

## **ПИТАННЯ ДО ПІДСУМКОВОГО МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЮ «НУТРИЦІОЛОГІЯ»**

**Питання до теми: «Роль харчування в забезпеченні життєдіяльності організму. Макро і мікронутрієнти. Харчова піраміда. Раціон харчування. Харчовий статус. Хвороби порушеного харчування »**

1. Визначення науки «нутриціологія». Цілі і завдання нутриціології.
2. Визначення понять нутрієнти, макронутрієнти, мікронутрієнти, нутрицевтики, парафармацевтики, пробіотики, пребіотики, синбіотики, ксенобіотики, харчові добавки, біологічно активні добавки. Функціональні продукти.
3. Макронутрієнти, класифікація, значення для організму, харчові джерела.
4. Мікронутрієнти, класифікація, значення для організму, харчові джерела. Взаємодія мікронутрієнтів.
5. Збалансованість макронутрієнтів: білків, жирів, вуглеводів.
6. Біологічна цінність білків, незамінні амінокислоти та їх роль.
7. Біологічна роль жирів, поліненасичених жирних кислот, холестерину.
8. Значення різних видів вуглеводів в організмі.
9. Значення вітамінів, вітамінізація продуктів, основні причини гіповітамінозів
10. Визначення есенціальні речовини, їх роль у здоров'ї людини
11. Взаємодія макро- і мікронутрієнтів і лікарських препаратів.
12. Добова потреба вітамінів і елементів.
13. Концепція збалансованого (раціонального харчування) харчування.
14. Роль мінеральних речовин в організмі (залізодефіцитна анемія, ендемічний зоб та ін.).
15. Їжа - як складний фармакологічний комплекс. Патогенетична дія їжі при захворюваннях.
16. Визначення поняття «харчові добавки», класифікація і функції.
17. Принципи побудови лікувально-профілактичного харчування.
18. Правила харчування.
19. Метаболічний синдром. Дисбактеріоз кишечника, синдром подразненого кишечника, синдром мальабсорбції, мальдигестії.
20. Визначення поняття раціон харчування. Добовий раціон. Енергетична і харчова цінність продуктів харчування. Розрахунок добових енерговитрат.
21. Визначення поняття піраміда харчування. Принцип побудови піраміди харчування.
22. Харчовий статус і методи його визначення.
23. Лікувальне харчування. Стратегія і тактика лікувального харчування.
24. Хвороби порушеного харчування. Хвороби, викликані недоліком споживання білків, жирів, вуглеводів, вітамінів, елементів. Хвороби, викликані надлишком споживання білків, жирів, вуглеводів, вітамінів і елементів. Гіпо- та гіпервітамінози. Дефіцит і надлишок мінеральних речовин.

25. Юридичні аспекти реєстрації та контролю якості харчових продуктів і дієтичних добавок в Україні.

#### Питання до теми **»Харчова алергія і харчова непереносимість»**

1. Дати визначення харчової алергії.
2. Механізм дії харчової алергії.
3. Перерахувати харчові алергії.
4. Перерахувати продукти харчування, які відносяться до високоалергенних.
5. Перерахувати продукти харчування, які відносяться до середньоалергенних.
6. Перерахувати продукти харчування, які відносяться до низькоалергенних.
7. Що таке елімінаційна дієта?
8. Правила приготування їжі при харчовій алергії.
9. Дати визначення харчової непереносимості.
10. Перерахувати види харчової непереносимості.
11. Що таке ензимопатія?
12. Дайте визначення фенілкетонурії.
13. Дайте визначення галактоземії.
14. Охарактеризуйте лактазну недостатність.
15. Що таке целиакія? Охарактеризуйте її.
16. Чим обумовлена непереносимість алкоголю?
17. Принципи дієтотерапії при алергії і харчовій непереносимості.
18. ДД для лікування алергії.

