

# Ernährungstherapie - Update 2008 - Erfolgskontrolle - 26. Januar 2008

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_ PLZ und Ort \_\_\_\_\_

Emailadresse: \_\_\_\_\_

**Frage 1: Wie hoch ist nach neuen Angaben die Prävalenz der Cöliakie?**

- a) 0,05 %
- b) 0,1 %
- c) 0,5 %
- d) 1 %
- e) 2 %

**Frage 2: Cöliakie ist eine**

- a) Stoffwechselkrankheit
- b) Bakterielle Infektion
- c) Autoimmunerkrankung
- d) Durchblutungsstörung
- e) Virusinfektion

**Frage 3: Wie lange ist die Verzögerung der Diagnosestellung heute?**

- a) Einen Monat
- b) Sechs Monate
- c) 1 Jahr
- d) 2 Jahre
- e) 10 Jahre

**Frage 4: Wie viele betroffene Patienten sind heute auch diagnostiziert?**

- a) Jeder zweite
- b) Jeder dritte
- c) Jeder fünfte
- d) Jeder siebte
- e) Jeder zehnte

**Frage 5: Was sind sogenannte nicht-klassische Symptome, die der Abklärung auf Cöliakie bedürfen?**

- a) Müdigkeit
- b) Anämie
- c) Osteoporose
- d) Alle
- e) Keine

**Frage 6: Die Diagnose stützt sich auf:**

- a) Serologische Untersuchungen
- b) Endoskopie
- c) Dünndarmbiopsie
- d) HLA Typisierung
- e) Alle genannten

**Frage 7: Welcher Dünndarmabschnitt ist von der Cöliakie immer betroffen?**

- a) Duodenum
- b) Jejunum
- c) Ileum
- d) Alle
- e) Keiner

**Frage 8: Welcher Mangel bedarf besonderer Aufmerksamkeit?**

- a) Mangan
- b) Eisen
- c) Zink
- d) Natrium
- e) Glucose

**Frage 9 Mit welchen Krankheiten ist Cöliakie häufiger assoziiert?**

- a) Diabetes mellitus Typ 1
- b) Autoimmun-Thyreoditis
- c) Osteoporose
- d) a und b sind richtig
- e) a – c sind richtig

**Frage 10: Wie hoch liegt der Anteil an Cöliakie bei Patienten mit Typ 1 Diabetes mellitus?**

- a) 0,5 %
- b) 1 %
- c) 5 %
- d) 15 %
- e) 25 %

**Frage 11: Wo erfolgt die Spaltung der Disaccharide?**

- a) Im Mund
- b) In der Speiseröhre
- c) Im Magen
- d) Durch Pankreasenzyme
- e) An der inneren Auskleidung des Dünndarms

**Frage 12: Bei welcher Störung findet sich häufig eine Laktosemalabsorption?**

- a) Dumping-Syndrom
- b) Divertikulose
- c) Nach Blinddarmoperation
- d) Bei Gallensteinen
- e) Nach operativer Milzentfernung

**Frage 13: Ist ein pathologischer H<sub>2</sub>-Atemtest beweisend für eine Laktoseintoleranz?**

- a) Immer
- b) Beweist ein Magengeschwür
- c) Nur wenn Gallensteine vorliegen

- d) Nein
- e) Bei Frauen

**Frage 14: Welche Milchprodukte werden bei Laktoseintoleranz meist gut vertragen?**

- a) Frischkäse
- b) Hartkäse
- c) Schmelzkäse
- d) Schlagsahne
- e) Alle

**Frage 15: Wie viel Gramm Laktose können die meisten laktoseintoleranten Patienten täglich beschwerdefrei verdauen?**

- a) 0 g
- b) 1 g
- c) 5 g
- d) 12 g
- e) 25 g

**Frage 16: Welche Produkte sind generell Laktosefrei?**

- a) Gemüse
- b) Kekse
- c) Wurstwaren
- d) Kartoffelbreipulver
- e) Alle

**Frage 17: Auf welche Gefahr muss bei einer laktosefreien Kost geachtet werden?**

- a) Osteomalazie
- b) Magenschmerzen
- c) Eisenmangel
- d) Kaliummangel
- e) Hohes LDL-Cholesterin

