неприятный запах, обеспечивает эстетичный вид зубов
- не образуется налет и зубной камень, уменьшает неприятный запах, уплотняются мягкие ткани, зубная эмаль становится тоньше, цвет не меняется

538 Оптимальным соотношением белков, жиров, углеводов в рационе является

- 0.043101851851851856
- 0.042424768518518514
- 0.04173032407407407
- 1: 1: 4
- 0.04241898148148148

539 Оптимальное соотношение кальция, фосфора, магния:

- 0.042395833333333334
- 0.043090277777777776
- 0.04237268518518519
- 1: 1,5 : 0,5
- 0.04238425925925926

540 Рекомендуемый выход холодных закусок, (г):

- 100--150
- 200--300
- 30--40
- 75--150
- 40--50

541 Рекомендуемый выход первых блюд (супов), (г):

- 100--200
- 400--500
- 150--250
- 600--800
- 250--500

542 Рекомендуемый выход гарниров, (г):

- 25-0-350
- 300--400
- 25--75
- 100--200
- 80--90

543 Рекомендуемый выход сладких блюд, (г):

- 200--250
- 300--400
- 25--75
- 100--200
- 90--120

544 Как называется состав и количество продуктов питания, необходимых человеку в сутки

- пищевой потребностью
- специфически- динамическим действием пищи
- пищевым рационом
- калорическим коэффициентом
- изодинамией питательных веществ

545 Что отражает специфически- динамическое действие пищи

- взаимозаменяемость питательных веществ по их калорической ценности
- количество всасываемых и утилизируемых организмом веществ
- взаимозаменяемость питательных веществ по их массе
- увеличение основного обмена после приема пищи
- уменьшение основного обмена после приема пищи

546 При составлении норм питания для взрослого населения, какие возрастные группы учитываются

- 16--20; 21--35; 36--45; 46--65; 66 и старше
- 25--35; 36--45; 46--55; 56--70
- 20--40; 41--50; 51--60; 61--70
- 18--29; 30--39; 40--59; 60--74
- 20--30; 31--40; 41--50; 51--60; 60 и старше

547 Группа пищевых веществ, имеющих способность накапливаться в организме

- белки
- витамины
- углеводы
- жиры
- белки и витамины

548 В каком варианте более правильно отражено несколько требований к режиму питания

- правильное распределение пищевого пайка по возрасту и по количеству людей
- правильное распределение пищевого пайка по его составу и по количеству людей
- правильное распределение пищевого пайка по его составу и по жирности
- правильное распределение пищевого пайка по его составу и по занятости контингента
- правильное распределение пищевого пайка по происхождению продуктов и по их составу

549 Укажите правильный вариант функции питания

- функция реабилитации, функция психического развития, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция
- функция реабилитации, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция
- функция реабилитации, функция кроветворения, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция, моторная функция
- функция реабилитации, функция кроветворения, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция
- функция реабилитации, функция кроветворения, каталитическая функция, энергетическая функция, пластическая функция, функция устойчивости

550 На какие группы делятся пищевые отравления микробного происхождения

- микробного происхождения, бактериальные токсикозы, микотосикозы
- токсикоинфекции, токсикозы, миксты, ботулизм
- токсикоинфекции, токсикозы, отравления рыбой
- токсикоинфекции, токсикозы, микотосикозы, миксты
- токсикоинфекции, токсикозы, миксты

551 Какой показатель индекса Брока отражает нормальное развитие

- 1,1-1,4
- 0,8-1,2
- 0,9-1,1
- 0,9-2,1
- 1,2-1,6

552 Автор теории «сбалансированное питание»

- немецкий ученый Юстус Либих
- немецкий ученый Макс Петтенкоффер
- русский ученый Федор Эрисман
- русский ученый А.А. Покровский
- немецкий ученый Рубнер

553 Каким нарушениям может привести длительное состояние недоедания

- снижение сопротивляемости организма, нарушение сна, обострение хронических заболеваний
- снижение сопротивляемости организма, замедление антропометрических показателей, процессов роста и развития, уменьшение массы тела
- снижение сопротивляемости организма, замедление антропометрических показателей, процессов роста и развития, увеличение массы тела, возникновение ожирения
- снижение сопротивляемости организма, замедление антропометрических показателей, процессов роста и развития, уменьшение массы тела, возникновение тяжелых инфекционных заболеваний
- снижение сопротивляемости организма, усиление антропометрических показателей, процессов роста и развития

554 Укажите правильный вариант классификации пищевых отравлений

- микробного, мясного происхождения, неуточненной этиологии
- микробного, немикробного происхождения, неустановленной этиологии
- микробного, немикробного, грибкового происхождения
- микробного, немикробного, растительного происхождения
- микробного, паразитарного происхождения, неуточненной этиологии

555 Какое из определений термина «гармоническое физическое развитие» правильное

- показатели роста и массы тела ребенка находятся в пределах 1,1 – 2 сигмы
- окружность грудной клетки и масса тела ребенка соответствуют росту.
- показатели роста, массы тела и окружность грудной клетки ребенка находятся в пределах 2 сигм
- показатели роста, массы тела и окружность грудной клетки ребенка не соответствуют росту
- показатели роста и массы тела ребенка выходят за пределы 1 сигмы.