#### Питання до теми **«БАДи»**

1. Дати визначення поняттю «БАД» або «ДД».
2. Охарактеризувати основні відмінності між лікарськими препаратами і БАДами.
3. Класифікації БАДів.
4. Основні принципи використання БАДів.
5. Дати характеристику групи нутрицевтиків. Привести приклади.
6. Дати характеристику групи парафармацевтиків. Привести приклади.
7. Дати характеристику групи еубіотиків. Дати визначення поняттям «пробіотики», «пребіотики», «сімбіотики». Привести приклади.
8. Перелічити організації, які відповідають за контроль якості БАДів.
9. Розібрати основні вимоги до маркування БАДів. Звернути увагу на відмінності в маркуванні БАДів і лікарських препаратів.
10. Розглянути компонентний склад БАДів і залежно від складу дати рекомендації щодо застосування БАДів.
11. Наведіть характеристику наступних інгредієнтів ДД: лецитин, хітозан, хондроїтину сульфат, глюкозамін, бурштинова кислота, бетаїн, таурин, індол-3карбінол, хлорофіл, резвератрол, карнітин, орнітин, продукти бджолярства: мед, прополіс, перга, пилок, маточне молочко; трава манжетки, трава комірника, листя гінкго дволопатевого, квітки гібіскуса, коріння любистку, трава центели, лист ясеня, кореневище з корінням дягелю,

цибулини часнику, трава звіробою, слань цетрарії, лушпиння насіння ісфагули, квітки коров'яку, плоди сереноа, кора сливи африканської, лист маслини, кора гарцинії, коріння гарпагафітума, кореневище циміцифуги, трава Репешко, кореневище перстачу білого, кореневище пирію, стевії, кореневище шабельника, корінь живокосту, омели, кореневище імбиру, трава конюшини, насіння сої, плоди розторопші, харчові волокна, трава козлятника, спіруліна, хлорела, шиїтаке, рейши, дріжджі пивні, муміє. Вкажіть хімічний склад і показання до застосування цих інгредієнтів ДД.

### Питання до теми «Ожиріння»

1. Що таке ожиріння?
2. Які хвороби провокує ожиріння?
3. Охарактеризуйте абдомінальний тип ожиріння.
4. Охарактеризуйте гліотео-феморальний тип ожиріння.
5. Вкажіть причини виникнення ожиріння.
6. Вкажіть профілактичні та терапевтичні заходи при ожирінні.
7. Перерахуйте основні принципи лікування ожиріння.
8. Охарактеризуйте добовий раціон харчування при ожирінні.
9. Що таке анорексія? Охарактеризуйте дане захворювання.
10. Що таке булімія? Охарактеризуйте дане захворювання.
11. Що таке целюліт? Охарактеризуйте його.
12. Принципи дієтотерапії при ожирінні.
13. ДД -інгредієнти для лікування ожиріння.
14. Ожиріння, частота і вплив на тривалість життя.

### Питання до теми "Харчування при захворюваннях серцево-судинної системи"

1. Перерахуйте захворювання серцево-судинної системи.
2. Основні причини виникнення захворювань серцево-судинної системи.
3. Фактори, що сприяють розвитку атеросклерозу.
4. Споживання яких нутрієнтів рекомендується і не рекомендується при атеросклерозі.
5. Які продукти і напої необхідно виключити з раціону при ішемічній хворобі серця
6. Яка дієта показана при хронічній серцевій недостатності.
7. Дайте визначення гіпертонічної хвороби.
8. Охарактеризуйте дієту при гіпертонії.
9. Які продукти і напої необхідно виключити з раціону при атеросклерозі.
10. Назвіть основні причини виникнення інфаркту міокарда.
11. Лікувальне харчування при ІХС.
12. Основні принципи харчування при гіпертонічній хворобі, серцевій недостатності, інфаркті міокарда та ін. ССЗ.
13. ДД -інгредієнти для лікування ССЗ.

**Питання по темі «нутриційна корекція захворювань органів сечовидільної системи та опорно-рухового апарату»**

1. Визначення поняття остеопороз, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
2. Визначення поняття остеоартрит, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
3. Визначення поняття ревматоїдний артрит, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
4. Визначення поняття бурсит, етіологія, симптоми і дієтотерапія
5. Визначення поняття остеохондроз, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
6. Визначення поняття анкілозуючий спондилоартрит (хвороба Бехтерева), етіологія, симптоми і дієтотерапія.
7. Визначення поняття періартрит, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
8. Визначення поняття остеомієліт, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
9. Визначення поняття бурсит, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
10. Визначення подагра, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
11. Визначення поняття нефрит (гострий і хронічний), етіологія, симптоми і дієтотерапія.
12. Визначення поняття пієлонефрит (гострий і хронічний), етіологія, симптоми і дієтотерапія.
13. Визначення поняття гломерулонефрит, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
14. Визначення поняття сечокам'яна хвороба, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
15. Визначення поняття ниркова недостатність (гостра та хронічна), етіологія, симптоми і дієтотерапія.
16. Визначення поняття метаболічний ацидоз, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
17. Визначення поняття полікістоз нирок, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
18. Визначення поняття амілоїдоз, етіологія, симптоми і дієтотерапія.
19. Визначення поняття цистит (гострий, хронічний), етіологія, симптоми і дієтотерапія.
20. Склад БАД для профілактики та / або лікування захворювання органів сечовидільної системи.
21. Склад інгредієнтів БАД для лікування та / або профілактики захворювань опорно-рухового апарату.
22. Дієтотерапія і дієтопрофілактика подагри.
23. Які інгредієнти ДД показані при захворюваннях скелетно-м'язової системи.
24. Які інгредієнти ДД показані при захворюваннях сечовивідної системи.

