

1. 為何自由基和疾病的發展有關？哪些微量元素扮演重要角色？請問如何預防及清除體內多餘的自由基？(15 分)
2. 肥胖與代謝症候群有其密切的關聯性，其中腸道菌亦扮演重要的角色，就營養學的觀點，請說明其關聯性？並提出預防與治療的策略與機制？(15 分)
3. 何謂國民營養健康狀況變遷調查？請根據最近一期(2017-2020)的調查結果中國人容易缺乏的營養素中擇一申論，要如何增加該營養成分的攝取？(15 分)
4. 承宏為碩士生，身高 182 公分，體重 80 公斤，他從大二就開始練舉重，也因此肌肉量增加，強壯許多，他為了讓肌肉更突出，開始在早餐以飲用水沖泡乳清蛋白粉以獲取 60 g 蛋白質，午餐為加多肉量的三明治和一小份沙拉加無脂沙拉醬，下午再喝一次高蛋白飲品，晚上再吃雞胸肉和半碗飯以及一小份沙拉加無脂沙拉醬，以及去糖的手搖飲。但不幸的是，就在他開始加強練習時，發現自己成績退步，才練習 20 分鐘就累了，請問他為何會有這樣的情形，以你對阻力運動所需的營養的了解，請敘述此情形發生的原因，以及當如何作營養的調整。(15 分)
5. 請比較嬰兒期早期和成人在蛋白質消化和吸收的異同。(10 分)
6. 請從哺乳母親之賀爾蒙調節以及溢乳反射(Letdown Reflex)說明
(1) “喝母乳的小孩容易吃不飽” 的正確性？(10 分)
(2) 哺餵母乳對媽媽的好處為何？(10 分)
7. 請說明為何 ApoB/ApoA-1 之比值可作為心血管疾病的風險指標？(10 分)

試題隨卷繳回