556 Количество видов нарушения питания по классификации Всемирной Организации Здравоохранения

- 3 вида
- 5 вида
- 7 видов
- 6 видов
- 4 вида

557 Правильный вариант методов оценки качества хлеба

- влажность – метод «шариков», пористость – метод титрования, кислотность – метод «постоянного веса»
- влажность – метод титрования, пористость – метод «шариков», кислотность – метод «постоянного веса»
- влажность – метод Журавлева, пористость – метод «постоянного веса», кислотность – метод «шариков»
- влажность – метод «постоянного веса», пористость – метод «шариков», кислотность – метод титрования
- влажность – метод «шариков», пористость – метод титрования, кислотность – метод Журавлева

558 Виды нарушения питания по классификации Всемирной Организации Здравоохранения

- неуправляемое питание, специфическая форма недостаточности питания, питание не вызывающее насыщение
- недоедание, неуправляемое питание, некачественное питание
- недоедание, некачественное питание, питание, вызывающее заболевание, питание, вызывающее отравление
- недоедание, специфическая форма недостаточности питания, переизбыток, несбалансированное питание
- нережимное питание, безкалорийное питание, вредное питание, некачественное питание

559 Укажите виды нарушенного питания

- пищевые интоксикации, алиментарные заболевания
- пищевые отравления, несбалансированное питание, авитаминозы
- пищевые токсикоинфекции, недостаточности микроэлементов
- несбалансированное питание, переизбыток, недоедание, специфическая форма недостаточности питания
- нарушение роста и развития, задержка умственного развития

560 Укажите правильный оценочный вариант связи между индексом Брока и уровнем развития организма

- >1,1 – сильное (толстый), 1,0 – слабое (худой), 1,1 – 2 – норма
- 0,8 – 1,2 – норма, <0,6 – слабое (худой), >1,4 – сильное (толстый)
- 0,9 – 1,8 – норма, <1,8 – слабое (худой), >2,1 – сильное (толстый)
- 0,9 – 1,1 – норма, <0,9 – слабое (худой), >1,1 – сильное (толстый)
- 1,0 – 1,2 – норма, <1,0 – слабое (худой), >1,4 – сильное (толстый)

561 Как определить жизненную емкость легких

- производится полный плавный выдох в спирометр, фиксируют показатель прибора
- производится полный плавный выдох в спирометр. Измеряют три раза, фиксируют среднее значение
- производится полный плавный выдох в спирометр. Измеряют три раза, фиксируют максимальное значение.
- после максимального вдоха производится максимальный выдох в спирометр. Фиксируется максимальное из трех значений.
- после максимального вдоха производится максимальный выдох в спирометр и фиксируется минимальное из трех значений.

562 Какой вариант наиболее правильно отражает причины возникновения бомбажа консервы

- физические, механические, биохимические
- физические, механические, химические, физиологические
- физические, органолептические, технические,
- физические, механические, биологические, химические
- физические, органолептические, механические, химические

563 Какой из вариантов правильно выражает значение питания

- сохраняет оптимальную трудовую и жизненную деятельность, обеспечивает рост, развитие, отказ от вредных привычек и здоровье организма
- сохраняет трудовую и жизненную деятельность организма
- сохраняет общественное положение, оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма
- сохраняет здоровье, оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма, обеспечивает санитарно-бытовые условия
- сохраняет и обеспечивает оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма

564 Укажите правильный вариант цели консервирования пищевых продуктов

- длительное хранение продуктов питания с сохранением высокой пищевой и биологической ценности, повышение усвояемости, употребление в течении года, облегчение транспортировки, создание стратегического запаса продуктов
- длительное хранение продуктов питания с сохранением высокой пищевой и биологической ценности, предупреждение порчи продуктов, употребление в течении года, облегчение транспортировки, создание стратегического запаса продуктов
- увеличение калорийности продуктов, предупреждение порчи продуктов, употребление в течении года, облегчение транспортировки, создание стратегического запаса продуктов
- длительное хранение продуктов питания с сохранением высокой пищевой и биологической ценности, предупреждение порчи продуктов, употребление в течении года, облегчение транспортировки, улучшение вкусовых качеств
- длительное хранение продуктов питания с сохранением высокой пищевой и биологической ценности, предупреждение порчи продуктов, употребление в течении года, обеспечение высокой способности вызывать чувство сытости, создание стратегического запаса продуктов

565 Выберите верный оценочный вариант связи между уровнем развития организма и индексом Брока

- 0,8 – 1,2 – норма, <0,6 – слабое (худой), >1,4 – сильное (толстый)
- 0,9 – 1,8 – норма, <1,8 – слабое (худой), >2,1 – сильное (толстый)
- >1,1 – сильное (толстый), 1,0 – слабое (худой), 1,1 – 2 – норма

- 0,9–1,1 – норма, <0,9– слабое (худой), >1,1 – сильное (толстый)
- 1,0–1,2 – норма, <1,0 – слабое (худой), >1,4 – сильное (толстый)

566 Укажите верную методику определения жизненной емкости легких

- производится полный плавный выдох в спирометр, фиксируют показатель прибора
- производится полный плавный выдох в спирометр. Измеряют три раза, фиксируют среднее значение
- производится полный плавный выдох в спирометр. Измеряют три раза, фиксируют максимальное значение
- после максимального вдоха производится максимальный выдох в спирометр. Фиксируется максимальное из трех значений
- после максимального вдоха производится максимальный выдох в спирометр и фиксируется минимальное из трех значений

567 Каковы причины возникновения бомбажа консерв

- физические, механические, химические, физиологические
- физические, механические, биохимические
- физические, механические, биологические, химические
- физические, органолептические, технические, химические
- физические, органолептические, механические, химические

568 Выберите верный вариант определения понятия «питание»

