

二级营养师考试试题附答案 1

单选题（总共 40 题）

1. () 是构成人体的基本结构和功能单位。

- A、细胞
- B、组织
- C、骨骼
- D、器官

答案：A

解析：细胞是构成人体的基本结构和功能单位。虽然细胞的大小和形态各异，但除极少数细胞（如红细胞）外，均由细胞膜、细胞质和细胞核三部分组成。

2. 下列属于条件必需氨基酸的有 ()。

- A、酪氨酸
- B、胱氨酸
- C、苏氨酸
- D、丝氨酸

答案：A

解析：条件必需氨基酸包括半胱氨酸和酪氨酸两种。

3. 关于食物中毒的预防和治疗，说法不正确的是 ()。

- A、苦井水中毒可用美蓝解毒
- B、催吐和洗胃是所有急性食物中毒早期治疗的重要措施
- C、阿托品是有机磷农药中毒的特效药之一
- D、食用前充分加热可预防河豚鱼中毒

答案：D

解析：河豚鱼毒素对热稳定，220℃以上才可被分解。

4. 能促进钙吸收的措施包括 ()。

- A、常在户外晒太阳
- B、经常做理疗(热敷)
- C、多吃谷类食物
- D、多吃蔬菜、水果

答案：A

解析：膳食中钙的吸收需有活维生素 D[1, 25-(OH)2D3]参与，适量的维生素 D、某些氨基酸、乳糖和适当的钙、磷比例，均有助于该的吸收。常在户外晒太阳，可使维生素 D 的合成增加，进而促进了钙的吸收。

5. 对肌肉神经兴奋和抑制作用相同又有拮抗作用的矿物质是 ()。

- A、磷和钙
- B、钙和镁
- C、钙和钾
- D、镁和磷

答案：B

解析： 镁与钙使神经肌肉兴奋和抑制作用相同，血中镁或钙过低，神经肌肉兴奋性均增高；反之则有镇静作用。但镁和钙又有拮抗作用。

6. 记账法的优点为（ ）。

- A、较称重法更为精确
- B、只能得到人均摄入量
- C、可调查长时期的膳食摄入
- D、能分析个人膳食摄入状况

答案：C

解析： 记账法适合于家庭调查，也适合于幼儿园、中小学校或部队的调查。

7. 婴儿膳食中碳水化合物的主要来源为（ ）。

- A、乳糖
- B、淀粉
- C、葡萄糖
- D、糖原

答案：A

解析： 人乳喂养的婴儿平均摄入量约为 $129 / (\text{kg} \cdot \text{日})$ 碳水化合物(供能比约 37%)，主要成分是乳糖。

8. 以下不符合普通人的运动指南的是（ ）。

- A、运动类型以有氧运动和耐力运动为主
- B、运动频率以每周 5~7 次为宜，最好每天 1 次
- C、运动时间以每天 30~60 min，或每周 150 min 以下为宜
- D、高强度运动对改善心肺机能有良好的作用

答案：C

解析： 运动时间以每天 30~60min，或每周 150min 以上为宜。

9. 制定膳食计划常以食物为基础的（ ）作依据。

- A、食物的平均消费水平
- B、适宜摄入量
- C、人们的饮食习惯
- D、膳食指南

答案：D

解析： 制订膳食计划常用以食物为基础的膳食指南作依据。计划人员在实际工作中可以使用中国居民膳食指南和中国居民平衡膳食宝塔制订食物消费计划，然后再根据食物营养成分数据复查计划的膳食是否满足了 RNI 和 AI 又不超过 UL 水平。

10. 维生素 E 的主要食物来源是（ ）。

- A、植物油
- B、肉类
- C、鱼类
- D、水果

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/157125055005006133>