

Lernerfolgskontrolle Ernährungstherapie Update 2015, Ulm, 20./21.03.2015

1. Frage: Welche Aussage ist **richtig**? Eine hypokalorische Ernährung mit dem Ziel der Gewichtsabnahme beim Typ 2 Diabetiker ist...

- a) eine Zusatzmaßnahme zur medikamentösen Behandlung mit Insulin.
- b) in ihrem Erfolg maßgeblich durch das Verhältnis von Ω 3- zu Ω 6-Fettsäuren bestimmt.
- c) als klassische Kausaltherapie einzustufen.
- d) hat erst nach Monaten Einfluss auf den Glukosestoffwechsel.
- e) leider nicht HbA1c relevant.

Antwort c

2. Frage: Welche Aussage ist **richtig**? Die Energiedichte von Nahrungsmitteln wie Brot, Obst oder Gemüse wird hauptsächlich bestimmt durch ihren:

- a) Vitamingehalt
- b) Wassergehalt
- c) Ballaststoffgehalt
- d) Fettgehalt
- e) Verhältnis Eiweiß zu Kohlenhydraten

Antwort b

3. Frage: Welche Aussage ist **richtig**? Der Grundumsatz (BMR)...

- a) ist durch körperliches Training stark beeinflussbar.
- b) steigt mit zunehmendem Körpergewicht linear an.
- c) lässt sich anhand gängiger Formeln lediglich abschätzen.
- d) ist nach 14-tägigem Heilfasten 20% höher als vor der Fastenkur.
- e) wird durch eine Hyperthyreose erniedrigt.

Antwort c

4. Frage: Welche Aussage ist **falsch**?

- a) Zwischen Kohlenhydraten, Eiweiß und Fett bestehen hinsichtlich der Akutsättigung keine makronährstoffspezifischen Unterschiede.
- b) 240 kcal Nüsse haben eine geringere sättigende Wirkung als 240 kcal Orangen.
- c) kognitive Faktoren können die akute Sättigung außer Kraft setzen.
- d) Das Maximum der akuten Sättigung ist nach 45-60 min erreicht.
- e) Die Wirkung auf die akute Sättigung von Brot ist stärker als diejenige von Fleisch.

Antwort a

5. Frage: Wann ist der **richtige** Einnahmezeitpunkt für Pankreasenzyme?

- a) Direkt vor der Mahlzeit
- b) Direkt nach der Mahlzeit
- c) Während der Mahlzeit
- d) Unabhängig von den Mahlzeiten
- e) 30 Minuten vor dem Frühstück

Antwort c

6. Frage: Nach welchem Kriterium erfolgt die Pankreasenzymsubstitution?

- a) Kohlenhydratgehalt der Nahrung
- b) Eiweißgehalt der Nahrung
- c) Fettgehalt der Nahrung
- d) Exakte Dosierungsangabe des Arztes
- e) Nach Kaloriengehalt der Mahlzeit

Antwort c

7. Frage: Wie werden Pankreasenzyme nach Magenteil- oder Magentotalentfernung substituiert?

- a) unbedingt vor der Mahlzeit
- b) unbedingt nach der Mahlzeit
- c) Sie werden immer in Speisen eingerührt
- d) Es darf nicht dazu getrunken werden
- e) nur die Pellets (geöffnete Kapsel)

Antwort e

8. Frage: Woran ist die erfolgreiche Pankreasenzymsubstitution zu erkennen?

- a) an der exakten Berechnung
- b) am Stuhlgang
- c) an der Übereinstimmung mit den Empfehlungen vom Arzt
- d) an den Blutwerten
- e) am Gewicht

Antwort b

9. Frage: Was kann bei **richtiger** Pankreasenzymsubstituierung der Grund für anhaltende Steatorrhö sein?

- a) fehlende Neutralisation der Magensäure
- b) zu viel Fett im Essen
- c) Lebensmittel werden nicht vertragen
- d) zu säurehaltiges Essen
- e) zu hohe Nahrungsaufnahme

Antwort a

10. Frage: Welche Aussage trifft **nicht** zu?

Die COPD –Erkrankung kann typischerweise Auswirkungen haben auf:

- a) Herzfunktion
- b) Knochendichte
- c) Muskeltrophik
- d) Psyche
- e) Schilddrüsenfunktion

Antwort e

11. Frage: Welche Aussage trifft **nicht** zu?

Zu den allgemeinen Therapieprinzipien der COPD gehören:

- a) Sauerstofftherapie bei nachgewiesener Hypoxie
- b) Inhalative antiobstruktive Therapie
- c) Rehabilitation
- d) Körperliche Schonung
- e) Lungentransplantation bei geeigneten Patienten

Antwort d

12. Frage: Welches der folgenden Symptome kann bei einem Raucher als Hinweis auf eine COPD gewertet werden?

- a) Polyurie
- b) Gedächtnisstörungen
- c) Belastungsdyspnoe
- d) Allergien
- e) Rezidivierender Durchfall

Antwort c

13. Frage: Mit welcher Untersuchung kann eine Atemwegsobstruktion am sensitivsten erfasst werden?

- a) EKG in Ruhe
- b) Röntgenaufnahme des Thorax in Expiration
- c) Duplexsonographie
- d) Spirometrie mit forcierter Ausatmung
- e) Pulsoxymetrie

