

105年第一次專門職業及技術人員高等考試中醫師考試分階段  
考試、營養師、心理師、護理師、社會工作師考試試題

等 別：高等考試

類 科：營養師

科 目：公共衛生營養學

考試時間：2 小時

座號：\_\_\_\_\_

※注意：禁止使用電子計算器。

甲、申論題部分：（50 分）

- (一)不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在申論試卷上，於本試題上作答者，不予計分。  
(二)請以黑色鋼筆或原子筆在申論試卷上作答。

一、請分別闡述行政院衛生署（現衛生福利部）於民國 100 年公布的「每日飲食指南」與「地中海飲食金字塔」之內容，並比較兩者的異同。（15 分）請以「每日飲食指南」為基礎，說明如何融入「地中海飲食金字塔」食物內容與攝取頻率之特色，進一步提升國人之健康。（10 分）

二、問卷調查研究法（Questionnaire Survey）與訪問調查研究法（Interview Survey）是公共衛生營養重要的研究工具，請詳述兩者之內容並比較其優劣。（25 分）

乙、測驗題部分：（50 分）

代號：5103

- (一)本測驗試題為單一選擇題，請選出一個正確或最適當的答案，複選作答者，該題不予計分。  
(二)共 40 題，每題 1.25 分，須用 2B 鉛筆在試卡上依題號清楚劃記，於本試題或申論試卷上作答者，不予計分。

- 關於嬰兒期之脂肪建議量，下列敘述何者錯誤？
  - DRIs 中沒有列出脂肪的建議量
  - 一歲以後，脂肪攝取量建議占總熱量 30%
  - 嬰兒若缺乏必需脂肪酸，皮膚可能會產生濕疹
  - 母乳及嬰兒配方奶粉中脂肪提供的熱量應占總熱量的 35~40%
- 第七版 DRIs 中，對鐵的建議量，在那一個年齡層有性別上的差異？
  - 4~6 歲
  - 13~18 歲
  - 19~50 歲
  - 51~70 歲
- 有關國人膳食營養素參考攝取量（DRIs）的敘述，下列何者正確？
  - $Adequate\ Intakes = Tolerable\ Upper\ Intake\ Levels + 2SD$
  - $Estimated\ Average\ Requirement = Adequate\ Intakes + 2SD$
  - $Recommended\ Dietary\ Allowance = Estimated\ Average\ Requirement + 2SD$
  - $Tolerable\ Upper\ Intake\ Levels = Recommended\ Dietary\ Allowance + 2SD$
- 關於衛生福利部公告之素食飲食指標，下列建議何者錯誤？
  - 全穀至少占全穀根莖類的 1/2
  - 每天要有全穀根莖類食物和豆類食品的搭配組合
  - 多攝食富含維生素 C 的蔬果，以改善鐵質吸收率
  - 每天蔬菜應包含至少一份深色蔬菜、一份菇類與一份藻類食物
- 臺灣國民小學販售之每份飲品或點心，鈉含量應在多少毫克（mg）以下？
  - 300
  - 350
  - 400
  - 450