- сохраняет общественное положение, оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма
- сохраняет и обеспечивает оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма
- сохраняет оптимальную трудовую и жизненную деятельность, обеспечивает рост, развитие, отказ от вредных привычек и здоровье организма
- обеспечивает рост, развитие, здоровье, сохраняет оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма
- сохраняет здоровье, оптимальную трудовую и жизненную деятельность организма, обеспечивает санитарно-бытовые условия

569 Повреждающие агенты могут влиять через:

- лимфатическую систему
- ногти и волосы
- пищеварительный тракт и дыхательные пути
- дыхательные пути, кожу и пищеварительный тракт
- волосы и кожу

570 Холестерин содержится в большом количестве в:

- листовой зелени
- крупах
- овощах
- животных жирах
- фруктах

571 Избыточное поступление холестерина с пищей приводит к развитию:

- рахита
- малокровия
- подагры
- атеросклероза
- остеопороза

572 Избыточное поступление в организм натрия приводит к :

- истощению
- обезвоживанию
- гипотонии
- гипертонии
- малокровию

573 Избыточное потребление печени рыб приводит к гипervитаминозу:

- B1 и B6
- D и C
- PP и E
- A и D
- C и B12

574 Избыточное потребление легкоусвояемых углеводов приводит к :

- образованию камней в желчевыводящих путях
- нарушению работы кишечника
- снижению веса тела
- повышению веса тела
- сдвигу кислотно-щелочного равновесия

575 Биогенные амины вызывают:

- сахарный диабет
- гипотонию
- ожирение
- повышение артериального давления
- кариес

576 акая обработка продуктов является основным способом устранения действия антипищевых

- варка
- первичная
- готовка на пару
- тепловая
- техническая

577 В сыром виде не рекомендуется употреблять:

- кукурузу
- шпинат
- укроп
- бобовые
- капусту

578 Рациональным способом кулинарной обработки продуктов, загрязненных радиоактивными веществами, является

- тушение
- запекание
- жарка во фритюре
- варка

- варка на пару

579 Кофеин содержится в:

- квасе
 минеральных водах
 овощах
 чае
 соках

580 Лектины содержатся в:

- фруктах
 рыбе
 хлебе
 бобовых
 субпродуктах

581 Что относится к желчным пигментам

- бомбезин
 секретин
 мотилин
 билирубин
 брадикинин

582 Проявляют свойства антиокислителей:

- тиамин (витамин B1)
 цианкобаламин (B12)
 токоферолы (витамин E)
 аскорбиновая кислота (витамин C)
 кальциферолы (витамин D)

583 Вещества, участвующие в обеспечении функции барьерных тканей организма:

- кальциферол и углеводы
 ксилит и аскорбиновая кислота
 углеводы и токоферол
 аскорбиновая кислота и ретинол
 цианкобаламин и минеральные вещества

584 Обеспечивают обезвреживающую функцию печени:

- адреналин, витамин C, аммиак
 фитонциды, витамин E, витамин C
 витамин U, адреналин
 лецитин, витамин U, витамин B12
 хлорофилл, витамин B1

585 Пищевые факторы защиты против микроорганизмов:

- жиры и фитонуиды
 фитонциды и соляная кислота
 балластные вещества и жиры
 хлорофилл и фитонуиды

- углеводы и магнит

586 Противосклеротический эффект проявляют следующие пищевые компоненты:

- холестерин и кофеин
 кальций и ретинол
 пищевые волокна и кальций
 аскорбиновая кислота, пищевые волокна
 ретинол и холестерин

587 Анतिकанцерогенным действием обладают витамины

- никотинамид и кальциферол
 кальциферол аскорбиновая кислота
 фолиевая кислота и токоферол
 аскорбиновая кислота и ретинол
 филлохинон и ретинол

588 Избыточное потребление растительных масел (ПНЖК) приводят к

- ожирению
 атеросклерозу
 образованию желчных камней
 нарушению функции щитовидной железы
 малокровию

589 Пуриновые основания содержатся в :

- крупах и бобовых
 молоке и мясе
 зелени и яйце
 яичном желтке и бульонах
 сырах и твороге

590 Избыточное поступление в организм продуктов, богатых пуринами, приводит к заболеванию

- гипотания
 авитаминоз``
 малокровие
 подагра
 рахит

591 Антиферменты содержатся в:

- сыре и овощах
 картофеле и помидопе
 яблоках и арбузе
 пшенице и бобовых
 мясе и молоке

592 Фитин содержится в:

- бобовых
 мясе
 яйцах

- пшеничном хлебе
- молоке

593 Образование секретина стимулируют:

- трипсиноген
- продукты гидролиза
- химотрипсин
- соляная кислота
- пепсин

594 Превращение пепсиногена в пепсин активируется под влиянием:

- секретина
- слюны
- энтерокиназы
- соляной кислоты и пепсина
- гастрина

595 При избыточной тепловой обработке образуются канцерогенные вещества типа:

- соланин
- бетаин
- кофеин
- оксиметилфурфурол
- танин

596 Желчные пигменты образуются из:

- соланин
- гастрина
- бомбезина
- билирубина
- секретина

597 Секретин образуется:

- в слюне
- в желудке
- в поджелудочной железе
- в двенадцатиперстной кишке
- в желчи

598 Как называется сосудорасширяющее вещество, входящее в состав слюны

- трансфераза
- лизоцим
- мальтаза
- калликреин
- α -амилаза

599 Перечислить ферменты желудочного сока:

- реннин
- трипсин
- серотонин

- химотрипсин
- пепсин

600 Пепсиноген синтезируется в железах слизистой оболочки желудка:

- энтерохромаффинными клетками
- добавочными клетками
- обкладочными клетками
- главными клетками
- шеечными клетками

601 Какие из указанных гормонов не относятся к гормонам пищеварительного тракта

- гистамин;
- секретин;
- бомбезин;
- альдостерон;
- холецистокинин.

