

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Павлов Валентин Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 12.01.2023 10:13:21
Уникальный программный ключ:
a562210a8a161d1bc9a34c4a0a3e820ac76b9d73665849e60607e5a4e71dbee

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
(подпись) А. А. Цыглин
«25» мая 2021 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

(наименование дисциплины)

Разработчик	<u>Кафедра терапии и профессиональных болезней с курсом ИДПО</u>
Специальность	<u>30.05.01 Медицинская биохимия</u>
Наименование ООП	<u>30.05.01 Медицинская биохимия</u>
ФГОС ВО	<u>Утвержден Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «13» августа 2020 г. № 998</u>

Паспорт оценочных материалов по дисциплине «Основы здорового питания»

№	Наименование пункта	Значение
1	Специальность/ направление	30.05.01 Медицинская биохимия
2	Наименование дисциплины	Основы здорового питания
6	Для оценки «отлично» не менее	91 %
7	Для оценки «хорошо» не менее	81 %
8	Для оценки «удовлетворительно» не менее	71 %
9	Время тестирования (в минутах)	90

Код контролируемой компетенции

ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественнонаучные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности;

На закрытый вопрос рекомендованное время- 2 мин

На открытое задание рекомендованное время- 10 мин

№	Вопросы	Правильные ответы
Выберите один правильный ответ		
1	ДАЙТЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОНЯТИЮ «РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»: А. питание, которое обеспечивает поступление в организм достаточного количества белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей в сбалансированном состоянии, отвечающее энергетическим тратам и ферментативным возможностям пищеварительной системы Б. питание, которое вызывает эмоционально-вкусовое удовлетворение В. питание, которое обеспечивает нормальный рост и развитие организма Г. питание, которое соответствует биологическим ритмам организма	А
2	ИЗ КАКИХ ВЕЛИЧИН СКЛАДЫВАЕТСЯ СУТОЧНЫЙ РАСХОД ЭНЕРГИИ? А. основного обмена Б. специфически динамического действия пищи В. различных видов деятельности Г. основного обмена и различных видов деятельности	Г
3	ОТ ЧЕГО НЕ ЗАВИСИТ ВЕЛИЧИНА ОСНОВНОГО ОБМЕНА ЧЕЛОВЕКА? А. пола Б. возраста В. состояния высшей нервной деятельности Г. от погоды	Г
4	НА СКОЛЬКО ГРУПП ДЕЛИТСЯ ВЗРОСЛОЕ НАСЕЛЕНИЕ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЭНЕРГОЗАТРАТ: А. на 3 Б. на 4 В. на 6 Г. на 5	Г
5	ОПТИМАЛЬНОЕ СООТНОШЕНИЕ В РАЦИОНЕ МЕЖДУ ТРИПТОФАНОМ, ЛИЗИНОМ И МЕТИОНИНОМ: А. 1:1: 3 : 3 Б. 2: 1 : 1 :4 В. 3 : 1 : 2 : 3 Г. 3: 2: 3: 2	А
6	ПРОДУКТЫ - БОГАТЫЕ ИСТОЧНИКИ ПОЛНОЦЕННОГО БЕЛКА: А. злаковые и продукты их переработки Б. мясо и мясные продукты В. молоко и молочные продукты	Б

