

Zagadnienia na egzamin końcowy

## **Studia podyplomowe**

Kierunek: *Dietetyka*

1. Proszę scharakteryzować pojęcie programowania metabolicznego, uwzględniając odrębności grupy wiekowej, której pojęcie to dotyczy.
2. Proszę wymienić zasady racjonalnego żywienia.
3. Proszę wymienić co najmniej pięć funkcji białek w ustroju człowieka.
4. W jakim okresie rozwoju człowieka można zaobserwować dodatni bilans azotowy i dlaczego?
5. Proszę wyjaśnić jakie oddziaływanie na organizm człowieka wywierają izomery trans nasyconych kwasów tłuszczowych.
6. Proszę wyjaśnić dlaczego niemożliwe jest pokrycie zapotrzebowania na witaminę D w Polsce wraz z prawidłowo zbilansowaną dietą uwzględniając również położenie geograficzne kraju?
7. Jaka jest rola aktywności fizycznej w profilaktyce i terapii otyłości?
8. Proszę omówić funkcje kośćca, budowę mikroskopową kości i podział pod względem kształtu.
9. Proszę wymienić mięśnie żuchwy i omówić czynności i unerwienie.
10. Proszę wyjaśnić rolę i zasadę działania tłoczni brzusznej – wymienić główne mięśnie.
11. Proszę omówić budowę i podział układu nerwowego.
12. Proszę omówić podział i czynności autonomicznego układu nerwowego.
13. Proszę omówić budowę serca oraz fazy pracy serca.
14. Proszę omówić skład i funkcje krwi.
15. Proszę omówić budowę układu pokarmowego, podział na części i ich funkcje.
16. Proszę wymienić i omówić funkcje gruczołów układu pokarmowego.
17. Proszę omówić schemat budowy i funkcje poszczególnych odcinków układu moczowego.
18. Proszę wymienić i omówić funkcje gruczołów wewnątrzwydzielniczych.
19. Proszę wyjaśnić potencjał spoczynkowy i czynnościowy neuronu.
20. Proszę opisać metabolizm energetyczny mięśni szkieletowych.
21. Budowa i funkcja układu bodźco -twórczo-przewodzącego serca.
22. W jaki sposób odbywa się transport  $O_2$  i  $CO_2$  przez krew?
23. Proszę opisać mechanikę wdechu i wydechu.
24. Proszę opisać fizjologiczne mechanizmy organizmu w reakcji na ciepło i zimno.
25. Charakterystyka czynników wpływających na podstawową przemianę materii.
26. Diagnostyka laboratoryjna cukrzycy zgodnie z wytycznymi PTD z 2021 r.
27. Użyteczność diagnostyczna/kliniczna badań wchodzących w skład tzw. panelu lipidowego.
28. Podział niedokrwistości ze względu na wielkość krwinki czerwonej wraz z etiologią.
29. Różnicowanie pierwotnej i wtórnej niedoczynności tarczycy z wykorzystaniem badań laboratoryjnych.
30. Cel i przebieg analizy toksykologicznej wraz z czynnikami wpływającymi na wartość diagnostyczną badań toksykologicznych.
31. Metody diagnostyczne wykorzystywane w diagnostyce zakażeń wirusowych.
32. Proszę opisać czym jest stan odżywienia oraz wymienić czynniki uwzględniane przy jego ocenie.
33. Proszę scharakteryzować zaburzenia stanu odżywienia.
34. Proszę wymienić metody oceny stanu odżywienia.
35. Proszę wymienić jakie pomiary antropometryczne są najczęściej stosowane do oceny stanu odżywienia.
36. Proszę scharakteryzować czym jest ocena sposobu żywienia oraz jakie metody są stosowane dla oceny sposobu żywienia.
37. Czym są normy żywienia i jak są tworzone?

