11 章　食事療法 2　確認問題

以下の文章について、(　　) 内に当てはまる語句、数字を記入してください。

1. 糖尿病腎症の食事療法の基本は、(　①　) 及び状態に応じたタンパク質制限、(　②　) 制限、(　③　) 制限および (　④　) への対応である。
2. 摂取エネルギー量が不足すると体蛋白の (　⑤　) する。
3. 長年糖尿病食を続けてきた患者にとって腎症食への移行は (　⑥　) ではない。
4. タンパク質制限を厳格に行うと摂取エネルギー量が (　⑦　) となりやすいので、タンパク質の (　⑧　) 食品や (　⑨　) を利用し、摂取エネルギーを確保することが必要になる。
5. 治療用特殊食品は、使用する食品の幅を (　⑩　)、食事療法の (　⑪　) を簡便にしてくれるメリットがある。
6. 高血圧を伴った場合の食事療法では、減塩は降圧に効果的であるが、少なくとも (　⑫　) g/日まで低下させなければ有意な降圧は達成できない。
7. 体重は停滞期を挟んで (　⑬　) に減少するので、体重変化を毎日記録していくグラフ化体重日記等の視覚的資料を用いた行動療法との組み合わせは、(　⑭　) の維持に有効である。
8. 肥満 2 型糖尿病患者は、食事の量の問題だけでなく、質や (　⑮　) にも問題があることが多く、高エネルギーで (　⑯　) 含有の肉類や甘い菓子類を好む反面、ビタミンやミネラルを多く含む (　⑰　) を好まない傾向がある。
9. 妊娠時の食事療法では、血糖の正常化の為に、3 回食ではなく (　⑱　) 回食とする。
10. 肝硬変では、肝グリコーゲン量の減少が顕著となり、空腹時の肝臓からの (　⑲　) 放出量が減って (　⑳　) のリスクが多くなるため、1 回の食事量を減らした４～６回の頻回食とする。
11. 高齢者においては食事療法を処方する際に特に栄養不良に陥らないよう注意が必要である。低栄養のリスクがある場合には、(　㉑　) のために十分なエネルギーと (　㉒　)

を摂取するよう勧める。

12. 特定の保健の目的が期待できることを表示できる食品を（　㉓　）という。

13. 特定保健用食品はあくまでも（　㉔　）であり、日常の食生活において食品の選択肢の一つとして利用するべきものである。

14. 特定保健用食品は、過剰な摂取による（　㉕　）があることを理解し、1 日の目安量や摂取の方法を必ず確認し守る必要がある。