



كلية الاقتصاد المنزلي

الإختبار النهائي النظري - الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي 2022 / 2023 م

القسم العلمي	التغذية وعلوم أطعمة	الشعبة / الفرقة الدراسية	التغذية وعلوم أطعمة - الثالثة
اسم المقرر	مشكلات التغذية في الدول النامية N321	كود المقرر	N321
العام الدراسي	2022 / 2023 م	الفصل الدراسي	الثاني
تاريخ الامتحان	2023 / 6 / 18 م	زمن الامتحان	ساعتان
عدد الاسئلة	80 - بواقع درجة واحدة كل سؤال	طريقة إجابة الامتحان	كراسة <input type="checkbox"/> نفس الورقة <input checked="" type="checkbox"/> نموذج الكتروني <input type="checkbox"/>
عدد أوراق الامتحان	4 أوراق وجه وظهر بالغلاف	نوع الاسئلة	مقالي <input type="checkbox"/> اختياري من متعدد <input checked="" type="checkbox"/>
عدد الطلاب	348	الدرجة الكلية	80 درجة
تعليمات بالامتحان	خاصة جميع الاسئلة إجباريه - ضع الإجابة الصحيحة من بين الإجابات لكل سؤال في الجدول التالي مع اختيار إجابة واحدة فقط. وتوضع تحت رقم كل سؤال.		

جميع الاسئلة إجباريه (80 درجة)

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

14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15
42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29
56	55	54	53	52	51	50	49	48	47	46	45	44	43
70	69	68	67	66	65	64	63	62	61	60	59	58	57
				80	79	78	77	76	75	74	73	72	71

1- ما هو التشخيص المعلمي المفيد المحتمل لنقص التغذية بالبروتين والطاقة؟

- A- الألبومين B- البري البومين C- بروتين D- الجلوكوز

2- المظاهر الشائعة لسوء التغذية المزمن بالبروتين والطاقة هي:

- A- السمنة B- الهزال C- النقرم D- زيادة الوزن

3- الأمراض والإصابات تتسبب في الجسم

A- زيادة معدل تكسير بروتين B- قلة تخليق بروتين

C- زيادة تخليق بروتين D- قلة معدل تكسير بروتين

4- من أسباب سوء التغذية نتيجة زيادة متطلبات العناصر الغذائية

A- اضطرابات التنوق B- زيادة نشاط الغدة الدرقية

C- استئصال الأمعاء D- صعوبات البلع

5- أي مما يلي يعتبر من سمات الكواشيوركور؟

- A- نقص في الدهون تحت الجلد. B- نوع من نقص البروتينات والسرعات الحرارية.
- C- بشرة المريض جافة ومتجعدة. D- وجود ادما.



- 6- بالنسبة للأطفال الذين يعالجون من سوء التغذية الحاد، أي مما يلي يجب اتباعه لتصحيح نقص المغذيات الصغرى؟
A- إعطاء المزيد من فيتامين أ والزنك والنحاس وحمض الفوليك والفيتامينات المتعددة وعدم التوصية بالحديد حتى يدخل الطفل في مرحلة إعادة التأهيل.
B- أعطي المزيد من فيتامين أ والزنك والنحاس وحمض الفوليك والفيتامينات المتعددة والحديد في مرحلة الاستقرار.
C- أعطي المزيد من فيتامين أ والزنك والنحاس وحمض الفوليك والفيتامينات المتعددة ولا نعطي الحديد في مرحلة إعادة التأهيل.
D- كل ما سبق صحيح.

7- المرasmus Marasmus هو:

- A- نقص من الكربوهيدرات والسرعات الحرارية
B- يؤدي إلى ظهور السمنة
C- يمكن أن يؤدي إلى الهزال والسرطان
D- ينتج عنه كميات كبيرة من الدهون

8- تبدأ بروتوكولات العلاج لسوء التغذية بالبروتين والطاقة

- A- التطعيم لتعزيز القدرة على مكافحة العدوى.
B- محاولة تعديل الوزن.
C- تجديد السوائل متبوعاً بزيادة تدريجية في البروتين عالي الجودة و / أو السرعات الحرارية في النظام الغذائي.
D- تكميل النظام الغذائي بمشروب عالي البروتين / عالي السرعات الحرارية.