**Frage 18: Was errechnet man mit der Friedewald-Formel?**

- a) Triglyceride
- b) HDL-Cholesterin
- c) LDL-Cholesterin
- d) Lipoprotein (a)
- e) Cholesterin

**Frage 19: HDL-Cholesterin kann bei Patienten mit Hypertriglyceridämie als Parameter benutzt werden**

- a) Für die Langzeiteinstellung von LDL-Cholesterin
- b) Für die Langzeiteinstellung von Triglyceriden
- c) Für das Essen von Stärke
- d) Als Hinweis auf Eisenmangel
- e) Als Hinweis auf Laktoseintoleranz

**Frage 20: Was vermindert innerhalb von 24 Stunden LDL-Cholesterin um bis zu 50 % ?**

- a) Fernreisen
- b) Fieber
- c) Ersteigen der Zugspitze

- d) Tauchen
- e) Vollrausch

**Frage 21: Welche Hypertriglyceridämie hat ein extremes hohes kardiovaskuläres Risiko?**

- a) Familiäre Hypertriglyceridämie
- b) Familiäre kombinierte Hyperlipidämie
- c) Triglyceride haben kein Risiko
- d) Wenn die Konzentration im Blut über 1000 mg/dl ansteigt
- e) Ausgelöst durch Östrogene

**Frage 22: Mit welchem Befund manifestiert sich eine Hypertriglyceridämie im Kindesalter?**

- a) Erhöhung von HDL-Cholesterin
- b) Erhöhung von LDL-Cholesterin
- c) Erniedrigung von HDL-Cholesterin
- d) Senkung von HDL-Cholesterin
- e) Gar nicht

**Frage 23: Welche Veränderung gehört nicht zum Lipidbefund beim metabolischen Syndrom?**

- a) Erhöhtes LDL-Cholesterin
- b) Erhöhte Triglyceride
- c) Niedriges HDL-Cholesterin
- d) Alle
- e) Erhöhung kleiner, dichter LDL

**Frage 24: Bei welchem Nüchtern-Blutzucker stellen Sie die Diagnose Diabetes mellitus?**

- a) > 80 mg/dl
- b) > 90 mg/dl
- c) > 100 mg/dl
- d) > 115 mg/dl
- e) > 126 mg/dl

**Frage 25: Sind fruktosehaltige Produkte günstig beim Diabetes mellitus?**

- a) Verbessern den Blutzucker
- b) Senken den Blutdruck
- c) Erhöhen Triglyceride
- d) Senken kleine, dichte LDL
- e) Alles ist richtig

**Frage 26: Für welche Aufgabe benötigen Frauen das Fettgewebe im Oberschenkelbereich?**

- a) Für nichts
- b) Für das Aussehen
- c) Für die Gesundheit
- d) Für die Schwangerschaft
- e) Für die Stillzeit

**Frage 27: Welches Hormon reguliert überwiegend das Fettgewebe im Bauchbereich?**

- a) Wachstumshormon
- b) Insulin
- c) Cortisol
- d) Schilddrüsenhormon
- e) Östrogene

**Frage 28: Worauf ist bei Einnahme von Weizenkleie zu achten?**

- a) Ausreichende Flüssigkeitszufuhr
- b) Verzicht auf Schokolade
- c) Gewichtszunahme
- d) Verzicht auf Alkohol
- e) Gewichtsabnahme

**Frage 29: Wie kann HDL-Cholesterin erhöht werden?**

- a) Gewichtskonstanz
- b) Mehr körperliche Aktivität
- c) Kaffeetrinken
- d) Rauchen
- e) Alles

**Frage 30: Was muss zur Senkung der Triglyceride vom Patienten befolgt werden?**

- a) Weniger Fett
- b) Kein Alkohol
- c) Weniger rasch resorbierbare Kohlenhydrate
- d) Alles
- e) b und c

**Frage 31: Wie lange steigt nach der Normalisierung hoher Triglyceride das LDL-Cholesterin an?**

- a) 20 Minuten
- b) 8 Stunden
- c) 3 Tage
- d) 4 Wochen
- e) Steigt gar nicht an