	Г. рыба и рыбные продукты	
7	ОПТИМАЛЬНОЕ СОДЕРЖАНИЕ БЕЛКОВ ЖИВОТНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ В СУТОЧНОМ РАЦИОНЕ /В ПРОЦЕНТАХ/: А. 20-30 Б. 50-60 В. 80-90 Г. 25-35	Б
8	ПРОЦЕНТ СУТОЧНОЙ КАЛОРИЙНОСТИ, КОТОРЫЙ ДОЛЖЕН ПОКРЫВАТЬСЯ ЗА СЧЕТ БЕЛКОВ: А. 10-14 Б. 18-19 В. 20-22 Г. 25-30	А
9	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, ПОСТУПАЮЩИЕ В ОРГАНИЗМ ВМЕСТЕ С ЖИРАМИ: А. полиненасыщенные жирные кислоты Б. токоферолы В. стерины Г. жирорастворимые витамины	Г
10	ЖИРНЫЕ КИСЛОТЫ, ОТНОСЯЩИЕСЯ К ПОЛИНЕНАСЫЩЕННЫМ: А. масляная и капроновая Б. линолевая В. леноленовая Г. арахидоновая	А
11	ПРОДУКТЫ С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ АРАХИДОНОВОЙ КИСЛОТЫ: А. жир печени трески Б. свиное сало В. сливочное масло Г. бараний жир	Б
12	ПРОДУКТЫ, СОДЕРЖАЩИЕ МНОГО ФОСФАТИДОВ: А. нерафинированные растительные масла Б. молочный жир В. печень Г. сливочное масло	А
13	ДОЛЯ РАСТИТЕЛЬНЫХ ЖИРОВ В СУТОЧНОМ СОДЕРЖАНИИ В РАЦИОНЕ В ПРОЦЕНТАХ А. 10-15 Б. 25-30 В. 40-50 Г. 50-55	Б
15	ПРОЦЕНТ СУТОЧНОЙ КАЛОРИЙНОСТИ, КОТОРЫЙ ДОЛЖЕН ПОКРЫВАТЬСЯ ЗА СЧЕТ ЖИРОВ: А. 30 Б. 40 В. 50 Г. 60	А
16	ПРОЦЕНТ СУТОЧНОЙ КАЛОРИЙНОСТИ, КОТОРЫЙ ДОЛЖЕН ПОКРЫВАТЬСЯ ЗА СЧЕТ БЕЛКОВ: А. 40-50 Б. 50-55	Г

	В. 70-80 Г. 30-40	
<i>Дополните</i>		
17	Основные свойства возбудителя ботулизма	строгий анаэроб
18	Мероприятия первой помощи больному при подозрении на ботулизм	введение поливалентной противоботулинической сыворотки
19	На каких два класса подразделяются минеральные вещества?	макроэлементы, микроэлементы
20	Функции желудка процессе пищеварения	расщепление белков, жиров, углеводов
21	Источником энергии и пищевых веществ является:	пища
22	Фитонциды содержатся в	лимонах
23	Сбалансированное питание подразумевает	соблюдение соответствия ферментного набора химической структуре пищи
24	Симптомы С-витаминной недостаточности:	петехии
25	Из скольких элементов состоят жиры?	три
26	В ротовой полости человека при участии ферментов слюны начинают расщепляться	молекулы крахмала
27	Какую функцию выполняет соляная кислота в желудке?	повышает активность желудочного сока
28	Режим питания – это	распределение пищи по времени, калорийности и объёму

Код контролируемой компетенции

ПК-13 Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских исследований;