602 Выберите фактор, тормозящий желудочную секрецию:

- ацетилхолин
- гастрин
- овощные отвары
- продукты гидролиза жиров
- гистамин

603 Выберите компонент, который не входит в состав слюны:

- лизоцим
- иммуноглобулины Ig 1
- мальтаза
- пепсин
- альфа-амилаза

604 Какие конечные продукты образуются при действии амилазы слюны

- полисахариды
- глицерин и жирные кислоты
- поли- и олигопептиды, аминокислоты
- олигосахариды и мальтоза
- глюкоза

605 Какие ферменты выделяет поджелудочная железа в активном состоянии

- трипсиноген
- химотрипсиноген
- прокарбокиспептидазы А и В
- пепсин
- амилазу, липазу, нуклеазу

606 В каком случае активируется секретин

- при воздействии слизи на стенку двенадцатиперстной кишки
- при воздействии солей на стенку двенадцатиперстной кишки
- при воздействии сока поджелудочной железы на стенку двенадцатиперстной кишки

- при воздействии желудочного сока на стенку двенадцатиперстной кишки
- при воздействии жёлчи на стенку двенадцатиперстной кишки

607 Какие гуморальные факторы тормозят сокращение желчного пузыря

- гистамин, брадикинин
- гастрин, энтерокиназа
- гистамин, желчь
- глюкагон, панкреатический полипептид (ПП), кальцитонин
- гастрин, секретин, желчь

608 Какой фермент активирует антидиуретический гормон

- энтерокиназу
- мальтозу
- трипсин
- гиалуронидазу
- пепсин

609 Потребность в жирах лиц, занятых физическим трудом (мужчин) составляет, (г)

- 200--210
- 158--160
- 96--100
- 126--158
- 170--175

610 Потребность в жирах лиц, занятых физическим трудом (женщин) составляет, (г):

- 150--160
- 116--125
- 96--110
- 106--116
- 136--140

611 Потребность в углеводах лиц, занятых физическим трудом (мужчин) составляет, (г)

- 700--710
- 602--610
- 305--310
- 483--602
- 650--680

612 Потребность в аскорбиновой кислоте лиц, занятых тяжелым физическим трудом составляет, (мг):

- 200--250
- 50--70
- 30--50
- 90--100
- 100--110

613 Калорийность рациона для лиц, занятых физическим трудом, повышаем за счет:

- минеральных веществ и белков
- углеводов и белков

- белков и витаминов
- жиров и углеводов
- витаминов и минеральных веществ

614 Виды физического труда:

- динамический, статический, работа в положении сидя
- положительно динамический, отрицательный динамический, статический
- положительно статический, отрицательный динамический, отрицательный статический
- отрицательно динамический, положительно статический, вынужденное положение тела
- положительно динамический, положительно статический, отрицательно динамический

615 Физическая сущность шума:

- шум является колебаниями, приводящие к вибрации барабанной перепонки
- шум, являясь механическим колебанием газообразных, жидких и твердых тел, распространяется в воздушной среде
- шум, образуясь при взаимодействии твердых тел, распространяется в воздушной среде
- шум, являясь механическим колебанием газообразных и жидких тел, распространяется в закрытой среде
- шум является механическим колебанием, вызывающим боль в слуховом аппарате

616 Мероприятие по профилактике вредного действия шума на производстве

- организация перерывов
- переход на другую работу
- организация рационального питания
- применение средств индивидуальной защиты (СИЗ)
- производственная гимнастика

617 Методы оценки функционального состояния мышечной системы во время

- электрокардиография, пульсотометрия, сфигмография
- динамометрия, различные физиологические тесты, пневмография,
- измерение функций условных рефлексов и анализаторов, электроэнцефалография, хронаксиметрия
- эргография, динамометрия, хронаксиметрия, электротермометрия
- электрокардиография, электроэнцефалография, электромиография

618 Системы организма, в которых возникают изменения при длительном воздействии шума

- дыхательная система
- эндокринная система
- опорно-двигательный аппарат
- орган слуха, нервная, сердечно-сосудистая и пищеварительная системы
- мочеполовая система

619 Не относится к общим профилактическим мероприятиям, проводимым против шума на производстве:

- технические мероприятия
- планово-проектные мероприятия
- организационные мероприятия
- рациональное питание
- медико-профилактические мероприятия

620 Энерготраты лиц, занятых физическим трудом (женщин) составляют, (ккал

- 4200--4250
- 3700--3800
- 2500--2700
- 2900--3700
- 4000--4100

621 Энерготраты лиц, занятых физическим трудом (мужчин) составляют, (ккал):

- 4700--4800
- 3000--3150
- 2500--3000
- 3700--4300
- 4300--4350

622 Потребность в белках лиц, занятых физическим трудом (мужчин) составляет, (г)

- 150--160
- 118--130
- 70--90
- 95--118
- 130 -- 150

623 Потребность в белках лиц, занятых физическим трудом (женщин) составляет, (г):

- 120--125
- 87--90
- 70--80
- 80--87
- 100--110

624 Потребность в углеводах лиц, занятых физическим трудом (женщин) составляет, (г):