9- ما هو شكل فيتامين (أ) الموجود في الأطعمة الحيوانية والذي يمتصه الجسم بسهولة؟

- A- Beta-carotene
B- Provitamin A
C- Retinol and Retinyl esters
D- Carotenemia

10- أي مما يلي ناتج عن المستويات القليلة للمأخوذ من فيتامين (أ) لدى الزوجين؟

- A- تشوه الجنين.
B- تساقط الشعر.
C- غثيان.
D- التهاب اللثة.

11- أي العبارات التالية صحيحة؟

- A- المنتجات الحيوانية فقط هي التي تحتوي على الشكل النشط لفيتامين (أ).
B- يوجد فيتامين (أ) فقط في الأطعمة النباتية.
C- فيتامين (أ) له أدوار أساسية في الرؤية فقط.
D - كل ما سبق صحيح.

12- فيتامين (أ) له العديد من أعراض النقص فما هي؟

- A- فرط القرن الجريبي.
B- خلل في تكوين العظام والأسنان.
C- ضعف تكوين الحيوانات المنوية.
D- كل ما سبق صحيح.

13- كل ما يلي هو من الأسباب الشائعة لمرض العمى الليلي باستثناء:

- A- إعتام عدسة العين.
B- التهاب الشبكية الصباغي.
C- العيوب الخلقية.
D- فرط القرن الجريبي.

14- أثناء الرؤية الطبيعية يمر الضوء عبر قرنية العين ويتصادم بخلايا شبكية العين ويبدأ بروتين الرودوبسين بامتصاص الضوء ويحدث تغيرات لفيتامين (أ) من الشكل

- A- cis- retinal الى trans-retinal
B- Retinoic acid الى Retinol
C- Retinal الى Retinoic acid
D- trans-retinal الى cis- retinal

15- أي من الحيوان التالية أكل كبدها يمكن أن يسبب التسمم بفيتامين (أ) الحاد؟

- A- النعام
B- الدب القطبي
C- الجاموس
D- الغزلان

16- أي من العناصر الغذائية التالية تسبب حالة xerophthalmia إذا كان هناك عوز شديد منها في النظام الغذائي؟

- A- فيتامين (ج)
B- فيتامين (ب1)
C- فيتامين (أ)
D- فيتامين (ب3)