На закрытый вопрос рекомендованное время- 2 мин

На открытое задание рекомендованное время- 10 мин

Выберите один правильный ответ

29	<p>ЗНАЧЕНИЕ ПЕКТИНОВ В ПИТАНИИ:</p> <p>А. подавляют развитие гнилостных процессов в кишечнике и способствуют нормализации полезной микрофлоры</p> <p>Б. обладают детоксицирующими свойствами при поступлении солей тяжелых металлов в организм</p> <p>В. обладают высокой калорийностью</p> <p>Г. активизирует развитие гнилостных процессов в кишечнике</p>	А
30	<p>ЗНАЧЕНИЕ КЛЕТЧАТКИ В ПИТАНИИ:</p> <p>А. стимулирует перистальтику кишечника</p> <p>Б. способствует выведению холестерина из организма</p> <p>В. способствует нормализации полезной микрофлоры кишечника</p> <p>Г. способствует усвоению белков</p>	А
31	<p>ОПТИМАЛЬНОЕ СООТНОШЕНИЕ МЕЖДУ БЕЛКАМИ, ЖИРАМИ И УГЛЕВОДАМИ ПО ВЕСУ:</p> <p>А. 1:0,5:5</p> <p>Б. 1: 1:4</p> <p>В. 1:0,7:4</p> <p>Г. 1:1,2:4,6</p>	Г
32	<p>ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА УСВОЕНИЕ КАЛЬЦИЯ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА:</p> <p>А. соотношение кальция с жирами</p> <p>Б. соотношение кальция с фосфором</p> <p>В. соотношение кальция с углеводами</p> <p>С. соотношение кальция с магнием</p>	А
33	<p>ЧТО ТАКОЕ ВИТАМИНЫ?</p> <p>А. биологические катализаторы химических реакций, протекающих в организме</p> <p>Б. регуляторные вещества, участвующие в нормализации обмена ферментов</p> <p>В. органические соединения, жизненно необходимые</p> <p>Г. это микронутриенты</p>	А
34	<p>БИОЛОГИЧЕСКАЯ РОЛЬ ВИТАМИНА С:</p> <p>А. повышает резистентность организма</p> <p>Б. участвует в синтезе коллагеновых волокон</p> <p>Б, входит в состав флавопротеидов</p> <p>Г. участвует в окислительно-восстановительных реакциях</p>	А
35	<p>СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В ВИТАМИНЕ С ЛЮДЕЙ ТРУДОСПОСОБНОГО ВОЗРАСТА:</p> <p>А. 10 -20 мг</p> <p>Б. 20-50 мг</p> <p>В. 50 - 70 мг</p> <p>Г. 70-100 мг</p>	Г
36	<p>БИОЛОГИЧЕСКАЯ РОЛЬ ВИТАМИНА А:</p> <p>А. влияние на рост организма</p> <p>Б. нормализация дифференцирования эпителия</p> <p>В. образование зрительного пурпура</p> <p>Г. липотропное действие</p>	А
37	<p>ПРОЯВЛЕНИЯ А - ВИТАМИННОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ:</p> <p>А. желтуха</p> <p>Б. гиперкератоз</p> <p>В. диспепсия</p>	Б

Г. гемералопия	
----------------	--

<i>Вставьте пропущенное слово</i>		
38	Пищевод – это мышечная _____ сокращение стенок которой продвигает пищевой комок в желудок	трубка
39	Ротовая полость-пищевод _____ тонкая-кишка-толстая кишка-прямая кишка	желудок
40	Ферментативное расщепление белков до аминокислот в пищеварительной системе человека начинается в желудке-завершается _____	в тонком кишечнике
41	Поджелудочная железа _____ только гормоны инсулин и глюкагон, регулирующие уровень глюкозы в крови	производит
42	Добавочные клетки слизистой желудка вырабатывают: _____ -водородную кислоту	хлористо-
43	Как называется вторая фаза желудочной секреции? _____-гуморальная	нервно-
44	Как называется первая фаза желудочной секреции? _____-рефлекторная	сложно-

Код контролируемой компетенции

ПК-14 Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.

На закрытый вопрос рекомендованное время- 2 мин

На открытое задание рекомендованное время- 10 мин

<i>Дополните</i>		
45	По каким показателем оценивается свежесть молока?	по органолептическим свойствам
46	Какие продукты содержат вещества, стимулирующие выработку желудочного сока у человека?	клубника и абрикосы
47	Какой из перечисленных продуктов питания является лучшим источником углеводов?	картофель
48	Что относится к микронутриентам ?	витамины и минеральные вещества
49	Что из перечисленного относится к полезным продуктам?	крупы
50	Какой витамин обладает наибольшей антиоксидантной активностью?	витамин Е

51	Что такое здоровое питание?	питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее укреплению его здоровья и профилактике заболеваний
52	Главная функция углеводов	обеспечение организма энергией
53	Завтрак — обязательный приём пищи?	да (он запускает обмен веществ в организме)
54	Выберите правильные промежутки между приемами пищи	2,5-3 часа
55	Вечерний приём пищи должен в себя включать следующее	фрукты, овощи или кефир
56	Дневной рацион человека, который не занимается физической нагрузкой, должен в себя включать	2000-2500 килокалорий
57	При правильном питании нужно есть	не менее 3 раз в день
58	Что полезно для здоровья	есть овощи и фрукты
59	Обмен веществ и энергии – это процесс	потребления, превращения, использования, накопления и потери веществ и энергии
60	Для чего организму нужно здоровое питание	для роста и развития
61	Режим питания	распределение пищи по времени, калорийности и объёму
62	Основной обмен – это энергия, которая расходуется на	работу внутренних органов и теплообмен
63	На усвоение пищи негативное влияние может оказывать	отсутствие режима питания
64	Суть пищеварения в организме заключается в	ферментном расщеплении крупных органических соединений на