- 580--600
- 440--450
- 305--320
- 406--440
- 490--500

625 Максимальным пространственным порогом обладает кожа

- ладони
- предплечья
- тыльной стороны ладони
- спины
- пальцев рук

626 Виды физической работы в зависимости от объема мышц, привлекаемых к

- мелкая, средняя, глобальная
- локальная, региональная, общая
- легкая, средней тяжести, тяжелая
- частичная, местная, региональная
- ручная, ножная, тотальная

627 Патологии, связанные с общим и местным действием низкой температуры в условиях

работы:

- облитерирующий эндоартрит, остеоартрозы, вестибулопатии
- вегетативный полиневрит, невралгии, полирадикулоневропатия шеи
- вегетативный полиневрит нижних конечностей, миоваскулиты, артрозы
- вегетативный полиневрит верхних конечностей, нейроваскулиты, облитерирующий эндоартрит
- нейроваскулиты, контрактуры, изменения эндокринной системы

628 Основным путем поступления радионуклидов в организм человека в условиях среды обитания является:

- с продуктами питания
- с водой
- с воздухом
- через кожу
- через слизистые оболочки

629 Какие различают формы стоп

- нормальную и плоскую, искривленную
- нормальную, плоскую, уплощенную и патологическую
- нормальную и искривленную
- нормальную, плоскую и уплощенную
- нормальную, плоскую, уплощенную и патологическую

630 В состав комиссии по расследованию случаев профзаболеваний (отравлений) должны входить:

- главный врач медицинской службы предприятия
- врач по гигиене труда, представитель администрации, участковый врач территориальной поликлиники
- главный врач территориального ЦГЭ, руководитель и представитель медицинской службы предприятия
- врач по гигиене труда, представитель администрации, профсоюза и медицинской службы предприятия.
- главный врач территориального ЦГЭ, представители отдела охраны труда и медицинской службы предприятия.

631 Какие нарушения считаются основными при воздействии вибрации

- патологии, происходящие в сердце
- нарушения, происходящие в нервной системе
- патологии, происходящие в желудочно-кишечном тракте
- сосудистые нарушения
- патологии, происходящие в эндокринной системе

632 Причины острых профессиональных отравлений:

- прерывистое действие больших доз химических веществ, связанное с профессиональной деятельностью
- прерывистое действие малых доз химических веществ, связанное с профессиональной деятельностью
- однократное действие малых доз химических веществ на организм, связанное с профессиональной деятельностью
- длительное действие малых доз химических веществ, связанное с профессиональной деятельностью
- длительное действие больших доз химических веществ, связанное с профессиональной деятельностью

633 Источники загрязнения окружающей среды искусственными радионуклидами:

- стройматериалы, почвенный воздух
- рентгенодиагностические процедуры, применение и испытание ядерного оружия
- продукты сгорания органического топлива, почвенный воздух
- предприятия ядерно-топливного цикла, применение и испытание ядерного оружия
- медицинские диагностические процедуры, космические излучения

634 Что такое гамма излучение

- поток фотонов
- поток нейтрино.
- поток электронов, позитронов и нейтрино
- электромагнитное фотонное излучение
- поток позитронов

635 Загрязнение радионуклидами рабочей зоны возможно

- при транспортировке источников в контейнерах
- при эксплуатации γ -установок
- при использовании ускорителей в медицине
- при запланированном использовании открытых источников в промышленности, сельском хозяйстве, медицине, в виде побочных продуктов при добыче и переработке радиоактивных руд
- в сельском хозяйстве, медицине, в виде побочных продуктов, при переработке радиоактивных руд

636 Объекты исследования физиологии труда:

- физиологическое проявление различных трудовых процессов
- физические и химические факторы производства
- механизация и автоматизация производства
- производственная среда и организм работающего человека
- условия труда на производстве

637 Подгруппа промышленных ядов общепроtoplазматического действия

- щелочи и кислоты
- кислотные ангидриды и галогены
- алифатические и ароматические углеводороды
- металлы и металлоиды
- хлорированные углеводороды и нитросоединения

638 Что такое аддитивное действие химических веществ

- одновременное действие нескольких химических веществ повышает чувствительность организма
- токсический эффект одновременного действия нескольких химических веществ меньше суммы эффектов каждого из них
- Токсический эффект одновременного действия нескольких химических веществ больше суммы эффектов каждого из них
- токсический эффект одновременного действия нескольких химических веществ является простой суммой эффектов каждого из них
- одновременное действие нескольких химических веществ снижает чувствительность организма

639 Укажите профессии, связанные с условиями высокого атмосферного давления

- мостостроители, машинисты, сельхозработники
- пилоты, водолазы, бетонщики

- альпинисты, пилоты, работающие в барокамере (врачи)
- водолазы, строители тоннеля, работающие в барокамере (врачи)
- строители тоннеля, подземные кессонщики, альпинисты

640 Какие формы стоп бывают

- нормальную и плоскую, искривленную
- нормальную, плоскую, уплощенную и патологическую
- нормальную и искривленную
- нормальную, плоскую и уплощенную
- нормальную и уплощенные: 1 и 2 степени

641 Укажите верный вариант причин острых профессиональных отравлений:

- однократное действие малых доз химических веществ на организм, связанное с профессиональной деятельностью
- прерывистое действие больших доз химических веществ, связанное с профессиональной деятельностью
- длительное действие больших доз химических веществ, связанное с профессиональной деятельностью
- длительное действие малых доз химических веществ, связанное с профессиональной деятельностью
- однократное или кратковременное действие больших доз химических веществ в производственных условиях

642 Укажите верный перечень источников загрязнения окружающей среды искусственными радионуклидами:

- продукты сгорания органического топлива, почвенный воздух
- стройматериалы, почвенный воздух
- продукты сгорания органического топлива, почвенный воздух
- предприятия ядерно-топливного цикла, применение и испытание ядерного оружия
- рентгенодиагностические процедуры, применение и испытание ядерного оружия

643 Выберите верное определение гамма излучению

- поток фотонов
- поток нейтрино
- поток электронов, позитронов и нейтрино
- электромагнитное фотонное излучение
- поток позитронов

644 Когда возможно загрязнение радионуклидами рабочей

- при транспортировке источников в контейнерах
- при использовании ускорителей в медицине
- при эксплуатации установок
- при запланированном использовании открытых источников в промышленности, сельском хозяйстве, медицине, в виде побочных продуктов при добыче и переработке радиоактивных руд
- при эксплуатации рентгеновских аппаратов

645 Чем занимается физиология труда

- физиологическое проявление различных трудовых
- физические и химические факторы производства
- механизация и автоматизация производства
- производственная среда и организм работающего человека

- условия труда на производстве

646 К промышленным ядам общепроплазматического действия относятся

- щелочи и кислоты
 кислотные ангидриды и галогены
 алифатические и ароматические углеводороды
 металлы и металлоиды
 хлорированные углеводороды и нитросоединения

647 Укажите верное определение понятия «аддитивное действие химических веществ»?

- токсический эффект одновременного действия нескольких химических веществ больше суммы эффектов каждого из них
 одновременное действие нескольких химических веществ снижает чувствительность организма
 одновременное действие нескольких химических веществ повышает чувствительность организма
 токсический эффект одновременного действия нескольких химических веществ является простой суммой эффектов каждого из них
 токсический эффект одновременного действия нескольких химических веществ меньше суммы эффектов каждого из них

648 Выберите верный вариант списка профессий, связанных с условиями высокого атмосферного давления:

- мостостроители, машинисты, сельхозработники
 пилоты, водолазы, бетонщики
 альпинисты, пилоты, работающие в барокамере (врачи)
 водолазы, строители тоннеля, работающие в барокамере (врачи)
 строители тоннеля, подземные кессонщики, альпинисты

649 На сколько процентов повышается теплообразование в мышцах при тяжелой мышечной работе

- 80–100%
 0.1
 50–80%
 400–500%
 15–30%

650 Минимальным пространственным порогом обладает кожа

- спины
 подошвы ног
 предплечья
 пальцев рук
 бедро

651 Группы физического труда в зависимости от расходуемой энергии:

- легкий, средней тяжести, I степени очень тяжелый, II степени очень тяжелый
 легкий, не тяжелый, средней тяжести, очень тяжелый
 средней тяжести, очень тяжелый
 легкий, средней тяжести, тяжелый, очень тяжелый
 легкий, I степени тяжести, II степени тяжести, очень

652 Что означает рост

- в кратковременных перерывах
- в первые минуты после завершения работы
- в конце рабочей недели
- количественные изменения происходящие в организме
- в течение часа после работы

653 Причины грыж, связанных с профессией:

- длительное нахождение на ногах и перенос груза весом 10 кг
- длительная работа в вынужденном положении тела
- длительное хождение на ногах
- подъем тяжести, ношение груза
- длительная работа в положении сидя

654 Сущность процесса утомления:

- торможение в коре головного мозга, сопровождающееся дезорганизацией в костно-мышечной системе
- физиологический процесс, чувство усталости и временное уменьшение работоспособности
- регулятор устойчивости организма на вредное воздействие неблагоприятных факторов окружающей среды
- патологическое состояние, сопровождающееся тоническими судорогами мышц
- патологическое состояние, являющееся результатом снижения сопротивляемости организма на вредное воздействие неблагоприятных факторов окружающей среды

655 Основные особенности продуктов животного происхождения.

- в основном считается пластическим материалом, в том числе и источником биологически активных веществ
- в основном считается пластическим материалом, в том числе и источником витаминов и белка
- в основном считается энергетическим материалом, в том числе и источником углеводов
- в основном считается пластическим материалом, в том числе и источником белков и незаменимых аминокислот
- в основном считается пластическим материалом, в том числе и источником заменимых аминокислот

656 Какой вклад в общую структуру факторов, формирующих здоровье, вносит образ жизни:

- 0.2
- 30%.
- 10%.
- 50%.
- 0.4

657 Сущность понятия образ жизни:

- рациональная организация профессиональной деятельности и отдыха человека
- комплекс работ, обеспечивающих нормальное функционирование центральной нервной системы
- комплекс мероприятий, направленных на повышение сопротивляемости организма и его укрепление
- форма поведения, характеризующаяся профессиональной деятельностью человека, отдыхом, организацией свободного времени и особенностью питания
- совокупность мероприятий по предупреждению неблагоприятного влияния окружающей среды на организм

658 Следствием воздействия нагревающего микроклимата на организм

- нарушение функций органов зрения и диплопии

- функциональные нарушения в желудочно-кишечном тракте, сопровождающиеся снижением усвоения пищи
- вибрационная болезнь, сопровождающаяся нарушением в центральной нервной системе
- нарушения водно-солевого обмена, судороги в икроножных мышцах
- боли в костно-суставном аппарате и нарушения двигательной активности

659 Рабочее положение, являющееся причиной

- работа, стоя в согнутом положении в сторону
- стоя на ногах и выполнение работы, связанные с ходьбой
- хронического колита, хронического запора, геморроя и нарушения овариального
- работа, сопровождающаяся длительным вынужденным положением сидя тяжелая физическая работа, сопровождающаяся длительным стоянием на ногах
- работа, стоя в полусогнутом вперед положении