38. Proszę opisać wpływ ciężkiego niedożywienia na organizm ludzki.
39. Proszę wymienić i opisać podstawowe punkty antropometryczne na ciele.
40. Czym jest pozycja antropometryczna?
41. Proszę przedstawić czynniki wpływające na prawidłowość pomiarów antropometrycznych - najczęstsze błędy i sposoby ich eliminacji.
42. Na czym polega analiza składu ciała metodą impedancji bioelektrycznej?
43. Proszę omówić zasady przeprowadzania analizy częstości spożycia oraz wady i zalety tej metody.
44. Proszę omówić zasady przeprowadzania 24 godzinnego wywiadu żywieniowego oraz wady i zalety tej metody.
45. Proszę wymienić najczęstsze błędy przy ocenie sposobu żywienia i stanu odżywienia i przedstawić sposoby ich uniknięcia.
46. Proszę podać rodzaje diet wegetariańskich oraz krótko je scharakteryzować.
47. Etapy postępowania w leczeniu dietetycznym otyłych dzieci.
48. Proszę wymienić główne zasady planowania jadłospisu dla diabetyka (cukrzyca typu II, leki doustne).
49. Proszę wymienić metody naturalnego wzmacniania kalorycznego pokarmów dla osób z niedożywieniem.
50. Proszę wymienić i krótko scharakteryzować problemy żywieniowe, które są częste u seniorów.
51. Rozkład posiłków u osoby uprawiającej sport rekreacyjnie. Co zjeść przed treningiem i po jego zakończeniu?
52. Jakie czynniki należy brać pod uwagę planując jadłospis dla osoby niepełnosprawnej ruchowo (pacjent poruszający się na wózku inwalidzkim)?
53. Proszę wymienić podstawowe typy zaburzeń odżywiania.
54. Proszę wymienić grupy szczególnego ryzyka wystąpienia zaburzeń odżywiania.
55. Proszę wymienić i opisać przyczyny wzrostu występowania zaburzeń odżywiania od II połowy XX wieku.
56. Proszę scharakteryzować typ osobowości osób szczególnie podatnych na rozwój zaburzeń odżywiania.
57. Proszę opisać jakie działania zaproponowałbyś rodzicowi dziecka z zaburzeniami odżywiania.
58. Proszę zaproponować uproszczony schemat postępowania żywieniowego dla osoby chorej na anoreksję.
59. Proszę zaproponować działania, które mogą pomóc zapobiec wystąpieniu zaburzeń odżywiania u młodzieży w wieku dojrzewania;
60. Proszę wskazać, gdzie w organizmie dochodzi do metabolizowania (biotransformacji) leków podanych drogą doustną.
61. Proszę opisać, czym różni się dawkowanie leków u osób starszych (powyżej 65. roku życia) w porównaniu z osobami w średnim wieku.
62. Proszę wskazać produkty, składniki żywności i suplementy diety, z którymi wchodzi w interakcje antybiotyki z grupy tetracyklin.
63. Proszę podać 3 przykłady grup leków wraz z ich zastosowaniem, których wchłanianie zmniejsza duża zawartość błonnika pokarmowego w diecie.
64. Proszę opisać, jakich zasad powinien przestrzegać pacjent przyjmujący leki przeciwzakrzepowe (Acenokumarol, Warfaryna), aby uniknąć interakcji z witaminą K zawartą w żywności oraz w suplementach diety.