- 17- ترجع أعراض مرض البري بري Beriberi إلى نقص
- A- ثيامين بيروفوسفات
B- ثيامين أحادي الفوسفات
C- ثيامين ثلاثي الفوسفات
D- أدينوسين ثيامين ثلاثي الفوسفات
- 18- يعمل TPP كإنزيم مساعد في التمثيل الغذائي للكربوهيدرات لذلك يساهم في
- A- قلة كفاءة عضلات القلب
B- ضعف إنتاج كرات الدم الحمراء
C- تحسين انتقال النبضات العصبية
D- كل ما سبق غير صحيح.
- 19- يؤدي نقص الثيامين إلى
- A- زيادة الشهية
B- الإسهال
C- ضعف عمل عضلات المعدة
D- زيادة إفراز HCL في المعدة
- 20- يصنف البري بري الذي يؤثر على الجهاز العصبي ويعمل على تلف الأنسجة العصبية إذا لم يعالج ويؤدي إلى الشلل:
- A- البري بري الجاف
B- البري بري الرطب
C- بري بري الأطفال
D- متلازمة ويرنيك كورسكوف
- 21- لماذا يجب تغذية الأشخاص الذين يشتبه بإصابتهم بنقص الثيامين وخصوصًا مدمني الكحول عن طريق الوريد ويجب أن يستعملوا مكملات الثيامين.
- A- لأن المحاليل الوريدية فقيرة في الثيامين
B- لأن المحاليل الوريدية تحتوي على الجلوكوز
C- لأن المحاليل الوريدية لا تحتوي على الجلوكوز
D- لأن المحاليل الوريدية تقلل حجم البول
- 22- من أعراض الإسقربوط
- A- بقع على الجلد
B- لثة إسفنجية
C- نزيف الأغشية المخاطية
D- كل ما سبق صحيح.
- 23- أي من العبارات التالية صحيحة وترجع إلى الإسقربوط؟
- A- لا يحدث في معظم الحيوانات
B- لقد كان شائعًا في وقت من الأوقات بين البحارة
C- ناتج عن نقص فيتامين
D- كل ما سبق صحيح.
- 24- الاستخدام المزمن للأدوية مثل الأسبرين وموانع الحمل الفموية يضعف الاستفادة من فيتامين (ج).
- A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 25- أفاد باحثون من جامعة كوبنهاجن في مجلة PLOS ONE بان النساء الحوامل المصابات بنقص فيتامين (ج) يمكن أن ينجبن أطفالًا يتطورون ذهنيًا بشكل صحيح.
- A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 26- مكملات فيتامين (ج) يمكن أن تخرّب فيتامين ب 12 الغذائي لذا يجب تناوله بعد الوجبات بساعتين على الأقل.
- A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 27- يمكن أن يقتل هرمون الاستروجين من امتصاص فيتامين (ج) أو تدميره.
- A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 28- يحتوي 28 جرام من الجبن كامل الدسم على ...
- A- 27 ملجم كوليسترول.
B- 25 ملجم كوليسترول.
C- 24 ملجم كوليسترول.
D- 30 ملجم كوليسترول.
- 29- السبب الرئيسي وراء زيادة الوزن هو
- A- تناول كميات زائدة عن حاجة الجسم من الطعام.
B- تناول كميات ناقصة عن حاجة الجسم من الطعام.
C- تناول كميات متساوية لحاجة الجسم من الطعام.
D- الجميع صحيح.



- 30- من مخاطر السممنة على الأطفال
A- انخفاض نسبة الأنسولين في الدم.
B- عدم تسطح القدمين.
C- الطفح الجلدي بسبب ارتفاع درجة حرارة الجسم.
D- الجميع خطأ
- 31- من أهم وسائل المحافظة على رشاقة وصحة الطفل
A- تناول الطعام من مطاعم الوجبات السريعة.
B- عدم تحديد الوقت الذي يشاهد الطفل فيه التلفزيون.
C- لا يجب على الأم أن تجعل الحلوى مكافأة على إنتهاء الطفل من الوجبة.
D- جميع ما سبق.
- 32- يجب على الأم تقديم الطعام الصحي للطفل مثل
A- الدهون المشبعة.
B- اللحوم الدسمة.
C- اللبن الكامل الدسم.
D- الفاكهة والخضروات.
- 33- من الأنشطة الثانوية التي يجب أن يمارسها الطفل
A- إستغلال السيارة عند الذهاب إلى المحلات.
B- السير إلى المحلات التجارية للتسوق.
C- جلوس الطفل لمشاهدة التلفاز.
D- الجميع صحيح.
- 34- دور الأم في مساعدة طفلها البدين
A- الذهاب به إلى جلسات التخسيس.
B- يجب على الأم أن تقوم بتحديد الكمية التي يمكن أن يتناولها الطفل.
C- يجب على الأم أن تصب تركيزها على وزن الطفل.
D- يجب على الأم أن تطعم طفلها وجبات أساسية وخفيفة على المائدة.
- 35- من عوامل حدوث النقرس
A- الوزن المنخفض.
B- تناول الأسبرين.
C- قلة النشاط والحركة.
D- عدم شرب الكحوليات.
- 36- من العوامل التي تسبب ارتفاع مستوى حامض اليوريك في الجسم ...
A- تناول كميات قليلة من المشروبات الكحولية.
B- إنخفاض كوليسترول الدم.
C- ارتفاع ضغط الدم.
D- الجميع خطأ.
- 37- من الحماية الغذائية التي لها دور حيوي وفعال في علاج النقرس
A- الإكثار من تناول الخضروات والفاكهة.
B- الإقلال من شرب الماء.
C- الإكثار من تناول اللحوم الحمراء.
D- جميع ما سبق.
- 38- من النصائح الغذائية لمريض النقرس
A- اطرده الكبد واللحم البقري واللحم البتلو من مائدة الطعام.
B- قلل من شرب الماء.
C- لحرص على زيادة وزنك.
D- الجميع خطأ.
- 39- الأحماض الدهنية - أوميغا 3 - هي
A- الألفالينولينيك أسيد Alpha Linolenic Acid
B- حامض البيوتريك
C- اللينولينيك أسيد Linolenic Acid
D- حامض الأوليك
- 40- فوائد زيت السمك للرياضيين هي....
A- تعوق نمو العضلات.
B- تزيد من نمو العضلات.
C- تقلل من النشاط الذهني.
D- الجميع صحيح.