Antwort d

14. Frage: Das Anorexie-Kachexie-Syndrom

- a) muss frühzeitig durch hochkalorische Ernährung bekämpft werden
- b) geht oft mit einem niedrigen CRP Wert einher
- c) ist eindeutig ein Pflegefehler
- d) ist durch eine hochkalorische Ernährung nicht zu beheben
- e) ist kein inflammatorischer Prozess

Antwort d

15. Frage: Im Alter

- a) ist der Stoffwechsel beschleunigt
- b) nimmt die Muskelmasse zu
- c) steigt der Energiebedarf
- d) steigt der Bedarf an Vitamin D
- e) nimmt das Durstgefühl zu

Antwort d

16. Frage: Mangelernährung im Alter führt **nicht** zu:

- a) Schwäche
- b) einer Atrophie der Atemmuskulatur
- c) einem erniedrigten Pneumonierisiko
- d) einem erhöhten Decubitusrisiko
- e) kognitiven Störungen, Verwirrtheit

Antwort c

17. Frage: Eine medizinische Indikation zur Ernährung über eine PEG ist

- a) Die Sicherstellung der Ernährung in der Frühphase des Ösophaguskarzinomes, wenn der Tumor die Speiseröhre obstruiert
- b) Die Verhinderung von Gefühlen von Ohnmacht und Kontrollverlust beim behandelnden Arzt
- c) Die Verringerung von Betreuungszeiten bei dementen Patienten
- d) Die Steigerung des BMI
- e) Die Prävention von Aspiration und Reflux

Antwort a

18. Frage: Eine 85-jährige Patientin mit fortschreitender Alzheimererkrankung wird mit einer Pneumonie und Mangelernährung vom Pflegeheim ins Krankenhaus eingewiesen. Die Patientin isst noch selbständig. Welches Ziel sollte mit ernährungstherapeutischen Interventionen **nicht** mehr angestrebt werden?

- a) Erhalt der Funktionalität
- b) Verlängerung des Lebens
- c) Förderung der Lebensqualität
- d) Prävention von Symptomen
- e) Linderung von Symptomen

Antwort b

19. Frage: Mit welchen Interventionen kann essensbezogener Stress (eating-related Distress) **nicht** gelindert werden?

- a) Verlaufskontrolle z.B. tägliche Gewichtserfassung sinnvoll anpassen
- b) Akzeptanz von Patientenbedürfnissen gegenüber dem Patienten verbalisieren
- c) Fürsorgebedürfnis von Angehörigen in sinnvollere Wege leiten
- d) Ratschläge und Tipps vermeiden
- e) Portionengrößen verkleinern, dafür kleine Snacks strategisch platzieren

Antwort e

20. Frage: Die Lebenserfahrung prägt die Ernährungsbiografie von Menschen. Was wird jedoch **nicht** durch die Ernährungsbiografie beeinflusst?

- a) Werte und Haltungen
- b) Vorlieben und Abneigungen
- c) Allergien und Intoleranzen
- d) Gewohnheiten und Rituale
- e) Bedeutungen und Vorstellungen

Antwort c

21. Frage: Die Nicht-Zöliakie-Glutensensitivität (NCGS)

- a) beruht auf einer autoimmunologischen Reaktion auf Weizen
- b) ist eine Nichtautoimmun- und nicht IgE-vermittelte Erkrankung
- c) ist eine IgE-vermittelte Unverträglichkeit auf Weizen und Dinkel
- d) ist eine Unterform der Zöliakie
- e) präsentiert sich klinisch als Dermatitis herpetiformis

Antwort b

22. Frage: Welche der folgenden Aussagen bezüglich der Nicht-Zöliakie-Glutensensitivität (NCGS) trifft zu?

- a) Die Prävalenz der NCGS wird auf ca. 1 % geschätzt.
- b) Das Krankheitsbild der NCGS wurde erstmals 2012 beschrieben.
- c) Eine NCGS lässt sich mit einem Haut-Pricktest sicher diagnostizieren.
- d) Komorbiditäten wie Angststörungen, Depressionen oder chronische Fatigue treten bei einer NCGS gegenüber gesunden Kontrollen häufiger auf.
- e) Die NCGS lässt sich sicher mit einer Ösophagogastroduodenoskopie (ÖGD) diagnostizieren.

Antwort d

23. Frage: Eines der folgenden Symptome wurde in einer Studie gemäß Patientenangaben bei einer Nicht-Zöliakie-Glutensensitivität (NCGS) sehr häufig (bei ≥ 70 % der Betroffenen) beobachtet?

- a) Anämie
- b) Blähungen
- c) Gelenkschmerzen
- d) Hautekzeme
- e) Depression

Antwort b

24. Frage: Die NCGS lässt sich sicher diagnostizieren durch

- a) IgA Anti-Gliadin-Antikörper
- b) IgG deamidierte Gliadin-Peptid- Antikörper
- c) IgA Gewebs-Transglutaminase-Antikörper (tTGA)
- d) IgA Endomysium- Antikörper
- e) Keine der in a) bis d) genannten Antikörper

Antwort e

25. Frage: Im Bereich Impulsivität & Essverhalten: Welche Aufgaben haben Sie als Ernährungstherapeut(in)?

- a) Wahrnehmungen fördern
- b) Massive Zufuhr mit Achtsamkeit begrenzen lernen
- c) Spezielle bariatrische Operationen empfehlen können.
- d) Strengere Gewichtskorrektur anstreben

Antwort a