**Питання по темі «Нутриційна корекція цукрового діабету»**

1. Фактори, що сприяють розвитку діабету.
2. Вкажіть основні симптоми розвитку цукрового діабета. Діабетичний синдром. Охарактеризуйте види цукрового діабету. Основні показники, що визначають цукровий діабет.

3. Яка дієта показана при цукровому діабеті. Наведіть хімічний склад та енергетичну цінність добового раціону для цієї дієти.
4. Що таке глікемічний індекс харчових продуктів. Охарактеризуйте поняття прості і складні вуглеводи.
5. Наведіть харчові продукти з високим, середнім і низьким глікемічним індексом.
6. Що таке хлібна одиниця. Як використовують це поняття при дієті, хворих на цукровий діабет.
7. Охарактеризуйте раціон харчування хворих з цукровим діабетом.
8. Охарактеризуйте поняття цукрозамінники та підсолоджувачі. Яка їхня роль при цукровому діабеті.
9. Наведіть класифікацію і характеристику цукрозамінників та підсолоджувачів.
10. Яку лікарську рослинну сировину можна рекомендувати при цукровому діабеті.

**Питання по темі «Нутріційна корекція захворювання органів ШКТ»**

1. Дайте визначення поняття «езофагіт» і рекомендації з дієтичного харчування.
2. Дайте визначення поняття «пептичні виразки стравоходу» та рекомендації з дієтичного харчування.
3. Дайте визначення поняття «гастрит типу В» і рекомендації з дієтичного харчування.
4. Дайте визначення поняття «гастрит типу А» і рекомендації з дієтичного харчування.
5. Дайте визначення поняття «рефлюкс» і рекомендації з дієтичного харчування.
6. Дайте визначення поняття «хронічний панкреатит» і рекомендації з дієтичного харчування.
7. Дайте визначення поняття «жовчокам'яна хвороба» і рекомендації з дієтичного харчування.
8. Дайте визначення поняття «гострий панкреатит» і рекомендації з дієтичного харчування.
9. Дайте визначення поняття «дискінезія жовчних шляхів» і рекомендації з дієтичного харчування.
10. Дайте визначення поняття «цироз печінки» і рекомендації з дієтичного харчування.
11. Дайте визначення поняття «виразкова хвороба шлунка» і рекомендації з дієтичного харчування.
12. Дайте визначення поняття «хронічний ентероколіт» і рекомендації з дієтичного харчування.
13. Дайте визначення поняття «хвороба Боткіна» і рекомендації з дієтичного харчування.
14. Дайте визначення поняття «пептичні виразки стравоходу» та рекомендації з дієтичного харчування.

15. Дайте визначення поняття «дисбактеріоз кишечника» і рекомендації з дієтичного харчування.
16. Дайте визначення поняття «хронічний холецистит» і рекомендації з дієтичного харчування.
17. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при гастриті типу В.
18. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при гастриті типу А.
19. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при дисбактеріозі кишечника.
20. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при гепатиті А.
21. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при дискінезії жовчних шляхів.
22. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при виразковій хворобі шлунка.
23. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при цирозі печінки.
24. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при хронічному панкреатиті.
25. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при хронічному ентероколіті.
26. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при жовчнокам'яній хворобі.
27. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при хронічному холециститі.
28. Вкажіть і охарактеризуйте номерну дієту при гострому панкреатиті.
29. Стимулятори перистальтики кишечника, харчові речовини, які гальмують перистальтику кишечника.
30. ДД -інгредієнти для лікування захворювань органів ЖКТ.