660 Вариант, более полно отражающий факторы, вызывающие неблагоприятные изменения производственной среды

- химические факторы, шум, вибрация, биологические факторы
- ионизирующее излучение, пары химических веществ, вирусы
- неблагоприятный микроклимат, пыль и грибки
- физические, химические и биологические факторы
- физические факторы, двуокись углерода, микроорганизмы

661 Укажите эффекты первичного воздействия лазерных лучей:

- функциональные изменения
- физико-химические изменения
- химические изменения
- органические изменения
- физические изменения

662 Профессиональная патология, возникающая в результате напряжения лакомоторного аппарата

- близорукость
- плоскостопие
- кифоз
- тендовагинит
- сколиоз

663 Вариант, более полно отражающий основные части общей гигиены труда:

- физиология труда, промышленная токсикология, промышленная пыль
- физиология труда, промышленная токсикология, производственный микроклимат
- промышленная токсикология, производственный микроклимат, ионизирующая радиация
- гигиена труда в сельском хозяйстве, гигиена труда работников промышленных предприятий
- частная гигиена труда, физиология труда, промышленная пыль

664 Правильный вариант радикальной профилактики вредного действия шума на производстве.

- производственная гимнастика
- организация перерывов
- экранирование шума
- нормирование уровня шума

- организация рационального питания

665 Профессиональные или производственные яды – это

- частицы преимущественно фиброгенного действия, вызывающие у работающих развитие пневмокониозов в условиях производства
- любое химическое вещество, встречающееся в окружающей среде и в условиях производства, которые могут оказать вредное действие на организм человека
- химические вещества в атмосферном воздухе, поступающие в организм через органы дыхания, желудочно-кишечный тракт, через кожные покровы
- химические вещества, которые в виде сырья, промежуточных или готовых
- продуктов встречаются в условиях производства и могут вызывать профессиональные отравления

666 Правильный вариант основных групп неблагоприятных факторов производственной среды

- факторы, связанные с нервно-эмоциональным напряжением работников и неблагоприятной организацией жилищно-бытовых условий
- факторы, связанные с устаревшим оборудованием и неправильным ведением технологических процессов
- факторы, связанные с неблагоприятным изменением производственной среды и нерациональной организацией отдыха рабочих
- факторы, связанные с нерациональной организацией рабочих мест и неблагоприятным изменением производственной среды
- физические и химические факторы производственной среды

667 Укажите основные формы воздействия лазерных излучений на работающих в зависимости от специфики технологических процессов

- только отраженные лучи
- только прямые лучи
- прямые, отраженные и рассеянные лучи
- отраженные и рассеянные лучи
- прямые и рассеянные лучи

668 Производственные участки и работы, производящие вибрацию:

- современная бытовая техника, работающая с пультом управления
- вибротрясающие средства
- процессы производства лекарств
- работа на швейных машинах и слесарных станках
- стерилизация инструментов

669 Укажите верный список рабочего положения, приводящего к хроническому колиту, хроническому запору, геморрою и нарушениям оварийного цикла

- работа, стоя в согнутом положении в сторону
- тяжелая физическая работа, сопровождающаяся длительным стоянием на ногах
- стоя на ногах и выполнение работы, связанные с ходьбой
- стоя на ногах и выполнение работы, связанные с ходьбой
- работа, стоя в полусогнутом вперед положении

670 Укажите вариант, в котором более полно перечислены факторы, вызывающие неблагоприятные изменения производственной среды

- химические факторы, шум, вибрация, биологические факторы
- ионизирующее излучение, пары химических веществ, вирусы
- неблагоприятный микроклимат, пыль и грибки

- физические, химические и биологические факторы
- физические факторы, двуокись углерода, микроорганизмы

671 К чему приводит первичное воздействие лазерных лучей:

- функциональные изменения
- физико-химические изменения
- химические изменения
- органические изменения
- физические изменения

672 К какой профессиональной патологии приводит напряжение лакомоторного аппарата

- близорукость
- плоскостопие
- кифоз
- тендовагинит
- сколиоз

673 Укажите наиболее полный вариант перечня основных частей общей гигиены труда:

- промышленная токсикология, производственный микроклимат, ионизирующая радиация
- частная гигиена труда, физиология труда, промышленная пыль
- гигиена труда в сельском хозяйстве, гигиена труда работников промышленных предприятий
- физиология труда, промышленная токсикология, производственный микроклимат
- физиология труда, промышленная токсикология, промышленная пыль

674 Какова радикальная профилактика вредного действия шума на производстве.

- производственная гимнастика
- организация перерывов
- экранирование шума
- нормирование уровня шума
- организация рационального питания

675 Укажите верный вариант профессиональных или производственных ядов

- пневмокониозов в условиях производства пыли и микроорганизмы, витающие в воздухе рабочей зоны и могущие оказать вредное действие на организм рабочего
- любое химическое вещество, встречающееся в окружающей среде и в условиях производства, которые могут оказать вредное действие на организм человека
- химические вещества в атмосферном воздухе, поступающие в организм через органы дыхания, желудочно-кишечный тракт, через кожные покровы
- химические вещества, которые в виде сырья, промежуточных или готовых продуктов встречаются в условиях производства и могут вызывать профессиональные отравления
- частицы преимущественно фиброгенного действия, вызывающие у работающих развитие

676 Выберите правильный вариант основных групп неблагоприятных факторов производственной среды