**Frage 32: Welche allgemeinen Empfehlungen geben Sie bei allen Fettstoffwechselstörungen?**

- a) Weniger Fett
- b) Abnehmen
- c) Kein Alkohol
- d) Mehr körperliche Aktivität
- e) Nicht rauchen

**Frage 33: Bei welcher Fettstoffwechselstörung kann keine erfolgreiche Therapie ohne Ernährungsumstellung durchgeführt werden?**

- a) LDL-Hypercholesterinämie
- b) Hypertriglyceridämie

- c) Hohes Lipoprotein (a)
- d) Gemischte Hyperlipidämie
- e) Geht bei keiner

**Frage 34: Die Gefahren, die von Interaktionen zwischen Medikamenten und Ernährung ausgehen, bestehen in:**

- a) Wirkungsverminderung
- b) Wirkungsverlust
- c) Toxischer Wirkungssteigerung
- d) Spielen klinisch keine Rolle
- e) allen Möglichkeiten a – c

**Frage 35. Welcher Nahrungsbestandteil aktiviert Cytochrom P 450 3A4 und beeinflusst so die Wirkung von Medikamenten?**

- a) Johanniskraut
- b) Coffein
- c) Vitamin B1
- d) Alkohol
- e) Mangan

**Frage 36: Welche Schlussfolgerungen ziehen Sie für betroffene Medikamente, die Interaktionen vor oder bei der Resorption aufweisen?**

- a) Keine
- b) Medikamente erst vor dem Schlafengehen einnehmen
- c) Medikamente, die interagieren, sollten nicht gegeben werden
- d) Einnahme mindestens 30 Minuten vor oder 2 Stunden nach dem Essen
- e) Doppelte Dosis erforderlich

**Frage 37: Nennen Sie ein Arzneimittel, das über Cytochrom P 450 3A4 verstoffwechselt wird:**

- a) Fluvastatin
- b) Metoprolol
- c) Tamoxifen
- d) Simvastatin
- e) Acetylsalicylsäure

**Frage 38: Welche Nahrungsbestandteile hemmen Cytochrom P 450 3A4?**

- a) Brunnenkresse und Sellerie
- b) Apfel- und Birnensaft
- c) Coffein und Teein
- d) Karotten- und Tomatensaft
- e) Grapefruitsaft und Rotwein

**Frage 39: Derzeit werden kohlenhydratarme Kostformen für die Behandlung des**

**Diabetes mellitus Typ 2 propagiert. Wie hoch sollte der Kohlenhydratgehalt aufgrund der Datenlage heute mindestens sein?**

- a) 20 g
- b) 50 g
- c) 100 g
- d) 130 g
- e) 180 g

**Frage 40: Was ist bei der Behandlung der Obstipation nicht richtig?**

- a) die Umstellung von einer ballstoffarmen auf eine ballaststoffreiche Kost sollte allmählich erfolgen
- b) Kohlensäurehaltige Getränke sollten vermehrt konsumiert werden
- c) Das Abführmittel sollte erst nach erfolgter Änderung der Nahrungszusammensetzung reduziert werden
- d) Grobblähende Speisen sollten zu diesem Zeitpunkt vermieden werden
- e) Die Kost muss reich an Flüssigkeit sein

**Frage 41: Welche Interaktionen sind beim Konsum von alkoholischen Getränken nicht zu beachten?**

- a) Induktion von Cytochrom P 450 1E2
- b) Vermehrte Resorption fettlöslicher Vitamine
- c) Vermehrte Hypoglykämiegefahr
- d) Verstärkung der sedierenden Wirkung von Tranquillantien
- e) Verstärkung der sedierenden Wirkung anderer Medikamente

**Frage 42: Welchen Rat sollte man der Patientin nicht geben, die unter einer medikamentösen Therapie steht:**

- a) Verzicht auf Grapefruitsaft
- b) Verzicht auf Seville-Orangen
- c) Es kann überhaupt nichts passieren
- d) Verzicht auf größere Mengen an Rotwein
- e) Verzicht auf größere Mengen an Knoblauch

Vielen Dank!

---