- 6 下列何者不是醫療院所營造友善哺乳環境的要求？
- (A)鼓勵母嬰同室 (B)辦理「母嬰親善醫療院所認證」  
(C)嬰幼兒配方食品，只能贈送，不得陳列 (D)禁止嬰幼兒配方食品、奶瓶及奶嘴之促銷
- 7 某 11 歲女孩，平均每天的鐵質攝取量為 12 毫克，根據我國目前的「國人膳食營養素參考攝取量」(DRIs)，該女孩每天攝取的鐵質是否足夠？11 歲女孩每日鐵質的攝取量應為多少毫克？
- (A)足夠，7 (B)足夠，10 (C)不足夠，15 (D)不足夠，20
- 8 我國飲食指標，建議國人每天應攝取多少未精製全穀類？
- (A)2 份含 100%全穀類食物 (B)3 份含 51%以上全穀類食物  
(C)未精製全穀類占全穀根莖類總量三分之一以上 (D)未精製全穀類占全穀根莖類總量二分之一以上
- 9 關於學校午餐菜單設計，下列敘述何者與教育部之建議不符？
- (A)避免提供甜品、冷飲，若要提供以低糖之全穀根莖類為宜（如：綠豆薏仁湯、地瓜湯、紅豆湯等），且供應頻率 1 週不超過 1 次  
(B)稀釋發酵乳、豆花、愛玉、布丁、茶飲、非 100%蔬果汁不符合「校園飲品及點心販售範圍」之規定，不建議設計  
(C)各式丸類、蝦捲、香腸、火腿、熱狗、重組雞塊等魚肉類半成品，不建議設計  
(D)魚類容易發生食物中毒，不建議設計
- 10 某餐盒公司承攬學校餐盒，目前僱用之 100 名烹調從業人員中有 70 人具有中餐烹調技術證，根據民國 103 年訂定之「食品良好衛生規範準則」，烹調從業人員具有中餐烹調技術證的比例是否足夠？
- (A)足夠 (B)不足夠，至少要再增加 5 名  
(C)不足夠，至少要再增加 10 名 (D)不足夠，至少要再增加 20 名
- 11 下列何者不是我國糖尿病共同照護網之品質指標？
- (A)A1C < 7%比率 (B)LDL < 100 mg/dL 比率  
(C)微量白蛋白尿篩檢率 (D)睡前血糖介於 80~120 mg/dL
- 12 下列何者不屬於造成肥胖盛行的致胖環境因素 (obesogenic environment) ？
- (A)社區中有人行道設施和公園  
(B)食物供應的份量 (portion size) 增加  
(C)市場上平均每人每日可獲得的熱量增加約 600 大卡  
(D)社區中速食 (fast food) 或快速供應 (quick-service) 的餐廳數量很多
- 13 依據「老人福利服務提供者資格要件及服務準則」，下列何者未列入膳食服務之項目？
- (A)提供營養諮詢及飲食衛教  
(B)膳食服務提供單位應置專任或特約營養師  
(C)視住民個別狀況與需求，設計及提供個人化飲食  
(D)對於進食能力不佳住民，提供輔助器具或協助進食
- 14 若要進口有機嬰兒果泥副食品，該向下列那一個單位申請查驗登記？
- (A)不用申請 (B)行政院農業委員會  
(C)經濟部國際貿易局 (D)衛生福利部食品藥物管理署
- 15 下列何者是檢測人體中礦物質的營養狀況？
- (A)ferritin  
(B)retinol-binding protein  
(C)thyroxin-binding prealbumin  
(D)erythrocyte glutathione reductase activity coefficient

- 16 有關營養素的生化檢測，下列敘述何者正確？  
(A)血漿中的鋅濃度反映目前鋅的飲食狀況  
(B)deoxyuridine suppression test 反映葉酸的營養狀況  
(C)色胺酸負荷試驗 (tryptophan load test) 反映蛋白質的營養狀況  
(D)RDR (relative dose response test) > 50%者，其維生素 A 的營養狀況比 < 20%者好
- 17 測量凝血酶原時間，可以評估下列何種營養素？  
(A)鉀 (B)鐵 (C)維生素 C (D)維生素 K
- 18 每天從糞便、皮膚、頭髮、指甲等流失的氮量有多少公克？  
(A)4 (B)20 (C)50 (D)100
- 19 美國營養主動檢查計畫 (nutrition screening initiative)，用來評估社區老年人營養狀況之篩檢工具為下列何者？  
(A)DETERMINE (B)MNA (C)MUST (D)SGA
- 20 癩皮病型皮膚炎可能是缺乏下列何種營養素？  
(A)菸鹼酸 (B)維生素 A (C)維生素 B<sub>2</sub> (D)維生素 B<sub>12</sub>
- 21 上臂部分的各項測量：mid-upper arm circumference (MAC，單位：公分)、mid-arm muscle circumference (MAMC，單位：公分)、triceps skinfold thickness (TSF，單位：公分)、 $\pi=3.14$ ，下列敘述何者正確？  
(A)MAC = TSF × 0.314 (B)TSF = 0.314 × MAMC  
(C)MAMC = MAC - 0.314 × TSF (D)TSF = 0.314 × (MAMC - MAC)
- 22 有關食物頻率問卷 (food frequency questionnaire) 的敘述，下列何者錯誤？  
(A)常用來估算族群平均營養素攝取量 (B)常用來研究飲食與慢性疾病之關係  
(C)常用來評估個人長期飲食攝取狀況 (D)常用來篩選特定營養素或食物攝取不足高危險群
- 23 使用 Cronbach  $\alpha$  coefficient ( $\alpha$  係數) 來評估問卷的信度，是屬於下列何種信度的檢測方法？  
(A)重測方法 (test-retest method) (B)複本方法 (equivalent-forms method)  
(C)評分者方法 (scorer method) (D)內部一致性方法 (internal-consistency method)
- 24 關於訪問調查之敘述，下列何者正確？  
(A)為了保持專業形象，訪員的態度應傾向嚴肅  
(B)訪員不宜根據受訪者的非語言行為來評估其回應的正確性  
(C)若訪問中氣氛沈悶，訪員可先與受訪者談論些輕鬆話題後，再切入正題  
(D)訪員可順著受訪者的答案而自我揭露 (self-disclosure)，讓受訪者感覺到被認同、接受
- 25 在一般營養教育計畫的設計過程中，下列何者是最需先確立的？  
(A)營養教育之對象 (B)適當之學說理論  
(C)欲改變之行為目標 (D)相關之心理社會中介因子
- 26 根據社會認知理論設計均衡飲食教育介入計畫，下列何種教育措施較符合「自我控制」的概念運用？  
(A)達到飲食目標時，給予獎賞  
(B)減少家中高熱量、高油、高糖食物的可獲性  
(C)訓練受教育者簡單的低熱量、低油、低糖食譜  
(D)設定每日減少攝取高熱量、高油、高糖食物的目標
- 27 下列何種教材可在短時間內使大量民眾接受簡單易懂的營養知識，或加強已經用語言溝通過的內容？  
(A)海報 (B)模型 (C)掛圖 (D)摺頁及小冊子
- 28 營養師說：「我記得第一次體檢，發現自己血糖及膽固醇偏高，真的好擔心。」此時營養師的談話，最符合下列何種諮商技巧？  
(A)同理 (B)引導 (C)自我揭露 (D)情感反應