		более мелкие
65	В каких продуктах содержится наибольшее количество фосфора в	сыре
66	Рыбий жир используется в детском и диетическом питании, так как он способствует	понижению холестерина в крови
67	С точки зрения питания важнейшей составной частью пищи человека являются:	белки
68	Источником полноценных (содержащих все незаменимые аминокислоты) белков является	молоко
69	Из чего состоит пища	из питательных веществ
70	Питательные вещества, которые дают организму энергию	углеводы
71	Важнейшая составная часть мяса рыбы	белки
72	С целью сохранения витамина С при кулинарной обработке овощи и плоды	следует варить в небольшом количестве воды или бульона
73	Содержание магния – больше всего в таких продуктах как	хлеб
74	Питательные вещества, потребность в которых у человека больше в 4-5 раз, чем во всех других веществах - _____.	углеводы
75	Пищевая ценность белка зависит от содержания в нём	сбалансированности в нём незаменимых аминокислот
76	С чем хорошо совмещать питание, чтобы оно действительно было здоровым?	с занятиями спортом и физкультурой
77	Носителем чего является рафинированный сахар:	«пустых» калорий
78	Структурным компонентом чего служат минеральные вещества в первую очередь	зубов
79	Определите «вредные» продукты:	жареная и жирная пища
80	Употребление белковой продукции детскому организму необходимо:	для хорошего роста мышц и костей
81	В каких продуктах бывают минеральные вещества:	во всех продуктах в небольшом количестве
82	Что будет, если с рациона питания исключить продукты быстрого приготовления, консервы, газированные сладкие напитки	организм станет чувствовать легче, настроение поднимется
83	В состав чего входят вещества целлюлоза и пектин	пищевые волокна
84	В насыщенных жирах содержится _____.	холестерин
85	Строительный материал для нашего организма	белки

86	Какой витамин называют еще «витамином роста»	витамин А
87	Интервал между ужином и отходом ко сну должен быть не менее	2 ч
88	Сколько грамм овощей и фруктов рекомендовано употреблять в день?	400 грамм
89	При недостатке витамина С развивается:	куриная слепота
90	Клетчатка в организме	стимулирует перистальтику кишечника
91	Важнейшее условие сохранения здоровья и качества жизни - нормальная масса тела. Как звучит закон здорового питания, позволяющий поддерживать здоровую массу тела?	калорийность рациона должна соответствовать энерготратам человека
92	Содержание белков в организме взрослого человека составляет	15-17%
93	В каких продуктах содержатся минеральные вещества	во всех продуктах в небольшом количестве
94	Самую низкую усвояемость организмом человека имеет данный жир	говяжий жир
95	Главное отличие пищевой потребности ребенка от взрослого человека:	наибольшая потребность во всех пищевых веществах в силу интенсивного роста и развития
96	Какой вид кулинарной обработки блюд не относится к щадящим методам	жарение
97	Назовите макроэлемент, обладающий наибольшей энергетической ценностью	жиры
	<i>Вставьте пропущенное слово</i>	
98	В каком порядке расположены органы пищеварения: ротовая полость - пищевод-_____ -тонкий кишечник-толстый кишечник— прямая кишка	желудок
99	Пищевод – это мышечная трубка стенок которой продвигает пищевой комок в желудок	сокращение
100	Печень выполняет в организме человека барьерную функцию, так как в ней.....ядовитые вещества	обезвреживаются

Задачи

Код контролируемой компетенции

ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественнонаучные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности;