- факторы, связанные с нервно-эмоциональным напряжением работников и неблагоприятной организацией жилищно-бытовых условий
- факторы, связанные с устаревшим оборудованием и неправильным ведением технологических процессов
- факторы, связанные с неблагоприятным изменением производственной среды и нерациональной организацией отдыха рабочих

- факторы, связанные с нерациональной организацией рабочих мест и неблагоприятным изменением производственной среды
- физические и химические факторы производственной среды

677 Каковы основные формы воздействия лазерных излучений на работающих в зависимости от специфики технологических процессов

- отраженные и рассеянные лучи
- прямые и рассеянные лучи
- только прямые лучи
- прямые, отраженные и рассеянные лучи
- только отраженные лучи

678 Энерготраты работников умственного труда (женщин) составляют, (ккал):

- 3200–3500
- 2400–2500
- 1500–1600
- 2200–2400
- 2800–3000

679 Энерготраты работников умственного труда (мужчин) составляют, (ккал)

- 3500.0
- 3000.0
- 1500.0
- 2550.0
- 3700.0

680 Потребность в аскорбиновой кислоте работников умственного труда составляет, (мг):

- 200–210
- 55–70
- 15–25
- 55–70
- 70–80

681 Питание работников умственного труда имеет следующую направленность:

- алифатическую
- гипонатриевую
- антистрессорную
- антисклеротическую и антистрессорную
- низкокалорийную

682 Какие блюда целесообразно включать в меню обеда для работников I группы интенсивности труда

- булочка сдобная
- суп на грибном бульоне
- ассорти рыбное
- суп-лапша с курицей
- печень по-строгановски

683 Людям, занятым умственным трудом, следует питаться в сутки раз

- 2.0
- 5.0
- 3.0
- 4.0
- 6.0

684 В рацион людей, занятых умственным трудом, рекомендуется включать следующие продукты:

- субпродукты
- шоколад
- копченая рыба
- морепродукты, молочные продукты
- сдобные булочки

685 Потребность в белках работников умственного труда (женщин) составляет, (г):

- 95-100
- 78-80
- 55-65
- 72-78
- 85-90

686 Потребность в белках работников умственного труда (мужчин) составляет, (г):

- 105-120
- 91-100
- 55-65
- 83-91
- 95-105

687 Потребность в жирах работников умственного труда (женщин) составляет, (г):

- 100-110
- 88-100
- 70-80
- 81-88
- 90-95

688 Потребность в жирах работников умственного труда (мужчин) составляет, (г):

- 120-130
- 103-105
- 70-80
- 93-103
- 110-115

689 Потребность в углеводах работников умственного труда (женщин) составляет, (г):

- 480-500
- 324-340
- 200-210
- 297-324
- 425-450

690 Потребность в углеводах работников умственного труда (мужчин) составляет, (г)

- 480–500
- 378–385
- 310–320
- 344–378
- 425–450

691 И. П. Павлов разделил людей на «мыслителей» и «художников» по принципу

- подвижности возбуждения торможения
- эмоциональной лабильности
- преобладания первой или второй сигнальной системы
- силы эмоциональных реакций
- соотношения силы возбуждения и торможения

692 Какому типу темперамента (по Гиппократу) соответствует сильный, неуравновешенный тип ВНД (по Павлову)?

- холерику
- сангвинуку
- меланхолику
- флегматику
- невротика

693 Какие факторы не влияют на температуру тела

- прием пищи
- мышечная активность
- температура внешней среды
- понижение содержания O₂ и CO₂ в крови
- психоэмоциональный стресс

694 Личная гигиена – это

- организация режима труда и отдыха в соответствии с гигиеническими правилами.
- соблюдение правил по уходу за телом, т.е. чистоты кожи волос, полости рта.
- соблюдение гигиенических требований к жилищу, месту работы.
- сохранение и укрепление здоровья с помощью соблюдения норм и правил гигиены в повседневной жизни человека.
- отсутствие вредных привычек.

695 Функции волос головы в организме

- эстетическая обменная, терморегуляция, чувствительно питательная
- обменная, терморегуляция, газообменная.
- терморегуляция, эстетическая, морфологическая защита, энергетическая
- обменная, выделительная, терморегуляторная, защитная
- обменная, терморегуляция, питательная

696 Основные задачи гигиены труда:

- проведение обследований состояния здоровья работников с целью изучения вредного влияния факторов производственных условий
- изучение загрязнений воздуха производственной среды химическими токсическими веществами с целью выявления возможности производственных интоксикаций

- изучение уровня вредных физических и химических факторов производственной среды
- качественная и количественная оценка влияния условий труда на организм, разработка и ведение мероприятий, направленных на устранение вредного влияния и повышения производительности труда
- создание безопасных условий труда на промышленном и сельскохозяйственном

697 Потребность в белке для людей старшего возраста составляет,(г

- 115 – 120
- 69 - -75
- 45 - -65
- 57 - -69
- 90 - -100

698 Суточные энерготраты у людей старшего возраста составляют, (ккал):

- 2800 – 3000
- 1600 - -1800
- 1100 - -1200
- 1900 - -2300
- 2300 - -2450

699 Что можно включить из предложенных в меню обеда для пожилых людей:

- суп-харчо
- печенка жареная с луком и картофельным пюре
- бульон с пельменями
- овощной суп с перловой крупой
- рыба горячего копчения

700 Энергетическая ценность рациона для пожилых людей снижают за счет

- пищевые волокна
- витамины
- жирных мясопродуктов, мучных и сахарных изделий
- белки
- жиры