- 29 針對新住民進行健康飲食的推廣計畫，先蒐集新住民飲食資料，包含飲食習慣、烹調方法、飲食內容及營養問題，此為社區營養計畫中的何項內容？  
(A)訂定目標 (B)評價成效 (C)執行計畫 (D)確認問題
- 30 下列何者不是訂定社區營養計畫指標之原則？  
(A)可靠性 (B)特異性 (C)廣泛性 (D)靈敏性
- 31 有關社區營養計畫的策略性規劃，下列何階段可使用 SWOT 分析？  
(A)A (action) 行動計畫 (B)S (situation) 現況分析  
(C)S (strategy) 策略 (D)T (tactics) 戰術
- 32 不同的體重控制計畫，其場地、講師、課程時數及使用設備不同，所花費的經費也不同，降低體重的結果也不同，若分析每降低一公斤體重所需要的花費，屬於下列何種分析法？  
(A)成本利益分析 (cost-benefit analysis, CBA)  
(B)成本效益分析 (cost-effectiveness analysis, CEA)  
(C)成本最小值分析 (cost-minimization analysis, CMA)  
(D)成本價值分析 (cost-utility analysis, CUA)
- 33 在兩次國民營養健康狀況變遷調查中，有關 2005~2008 年的國人飲食內容與 1993~1996 年比較，下列何者錯誤？  
(A)紅肉類攝取量增加 (B)黃豆製品、魚類攝取量增加  
(C)全穀類、堅果種子等的攝取量增加 (D)避免動物性脂肪和油炸食品的行為增加
- 34 臺灣地區歷次國民營養調查中，針對國中生的調查為下列何項？  
(A)NAHSIT 1999~2000 年 (B)NAHSIT 2001~2002 年  
(C)NAHSIT 2005~2008 年 (D)NAHSIT 2010~2011 年
- 35 2005~2008 年臺灣國民營養健康狀況變遷調查發現，深綠色蔬菜為成人那些營養素首要來源？  
(A)鎂、鉀、鐵、鈣 (B)維生素 A、維生素 B<sub>6</sub>  
(C)維生素 A、維生素 C (D)維生素 B<sub>1</sub>、維生素 B<sub>2</sub>
- 36 臺灣地區從那一次營養調查開始，國人飲食營養攝取量依性別、年齡層分別呈現？  
(A)民國 69~70 年國民營養調查 (B)民國 75~77 年國民營養調查  
(C)NAHSIT 1993~1996 年 (D)NAHSIT 1999~2000 年
- 37 聯合國的千禧發展目標 (MDGs) 不包括下列何者？  
(A)普及中學教育 (B)消滅貧窮與飢餓  
(C)全球合作促進發展 (D)確保環境的可持續能力
- 38 實現「糧食安全」是指當所有人，在任何時候都滿足以下狀況，下列何者錯誤？  
(A)以植物性食物為主的飲食型態 (B)滿足積極和健康生活的膳食需要  
(C)物質上獲得足夠、安全和富有營養的糧食 (D)經濟上獲得足夠、安全和富有營養的糧食
- 39 如果未介入受試者的生活，而由結果 (outcome) 的有無來追究可能的危險因子 (exposure)，這是屬於下列何種研究方法？  
(A)世代研究法 (B)病例對照法 (C)實驗研究法 (D)橫斷性研究法
- 40 甲地區 1,000 名民眾中，已知有 100 名民眾罹患肝炎，但於肝炎檢測中有 90 名患者及 20 名健康者被檢測出感染肝炎 (陽性反應)，關於檢測，下列何者正確？  
(A)敏感度 = 90/1000 (B)敏感度 = 90/100 (C)特異性 = 20/1000 (D)特異性 = 20/900