На открытое задание рекомендованное время- 10 мин

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
1.	ОПК-1	Мужчина, 52 года, отмечает выпадение волос, ломкость ногтей, склонность к кровоподтекам, грибковые заболевания ногтей. 1.Предположительно какой микроэлемент особенно необходим ему при таких симптомах? 2. В каких продуктах он содержится?	1.Железо 2.Продукты с высоким содержанием железа: моллюски, субпродукты, красное мясо, семечки и т.д.
2.	ОПК-1	Женщина, 44 лет, рост 167, вес 52 кг. Жалобы на боли в костях и неоднократные переломы. Питание нерегулярное, однообразное. 1. Ваши рекомендации? 2. Дайте рекомендации по питанию	1.Обратится к врачу. 2.Витамин D. Пища с высоким содержанием витамина D (сливочное масло, молоко, яйца, овощи, фрукты, орехи, рыба).
3.	ОПК-1	Мужчина, 22 года, последний прием пищи в 22:00, в качестве второго ужина принимает 200г жареной картошки. 1.В какое время должен быть последний прием пищи перед сном? 2.Что можно принимать в качестве второго ужина?	1.Последний прием пищи должен быть минимум за 2 часа до сна. 2. В качестве второго ужина можно : кефир с хлебом из отрубей, йогурт, фрукты или ягоды.
4.	ОПК-1	Подросток, 13 лет вместе со своими родителями вечером посетил кафе быстрого питания. Масса тела составляет 56 кг. 1.Рассчитайте рекомендуемую калорийность в ужине подростка с учетом того, что подросток питается 4 раза в день.	1.Ужин –должен составлять 18% от общей калорийности в сутки. Рекомендуемая калорийность – 2900 ккал (норма) $x18:100=522$ ккал.
5.	ОПК-1	У ребёнка первого года жизни отмечено О-образное искривление нижних конечностей, замедленное прорезывание зубов, позднее закрытие родничка и асимметрия головы. При	1.Предположительно рахит (недостаточность витамина D). 2.Искусственное УФ облучение,

		<p>лабораторном исследовании крови выявлено пониженное содержание фосфата кальция.</p> <p>1.Какое заболевание так проявляется? 2.Как проводится профилактика ?</p>	<p>рекомендуется пребывание ребёнка на солнце и употребление пищи, богатой витамином D (сливочное масло, яйца, молоко).</p>
6.	ОПК-1	<p>Мужчина, 36 лет. Работает часовым мастером. Рост 170 см, вес 75 кг.</p> <p>1.Какие продукты можно посоветовать для поддержания зрения? 2.Сколько жидкости в сутки ему необходимо употреблять?</p>	<p>1.Для поддержания зрения полезны продукты с содержанием витамина А - говяжья печень, говядина, яйца, сыры, рыба, черника.</p> <p>2. В сутки взрослому человеку необходимо пить 30 мл на 1 кг массы тела. Следовательно, $30 \cdot 75 = 2250$ мл</p>
7.	ОПК-1	<p>Женщина, 30 лет. Был выставлен диагноз: Гипотиреоз. Проживает на Крайнем Севере.</p> <p>1.Какого микроэлемента не хватает в рационе? 2.В каких продуктах он содержится?</p>	<p>1.Женщина испытывает дефицит йода.</p> <p>2.Морская капуста, треска, креветки, черника, пикша, пресноводная рыба, сельдь, печень трески, фейхоа, мидии, свекла, шпинат, хурма и т.д.</p>
8.	ОПК-1	<p>Дать рекомендации по питанию мужчине, 40 лет, с первыми проявлениями атеросклероза.</p> <p>1.Датьте рекомендации по питанию</p>	<p>1.При атеросклерозе: исключить мясные бульоны, жирную, соленую, копченую пищу, полуфабрикаты, пряности, острые, жареные блюда, поваренную соль.</p>
9.	ОПК-1	<p>Беременная, 28 лет, 1 триместр. Из анамнеза: питание в фаст-фудами, сон по 5 часов в сутки, редко (1-2 в неделю) употребляет в пищу фрукты и овощи.</p> <p>1.Ваши рекомендации по питанию беременной. 2. Рекомендации по режиму дня беременной.</p>	<p>1.Сбалансированное питание с преобладанием белков и витаминов.</p> <p>2. Соблюдать режим труда и отдыха, сон не менее 7-8 часов в сутки.</p>
10.	ОПК-1	<p>Женщина, 62 лет, выявлено повышение холестерина.</p> <p>1.Какие вещества необходимо включить в свой рацион?</p>	<p>1.Холин снижает уровень холестерина и концентрацию жирных кислот в крови, очищает от холестериновых бляшек стенки сосудов. Содержится в: печени, субпродуктах, рыбе,</p>

			яйцах, бобах и т. д.
11.	ОПК-1	При применении поливитаминовых комплексов какие факторы должен учитывать каждый пациент ?	1.Цель применения. 2.Индивидуальную непереносимость 3.Дозировку микроэлементов

