

# კვებისა და ასაკობრივი მედიცინის დეპარტამენტი

## საგამოცდო საკითხები კვების ჰიგიენაში

1. კვების ჰიგიენის საგანი, მიზნები, ამოცანები, შესწავლის საგანი, მოკლე ისტორიული ცნობები. კვების ჰიგიენის კავშირი სხვადასხვა მეცნიერებებთან.
2. ენერგობარჯვა და საკვების ენერგეტიკური ღირებულება. ნივთიერებათა და ენერგიის ცვლა ორგანიზმში. ენერგეტიკული ბალანსი, ძირითადი ცვლა, საკვების სპეციფიკურ-დინამიკური მოქმედება, ანუ კვებითი თერმოგენეზი. ფიზიოლოგიური მოხმარების ნორმები ენერგიაზე კვალ-ებში. ენერგიის დისბალანსი.
3. ცილების, როგორც კვებითი პროდუქტების ძირითადი ნუტრიენტის კვებითი და ბიოლოგიური ღირებულება, მათი მნიშვნელობა კვებაში. ცილებზე მოთხოვნილების სადღეღამისო ნორმები სქესისა და ასაკის მიხედვით, საკვები პროდუქტების ბიოლოგიური ღირებულება, ცილის ხარისხის შეფასების მეთოდები. ამინომჟავების მნიშვნელობა კვებაში და მათი მოხმარების ნორმები, ამინომჟავების ნაკლებობით გამოწვეული კლინიკური სიმპტომები. დაავადებები, რომლებსაც იწვევს კვებაში ცილის დეფიციტი, მისი გადაჭარბებული მოხმარება და ცილოვანი მეტაბოლიზმის დარღვევა.
4. ცხიმების კვებითი და ბიოლოგიური ღირებულება. მათი მნიშვნელობა კვებაში. ნაჯერი, უჯერი და პოლიუჯერი ცხიმოვანი მჟავები, ფოსფატიდები და სტერინები. ცხიმების ფიზიოლოგიური მოთხოვნილების ნორმები სქესის, ასაკისა და ენერგობარჯვის მიხედვით. საკვებით ცხიმების ჭარბად მიღების შედეგად გამოწვეული დარღვევები.
5. ნახშირწყლების კვებითი და ბიოლოგიური ღირებულება. მათი მნიშვნელობა კვებაში. მარტივი და რთული ნახშირწყლები. საკვები ბოჭკოები, მათი მნიშვნელობა და სასარგებლო თვისებები. ნახშირწყლების ფიზიოლოგიური მოთხოვნილების ნორმები სქესის, ასაკისა და ენერგობარჯვის მიხედვით. საკვებ ნივთიერებათა კალორიულობა.
6. ვიტამინები და მათი მნიშვნელობა კვებაში. ვიტამინების კლასიფიკაცია. მათი მნიშვნელობა ორგანიზმის ცხოველმყოფელობისთვის. ჰიპო- და ავიტამინოზური მდგომარეობის გამომწვევი მიზეზები. წყალში ხსნადი ვიტამინები, მათი წყაროები და ორგანიზმის უზრუნველყოფა, შეთვისება და ფიზიოლოგიური ფუნქციები. ფიზიოლოგიური მოთხოვნილების ნორმები და კვებითი სტატუსის ბიომარკერები. წყალში ხსნადი ვიტამინების ნაკლებობით და მეტობით გამოწვეული კლინიკური სიმპტომები
7. ცხიმში ხსნადი ვიტამინები, მათი მნიშვნელობა კვებაში, კვების წყაროები და ორგანიზმის უზრუნველყოფა, შეთვისება და ფიზიოლოგიური ფუნქციები. ფიზიოლოგიური მოთხოვნილების ნორმები და კვებითი სტატუსის ბიომარკერები. ცხიმში ხსნადი ვიტამინების ნაკლებობითა და მეტობით გამოწვეული მოვლენები. ვიტამინების მსგავსი ნივთიერებები.
8. მინერალური ნივთიერებები და მათი მნიშვნელობა კვებაში. მაკრო და მიკრო ელემენტები. მათი შემცველი ძირითადი საკვები პროდუქტები, შეთვისება და ორგანიზმის დაკმაყოფილება. ფიზიოლოგიური მოხმარების ნორმები და კვებითი სტატუსის ბიომარკერები. მათი უკმარისობისა და სიჭარბის გამომწვევი მიზეზები და გამოვლინებები.

9. კვებითი მოშხამვები, მათი კლასიფიკაცია. მიკრობული ანუ ბაქტერიული ხასიათის კვებითი მოშხამვები, კვებითი ტოქსიკონფექციები (სალმონელოზი, ლისტერიოზი, კამპილობაქტერიოზი, ეშერიხიოზი და სხვა). ტოქსიკოზები (ბოტულიზმი, სტაფილოკოკებით გამოწვეული ტოქსიკოზი).
10. არამიკრობული ბუნების კვებითი მოშხამვები, ქიმიური ნივთიერებებით (ქსენობიოტიკებით) და მძიმე მეტალებით (ტყვია, დარიშხანი, ვერცხლისწყალი) გამოწვეული მოშხამვები. პესტიციდებითა და აგროქიმიკატებით(ნიტრატებითა და ნიტრიტებით, ბიფენილებით და სხვა) გამოწვეული მოშხამვები.