

# 《膳食療養學》

## 試題評論

第一題：講義第二冊補充附件第 121 頁，記得提醒同學考前一定要全看，不要心存僥倖，此次是考英文縮寫，而非寫出英文全文，應較容易。

第二題：講義第 92-93 頁，相信同學應該都知道脂肪會刺激膽囊收縮，但要如何寫得完整，就看個人了。

第三題：記得上課曾跟同學說過生化、營養、膳療要一起唸，有了生化、營養的因，才會有膳療的果，相信同學會發揮的很好。

第四題：考前一再強調同學要會 SOAP，尤其每章節解題時，一直讓同學練習，相信第四題一定沒問題。

## 一、請寫出下列名詞在病歷上使用的英文縮寫：(10 分)

- (一) 空腹血糖
- (二) 血比容
- (三) 禁食
- (四) 睡前
- (五) 一天三次
- (六) 中鏈三酸甘油酯
- (七) 加護病房
- (八) 急性腎衰竭
- (九) 全腸道營養
- (十) 身體質量指數

### 【解】

- (一) 空腹血糖：FBS
- (二) 血比容：Hct
- (三) 禁食：NPO
- (四) 睡前：h.s
- (五) 一天三次：tid
- (六) 中鏈三酸甘油酯：TG
- (七) 加護病房：ICU
- (八) 急性腎衰竭：ARF
- (九) 全腸道營養：TEN
- (十) 身體質量指數：BMI

## 二、請說明為什麼建議膽結石病患採低脂飲食？(10 分)

### 【解】

1. 膽囊主要是貯存、濃縮膽汁，當時物中脂肪進入 12 指腸時，刺激腸壁黏膜細胞釋放膽囊收縮素 (CCK)，經由血液循環送至膽囊，刺激膽囊收縮，放出膽汁，以協助乳化脂肪。
2. 膽囊發炎，影響膽黏膜的吸收力，過多的水份被吸收，或膽囊酸化膽汁出現問題後，膽固醇、膽色素與膽汁中的其他物質沉澱形成膽結石，稱之膽囊結石症。
3. 因脂肪是促使膽囊收縮引起疼痛的主因，故需加以節制。

三、甜味劑阿斯巴甜 (Aspartame) 被使用於降低熱量攝取及糖尿病飲食中，請問 PKU (苯酮尿症) 患者是否應小心使用阿斯巴甜？為什麼？(10分)

【解】

1. Aspartame：是由 phenylalanine 及 aspartic acid 製成。
2. PKU (苯酮尿症) 患者體內缺乏 phenylalanine hydroxylase，無法將 phenylalanine 變成 tyrosine，血液中 phenylalanine 濃度過高，會影響腦部發育，所以 PKU (苯酮尿症) 患者不可使用阿斯巴甜。

四、請用 SOAP 型式記錄你對下述病患的營養照護。(20分)

林太太 60 歲，患有第 2 型糖尿病及高血壓，已婚 40 年，目前與先生同住，維持中度活動量，子女皆成年獨立沒有與他們同住，因此她與先生時常外食。林太太過去的多次減重皆無法維持。有冠狀動脈心臟疾病家族史。她身高 160 公分，體重 80 公斤。服用的藥物有 Diabinese，Enalapril，Premarin。最近一次回診檢查，空腹血糖為 178mg/dL，而血脂報告如下：

TG：400 mg/dL，Total cholesterol：253 mg/dL，HDL cholesterol：37 mg/dL，  
LDL cholesterol：185 mg/dL

【解】

S：

1. 年齡 60 歲，目前與先生同住，中度活動量。
2. 與先生時常外食。
3. 過去多次減重皆無法維持。

O：

1. 身高：160 公分；體重：80 公斤；理想體重：56±5.6 公斤 (142%IBW=>Obesity)。
2. Dx：第 2 型糖尿病及高血壓
3. 家族病史：冠狀動脈心臟疾病家族史。
4. drug hx：Diabinese，Enalapril，Premarin
5. lab data：FBS：178mg/dL；TG：400 mg/dL，Total cholesterol：253 mg/dL，HDL cholesterol：37 mg/dL，LDL cholesterol：185 mg/dl

A：

1. energy restriction：
  - 調整體重： $56 + (80 - 56) \times 0.25 = 62$  公斤 (體重超過理想體重 25%，所以使用調整體重)
  - $62 \text{ 公斤} \times 30 \text{ kcal}$  (因為中度動量) = 1860kcal/day。
  - Protein need：62 公斤  $\times 1$  克/公斤 = 62 克/天
2. 經常外食
3. 肥胖
4. 空腹血糖過高
5. 血脂質過高：TG、Total cholesterol、LDL cholesterol 過高
6. HDL cholesterol 過低

P：

- 1 體重控制。
2. 設計 1860kcal/天糖尿病飲食，protein 62 克/天 meal plan。
- 3 認識含碳水化合物之外食食物，並指導攝取份量。
4. 指導外食攝取技巧：
  - (1) 如何減少飽和脂肪酸及膽固醇高的食物攝取。
  - (2) 食物選擇技巧

- (3)以豆製品取代部份動物性肉類。
- 5.鼓勵多攝取蔬菜。
- 6.禁止攝取含糖飲料等。
- 7.鼓勵增加活動量，有助降低重。
- 8.持續追蹤。