Код контролируемой компетенции

ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественнонаучные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности;

На открытое задание рекомендованное время- 10 мин

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
12.	ОПК-1	Новорождённый родился у здоровой матери, роды физиологические, вес при рождении 3300г. На 5-е сутки при выписке вес 3200г. 1.Какова потеря веса у ребенка? 2.Дайте рекомендации матери по уходу за ребенком.	1.У ребенка физиологическая убыль массы тела, составляющая 3,0 % от веса (100 г). 3300- 100% 100-Х% Х-3,0% 2.Соблюдение режима труда и отдыха. Рациональное питание, исключить: алкоголь, кофе, citrusовые, питьевой режим. Соблюдение гигиены. Сцеживание грудного молока после кормления.
13.	ОПК-1	1.Определите энергозатраты ребенка в возрасте 4—6 лет, его физиологическую потребность в белках, жирах, углеводах. 2.Укажите перечень продуктов, наиболее ценных источников белков, жиров, углеводов для детей этого возраста.	1.Потребность в животном белке должна покрываться на 65 % от суточной нормы для 6-летних детей и на 60 % - для детей старше 7 лет. 2.Мясо, рыба, яйца, молоко и молочные продукты, крупы.

14.	ОПК-1	<p>Женщина, 34 лет, рост - 164 см, масса тела - 96 кг. Жалобы: на повышенную утомляемость, периодическую боль в правом подреберье, усиливающуюся после приема пищи. Отложение подкожной жировой клетчатки равномерное.</p> <p>1. Дайте рекомендации. 2. Назначьте диету.</p>	<p>1. Направить на прием к эндокринологу.</p> <p>2. Диета с ограничением рафинированных сахаров, мучных изделий, углеводов. Дробные приемы пищи - 5-6 раз в день, питьевой режим.</p>
15.	ОПК-1	<p>Дайте рекомендации мужчине, 37 лет, с жалобами на изжогу и чувство тяжести в животе после приема пищи.</p>	<p>Диета смешанная, физиологически полноценная, с нормальным содержанием белков, жиров и углеводов. Пища дается в кашицеобразном и жидком виде с ограничением продуктов и блюд, богатых клетчаткой. Ограничение поваренной соли. Режим питания дробный, регулярный, 5 — 6 раз в день.</p>
16.	ОПК-1	<p>Составьте однодневное меню кормящей матери 28 лет, ребенку 3 месяца, оба здоровы.</p> <p>Дайте подробное обоснование ваших рекомендаций.</p>	<p>1. Химический состав; белков 117г, из них животного происхождения 73 г (62 %); жиров 109 г, из них растительного происхождения 25,6 г (23,5 %); углеводов 400 г.</p> <p>Энергетическая ценность 3195 ккал.</p> <p>Для возбуждения аппетита желательно в небольшом количестве включать в рацион различные пряности. Пища должна быть вкусной, разнообразной.</p> <p>Принимать пищу 5—6 раз в день, прием теплого питья за 30—40 мин перед кормлением ребенка для улучшения</p>

			секреции молока.
17.	ОПК-1	<p>Мужчина, 55 лет, с жалуется на появление трудностей при управление автомобилем в ночное время, на внезапные расстройства зрения при плохом освещении. В то же время дневное зрение остается нормальным. Питание нерегулярное, в анамнезе – панкреатит.</p> <p>1.Какова предполагаемая причина описанных жалоб?</p> <p>2. Ваши рекомендации</p>	<p>1.Предполагаемая причина – «куриная слепота», связанная с дефицитом витамина А.</p> <p>В данном случае в организм поступает недостаточно витамина А (неполноценное питание) либо он не всасывается (эндогенные причины – панкреатит).</p> <p>1. В питание необходимо употребление продуктов, содержащих витамин А (масло, рыба, печень, яйца и др.).</p>
18.	ОПК-1	<p>Мужчина, 38 лет, рост 70 см, вес- 210 кг. Работает в офисе, питание нерегулярное. Беспокоит одышка, учащенное сердцебиение, колебания АД.</p> <p>1. О каком состоянии идет речь?</p> <p>2. Ваши рекомендации</p>	<p>1.Ожирение. Дисбаланс между гиперкалорийным питанием (избыток жиров, углеводов и малоподвижным образом жизни).</p> <p>2.Диета с ограничением мучных изделий, углеводов, жиров. Дробные приемы пищи - 3-4 раз в день, питьевой режим. Физическая активность.</p>

