

## 第 18 期福井糖尿病療養指導担当者教育講習会 10 月講義施行ミニテスト

解答は解答用紙に記入してください。

以下の各文について、正しい文には○印、間違いのある文には×印を付けなさい。

- 1 最近 50 年間で日本人の摂取エネルギー量平均は減少し、平均 1860kcal となっているが、脂質摂取割合は増加している。
- 2 低炭水化物食(糖質制限食)は施行一年後において、低脂肪食よりも有意に体重を減少させた。
- 3 EPA、DPA、DHA などは中性脂肪低下作用、抗血栓作用などを有し、内服薬などにも使用される、n-6 系多価不飽和脂肪酸
- 4 水に溶けない食物繊維のおもな作用は水分吸着による腸内内容の膨潤化、すなわち便の量の増加と適度な硬さの維持である。
- 5 腎不全期(腎症 4 度)にいたった糖尿病腎症患者の食事療法におけるたんぱく質制限は、0.5g/kg/日以下 とされる
- 6 現在の日本における栄養基準では、肝硬変患者で耐糖能異常がある場合エネルギー量としては 25~30kcal/標準体重とされる。
- 7 陸上 400m 走の選手にとって、競技成績の生理的決定因子は、インスリン感受性による血中グルコースの筋への取り込み速度である。
- 8 ダンベル・リフティング・ボート漕ぎなどの運動も、超高齢でなく体力が維持されていて、禁忌でない患者には勧める
- 9 前増殖期網膜症の患者の場合、血糖管理も重要なので軽度な運動(軽い体操や軽量のダンベル、早足散歩やプール歩行など)を適宜許可する