- 41- أوميغا-3- الأحماض الدهنية تعمل على
A- إنتاج البروستاجلاندين.
B- منع إنتاج هرمون الإستروجين.
C- منع إنتاج هرمون التستوستيرون.
D- جميع ما سبق.
- 42- يؤدي زيت السمك إلى فقدان الوزن من خلال
A- تحسين عملية التمثيل الغذائي للبروتينات.
B- تحسين عملية التمثيل الغذائي للفيتامينات.
C- تحسين عملية التمثيل الغذائي للكربوهيدرات.
D- تحسين عملية التمثيل الغذائي للدهون.
- 43- الأسماك الغنية بالأحماض الدهنية أوميغا - 3 - هي
A- البلطي.
B- القرموط.
C- الماكريل والسلمون.
D- جميع صواب.
- 44- من المصادر الغذائية لأحماض الدهنية أوميغا -3
A- زيت عباد الشمس.
B- زيت الذرة.
C- زيت بذرة القطن.
D- الزيت الحار.
- 45- الجرعة المثالية من أوميغا -3- هي كبسولات تعطي حوالي
A- 1.6 جرام من الأحماض الدهنية.
B- 2.2 جرام من الأحماض الدهنية.
C- 3 جرام من الأحماض الدهنية.
D- 4 جرام من الأحماض الدهنية.
- 46- من الانتقادات التي وجهت للوجبات السريعة
A- احتوائها على نسبة منخفضة من الدهون.
B- احتوائها على نسبة عالية من السعرات.
C- احتوائها على نسبة منخفضة من الأملاح.
D- جميع صواب.
- 47- من بعض الخيارات الصحية من الوجبات السريعة ...
A- الكشري.
B- قطع الدجاج المطهوه في كمية كبيرة من الزيت.
C- البيتر.
D- جميع ما سبق.
- 48- يحتوي الدماغ (المخ) على من كوليسترول الجسم.
A- 35%
B- 30%
C- 25%
D- 20%
- 49- جهاز الغدد الصماء يستخدم الكوليسترول لإنتاج بعض الهرمونات مثل
A- الإستروجين.
B- الإنسولين.
C- اللبتين.
D- الأدرينالين.
- 50- من فوائد الكوليسترول للجهاز الهضمي أنه ضروري لإنتاج
A- العصارة المعدية.
B- العصارة الصفراوية.
C- العصارة البنكرياسية.
D- جميع ما سبق.
- 51- ارتفاع الكوليسترول قد يسبب
A- نوبات قلبية.
B- نوبات صرع.
C- آلام في المفاصل.
D- جميع خطأ.
- 52- اللحوم المصنعة تحتوي على ...
A- الكوليسترول الجيد
B- الكوليسترول الضار.
C- الكوليسترول النافع.
D- جميع صحيح.
- 53- تحتوي البيضة الكبيرة على
A- 211 ملجم كوليسترول.
B- 120 ملجم كوليسترول.
C- 100 ملجم كوليسترول.
D- 150 ملجم كوليسترول.