Код контролируемой компетенции

ПК-13 Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских исследований;

На открытое задание рекомендованное время- 10 мин

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
19.	ПК-13	Мужчина, 35 лет, часто выезжает на рыбалку и употребляет в пищу рыбу не прожаренную рыбу.	<p>1. Предположительно гельминтоз.</p> <p>2. Анализ кала на яйца гельминтов.</p>

		<p>Жалобы: на общую слабость, тошноту, боль и урчание в животе, нарушения стула.</p> <p>1.Какое заболевание можно заподозрить?</p> <p>2.Какие методы диагностики можно предложить ?</p>	
20.	ПК-13	<p>В поликлинику обратился мужчина, 46 лет, с жалобами на общую слабость, боли в мышцах, повышение температуры в течение последних 2-х месяцев. В рационе питания преобладают свежее мясо и молоко с рынка.</p> <p>1.Какое заболевание можно предположить?</p> <p>2.Каковы методы лабораторной диагностики следует применить для подтверждения данного диагноза?</p>	<p>1.Предположительно бруцеллез.</p> <p>2.Диагностика: анализ крови, лимфы и посев спинномозговой жидкости</p>
21.	ПК-13	<p>Охотник, житель Башкирии, обратился к врачу с жалобами на боли в груди и в области печени, ощущение тяжести, одышку, слабость кашель со слизистой мокротой, повышение температуры. Выяснилось, что в течении нескольких лет охотился на лис и песцов. Питался в лесу и не всегда мыл руки после снятия с них шкур.</p> <p>1.Какой гельминтоз можно предположить?</p> <p>2.Какова его лабораторная диагностика?</p>	<p>1.Альвеококк, возбудитель многокамерного альвеококкоза.</p> <p>2.Лабораторная диагностика: применяются иммунологические методы диагностики, рентгенологические исследования, УЗИ и др.</p>
22.	ПК-13	<p>Мужчина, 45 лет, бетонщик. При анализе меню-раскладки, установлено, что энергетическая ценность его рациона составила 4200 ккал; количество белков – 120г, из них животного происхождения – 60 г, жиров 130 г, из них растительного происхождения 30 г, углеводов 500 г, витаминов: В1- 2,5 мг, В2- 3,7 мг, РР- 28 мг, С-140 мг.</p> <p>1.Дайте заключение об адекватности питания</p>	<p>1.Относится к 5 гр. в зависимости от характера деятельности (работник особо тяжелого физического труда) и 3 возр. группе (40-59л), энергетическая ценность рациона должна составлять 3750 ккал. Соотношение Б:Ж:У = 1:1,1:4,1, что соответствует оптимальному (1:1:4). В рационе питания</p>

		бетонщика.	уменьшить общую калорийность питания. Снизить поступление белков растительного происхождения (уменьшить потребление хлеба).
23.	ПК-13	Женщина, 64 лет, установлено, что энергетическая ценность суточного рациона составила 2123 ккал; количество белков – 60 г, жиров – 67 г, полиненасыщенных жирных кислот – 4% от калорийности, углеводов – 320 мг, сахара – 20% от калорийности, пищевых волокон – 10 г, витамина А – 734 мкг рет.экв. 1. Укажите пути оптимизации рациона. 2. Перечислите пищевые вещества, которыми следует обогащать рационы людей пожилого возраста.	1. Энергетическая ценность рациона превышает норму (1975 ккал). Следует уменьшить калорийность рациона за счет снижения содержания углеводов. 2. Рацион включить (ПНЖК, витамины В12, В6, фолаты), витамины-антиоксиданты (С, Е, А, β-каротин), фосфатиды, биофлавоноиды, минеральные вещества (кальций, калий, магний, железо, цинк, хром), пищевые волокна.
24.	ПК-13	Мужчины, 65 лет, вес-98 кг установлено: содержание белков 60 г, жиров 150 г, углеводов 500 г. Рацион распределяется в течение дня следующим образом: завтрак 10%, обед 30%, ужин 60%. У мужчины, выявлено повышение холестерина. 1. Дайте оценку адекватности питания. 2. Ваши рекомендации	1. Калорийность питания = $60 \times 4 + 150 \times 9 + 500 \times 4 = 3590$ Ккал, что очень много для данного мужчины (2500 Ккал). Баланс нутриентов должен быть Б: Ж У = 1:0,8:3 (нужно повысить белки, снизить жиры и углеводы). 2. Снижение веса, дробное питание – 5-6 раз в сутки.
25.	ПК-13	В летнем оздоровительном лагере на 140 человек, находятся дети от 10 до 16 лет. 1. Рассчитать количество воды, необходимое на 1 день для питья, без учета санитарно-бытовых потребностей.	1. Потребность в воде для питьевых целей в условиях жаркой погоды составит в среднем 2,5 литров в день на человека. Общая потребность $2,5 * 140 = 350$ л.