65. Proszę podać 3 przykłady grup leków, których metabolizm zaburza spożycie soku grejpfrutowego i opisać skutki tych interakcji dla organizmu.
66. Proszę wskazać, jaki wpływ na stan odżywienia i gospodarkę mikroskładników w organizmie może mieć długotrwałe stosowanie leków neutralizujących kwas solny i zmniejszających wydzielanie kwasu solnego.
67. Budowa i funkcje poszczególnych elementów układu pokarmowego.
68. Najważniejsze hormony regulujące pracę przewodu pokarmowego.
69. Układ nerwowy jako element regulacji pracy przewodu pokarmowego.
70. Regulacja głodu i sytości – gdzie znajduje się ośrodek głodu i sytości, neuroprzekazniki i hormony regulujące odczuwanie głodu i sytości, regulacja krótko i długoterminowa.
71. Równowaga kwasowo-zasadowa – narządy i bufory w ustroju ludzkim utrzymujące równowagę k-z.
72. Mikrobiota jelitowa – czym jest, jakie pełni funkcje, co to jest probiotyk, prebiotyk.
73. Aktywność metaboliczna tkanki tłuszczowej.
74. Proszę opisać włókna mięśniowe białe i czerwone.
75. Skład i funkcje krwi.
76. Jakie zmiany zachodzą u człowieka podczas pobytu w górach?
77. Co to jest hipokinezyza? Proszę podać następstwa.
78. Proszę opisać pobór i transport tlenu.
79. Co to jest tętno? Proszę podać metody pomiaru oraz wzór na tętno maksymalne. Jakie powinno być podczas umiarkowanego wysiłku?
80. Jakie są źródła energii do pracy mięśni przy wysiłku tlenowym i beztlenowym?
81. Główne zasady żywienia dzieci aktywnych ruchowo.
82. Jak planować jadłospis dla rodziny? (Osoby zdrowe powyżej 2-go roku życia).
83. Suplementacja zalecana u wegan. Proszę wymienić składniki, które nie występują w dietach roślinnych lub ich ilość może być niewystarczająca.
84. Proszę przedstawić zasady diety łatwostrawnej.
85. Proszę omówić zasady dietoprofilaktyki jednej z wybranych chorób metabolicznych.
86. Proszę wymienić i omówić wybrane choroby górnego odcinka przewodu pokarmowego.
87. Proszę wymienić i omówić wybrane choroby dolnego odcinka przewodu pokarmowego.
88. Proszę omówić zasady dietoterapii w zaburzeniach kwasu moczowego.
89. Proszę omówić zasady diety w niedrożności jelit.
90. Proszę omówić zasady diety u chorych ze zdiagnozowaną chorobą wrzodową żołądka i dwunastnicy.
91. Proszę wymienić czynniki wpływające na skład i funkcje mikrobioty jelitowej człowieka.
92. Z czego składa się leczenie żywieniowe we wczesnym okresie zakażenia HIV (na co należy zwrócić uwagę prowadząc terapię żywieniową)?
93. Proszę przedstawić zalecenia żywieniowe w trakcie trwania biegunki infekcyjnej.
94. W jakich sytuacjach należy włączyć doustne suplementy pokarmowe (ONS) u pacjentów ze stwierdzoną infekcją wirusem SARS-CoV-2?
95. Proszę przedstawić ogólne zalecenia żywieniowe dla pacjentów z przewlekłą chorobą wątroby bez encefalopatii wątrobowej.
96. Proszę przedstawić zasady bezpiecznego przygotowywania żywności chroniące przed zatruciem pokarmowym w ciąży.
97. Proszę wyjaśnić na czym polega różnica między zatruciem ostrym, a przewlekłym.

98. Proszę przedstawić postępowanie dietetyczne w zatruciu pokarmowym.
99. Proszę przedstawić, jak powinna przebiegać profilaktyka zatruc pokarmowych.
100. Proszę wskazać toksyczne efekty zatrucia: paracetamolem, alkoholem etylowym, rtęcią, heroiną, chloroformem, jadem kiełbasianym, muchomorem sromotnikowym, aflatoksynami.
101. Proszę wymienić drogi wydalania substancji toksycznych.
102. Proszę wyjaśnić na czym polega biotransformacja ksenobiotyków.
103. Proszę wskazać czynniki wpływające na toksyczność trucizn.
104. Czym jest pojęcie indeksu glikemicznego? Proszę podać 3 sposoby na zmniejszenie jego wartości.
105. Proszę podać podstawowe założenia diety łatwostrawnej oraz 3 przykłady zastosowania (stany chorobowe).
106. Czym są choroby dietozależne? Proszę podać przyczyny tych chorób oraz przykłady.
107. W jaki sposób dieta wpływa na proces kancerogenezy? Proszę podać 3 przykłady składników odżywczych działających ochronnie na ludzki organizm (w odniesieniu do procesu nowotworzenia).
108. Proszę wymienić 5 najczęstszych błędów żywieniowych wraz z ich konsekwencjami zdrowotnymi.
109. Proszę podać 3 przykłady połączeń żywieniowych wspomagających i 3 utrudniających przyswajanie żelaza.
110. Proszę podać 5 dobrych źródeł błonnika pokarmowego oraz 3 sposoby na zwiększenie jego strawności.