- 54- يحتوي يكوب واحد (245 جرام) من اللبن كامل الدسم على
A- 20.9 ملجم كولسترول.
B- 31.9 ملجم كولسترول.
C- 41.9 ملجم كولسترول.
D- الجميع صحيح.
- 55- تحتوي كمية 92 جرام من السردين على ...
A- 95 ملجم كولسترول
B- 110 ملجم كولسترول
C- 112 ملجم كولسترول.
D - 131 ملجم كولسترول.
- 56- من أسباب المشكلة الغذائية في مصر وجود فجوة بين الكمية المستهلكة من البروتين والاحتياجات الغذائية.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 57- من أسباب المشكلة الغذائية في مصر انخفاض مساحة الاراضي الزراعية وتوفر وسائل تخزين جيدة للسلع.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 58- من أسباب سوء التغذية تناول الخضروات والفاكهة وانخفاض مستوى الوعي الغذائي.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 59- من أسباب سوء التغذية اتباع الحميات الغذائية القاسية والخاطئة.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 60- المساحة المزروعة في مصر تساعد في تحقيق الاكتفاء الذاتي.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 61- فيتامينات (ج، ا) تعمل على امتصاص وتخزين الحديد بالجسم.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 62- يقصد بسوء التغذية الزيادة في عنصر أو أكثر من العناصر الغذائية.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 63- توجد علاقة وثيقة بين ما يتناوله الطفل وقدرته على الاستيعاب.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 64- عند حدوث الانتفاخات والغازات يفضل تناول الياف ذائبة في الماء.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 65- زيادة تناول الأطعمة الغنية بالكالسيوم تؤدي الي حدوث حصاوي بالكلى.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 66- المواد المضادة للتغذية لا تؤثر على امتصاص الحديد.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 67- اضطراب افرازات الغدة الدرقية تسبب السمنة.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 68- تعرف السمنة بأنها الزيادة الطبيعية في الدهون المخزنة بالجسم.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة



- 69- تناول البروتينات مساءً بكميات كبيرة تؤخر من ساعات النوم.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 70- في الثالثة من العمر تنحصر حالات الحساسية عموماً في نوع الحساسية الغذائية فقط.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 71- الحساسية هي حالة تنشأ نتيجة لامتناس الجسم كميات ضئيلة من البروتينات الغير مهضومة.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 72- الحساسية قد تكون بطيئة حيث تظهر الأعراض خلال 4 ساعات.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 73- مدة ظهور أعراض الحساسية نتيجة لمسبب واحد في الشخص الواحد ثابتة دائماً.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 74- تمثل الحساسية ضد اللبن حوالي 20% من حالات حساسية الأطفال.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 75- البسترة أو تعقيم اللبن لهم تأثير مثبط على المواد المسببة للحساسية في اللبن.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 76- تناول عدد كبير من البيض مرة واحدة يسبب الحساسية.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 77- لبن الأم يسبب حساسية للرضيع.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 78- تظهر حساسية الفول في البنات أكثر مما تظهر في الذكور.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 79- يعتبر السكرين من المواد المضافة التي تسبب الحساسية.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة
- 80- يعتبر البيض من الأغذية التي يندر أن تسبب الحساسية.
A- العبارة صحيحة
B- العبارة خاطئة

إنتهت الأسئلة

التوقيع

الاسم
د. اسلام احمد محمود حيدر
د. هبه عز الدين يوسف

لجنة الممتحنين

التوقيع

الاسم
د. خالد علي عبد الرحمن شاهين
د. حمدية احمد ابراهيم هلال