Код контролируемой компетенции

ПК-14 Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.

На открытое задание рекомендованное время- 10 мин

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
26.	ПК-14	Перечислите жалобы и симптомы, возникающие при дефиците аскорбиновой кислоты.	Повышенная утомляемость, общая слабость, раздражительность. Симптомы: низкая работоспособность; снижение резистентности к простудным и инфекционным заболеваниям, рыхлые кровоточащие при механическом воздействии десны.
27.	ПК-14	Укажите факторы жизнедеятельности военнослужащих, влияющие на потребность в витаминах.	Факторами жизнедеятельности, оказывающие влияние на потребность в витамине С, являются: особые климатические условия несения службы, интенсивная физическая и нервно-психическая нагрузка, возможное действие вредных факторов воинского труда.
28.	ПК-14	Рассчитайте, какое количество настоя шиповника с содержанием аскорбиновой кислоты 110 мг%, необходимо ежедневно выдавать обучающимся для покрытия дефицита суточного поступления витамина С.	Дополнительно следует выдавать 48,58 (50) мл настоя шиповника с концентрацией 110 мг% аскорбиновой кислоты.

29.	ПК-14	Определите количество аскорбиновой кислоты, которое необходимо ввести дополнительно в суточный рацион с учетом норматива потребности витамине С.	При суточной потребности 100 мг дефицит витамина С составляет 53,44 мг.
30.	ПК-14	Суточные энергозатраты мужчины, 40 лет, хирург в стационаре, составляют 2775 ккал. Количество белков в рационе – 68г (в том числе животного происхождения – 28 г), жиров – 95 г (из них растительных – 21г), углеводов – 412 г, кальция – 780 мг, фосфора – 803 мг, витамина С – 67 мг. 1.Оцените рацион питания. 2.Укажите пути оптимизации рациона.	1.Хирург относится ко 2 группе физической активности. Калорийность (2500 ккал). Количество белков в рационе (норма – 77 г) и белков животного происхождения (норма – 38,5 г) недостаточно. Общее количество жиров повышено (норма – 83 г); доля жиров растительного происхождения составляет 22% при норме 30%. 2.Диета с ограничением рафинированных сахаров, мучных изделий, углеводов. Дробные приемы пищи - 5-6 раз в день, питьевой режим.

КРИТЕРИЙ ОЦЕНКИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Проведение зачета по дисциплине как основной формы проверки обучающихся предполагает соблюдение ряда условий, обеспечивающих педагогическую эффективность оценочной процедуры.

Важнейшие среди них:

1. обеспечить самостоятельность ответа обучающегося по билетам одинаковой сложности требуемой программой уровня;
2. определить глубину знаний программы;
3. определить уровень владения научным языком и терминологией;
4. определить умение логически, корректно и аргументированно излагать ответ на зачете;
5. определить умение выполнять предусмотренные программой задания.

Оценки «**зачтено**» заслуживает ответ, содержащий:

- глубокое и системное знание всего программного материала и структуры дисциплины, а также знание основного содержания лекционного курса;
- свободное владение понятийным аппаратом, научным языком и терминологией, а также умение пользоваться понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем программы;
- логическое и убедительное изложение ответа

Оценки «**не зачтено**» заслуживает ответ, содержащий:

- незнание либо отрывочное представление учебно-программного материала, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержание лекционного курса;
- затруднения с использованием понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины.