

# Quiz edukacyjny

## SZANOWNI PAŃSTWO!

Zapraszamy do sprawdzenia wiedzy zdobytej dzięki lekturze bieżącego numeru „Forum Zaburzeń Metabolicznych”.

Spośród uczestników quizu, którzy udzielą prawidłowych odpowiedzi, zostaną wylosowane osoby, które otrzymają publikacje wydawane przez wydawnictwo Via Medica.

Na każde pytanie prawidłowa jest tylko jedna odpowiedź.

Termin nadsyłania odpowiedzi na pytania zamieszczone w tym numerze — **30.12.2012 r.**

Odpowiedzi należy udzielać na oryginalnej karcie zamieszczonej poniżej.

## Pytania

- 1. Stosowanie diety DASH ma szczególne znaczenie w leczeniu:**
  - A. nadciśnienia tętniczego
  - B. cukrzycy typu 1
  - C. miażdżycy
  - D. cukrzycy typu 2
- 2. Deficyt energetyczny w diecie redukującej powinien wynosić:**
  - A. 100–200 kcal/d.
  - B. 250–500 kcal/d.
  - C. 500–1000 kcal/d.
  - D. 1200 kcal/d.
- 3. Insulinowrażliwość zwiększają następujące adipokiny:**
  - A. rezystyna i leptyna
  - B. leptyna i adiponektyna
  - C. adiponektyna i IL-6
  - D. IL-6 i TNF- $\alpha$
- 4. Współczynniki, których wartości mówią o aterosogenności diety, to:**
  - A. Keys i Mastudy
  - B. Mastudy i P/S
  - C. QUICKI i P/S
  - D. Keys i P/S



Prosimy czytelnie wpisać dane

Nazwisko

Imię

Specjalizacja

Adres do korespondencji

E-mail

Ulica, nr domu

Kod

Miejscowość

Telefon

Faks

Oплата  
przerzucona  
na adresata;  
umowa  
z RUP Gdańsk  
nr 40/02/Gd. 42  
z dn. 28.05.2002

Niniejszym, zgodnie z art. 23 ust. 1 pkt 1 ustawy z 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2002 r., nr 101, poz. 926), wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach statutowych, marketingowych i informacyjnych przez podmioty wchodzące w skład Grupy Via Medica (Via Medica sp. jawna, „Via Medica sp. z o.o.” sp.k., VM Media sp. z o.o. VM Group sp.k.) z siedzibą w Gdańsku, ul. Świętokrzyska 73. Zgodnie zaś z ustawą z 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (Dz.U. z 2002 r., nr 144, poz. 1204) wyrażam zgodę na przesyłanie mi korespondencji drogą elektroniczną. Przystaję mi prawo wglądu do moich danych osobowych i ich poprawiania. Dane zostały podane dobrowolnie.

.....  
Czytelny podpis

**Via Medica**  
**ul. Świętokrzyska 73**  
**80–180 Gdańsk**  
**Quiz FZM 2/2012**

**Karta odpowiedzi na pytania  
Quizu edukacyjnego z numeru 3/2012  
„Forum Zaburzeń Metabolicznych”**

— **Uwaga!**  
Odpowiedzi należy zaznaczać poprzez zamalowanie właściwego pola czarnym lub granatowym długopisem: ●  
Wszelkie inne znaki są niedozwolone i mogą powodować nieuznanie odpowiedzi.  
Tylko jedna odpowiedź jest prawidłowa.  
Termin nadsyłania odpowiedzi na pytania: do 30.12.2012 r. Decyduje data stempla pocztowego.

- |    |                       |                       |                       |                       |
|----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 6  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 7  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 8  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 9  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 10 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

5. **Dieta oparta na niskim indeksie glikemicznym:**  
A. sprzyja powstawaniu cukrzycy typu 2  
B. wpływa na otyłość  
C. sprzyja w redukcji masy ciała  
D. nie ma wpływu na glikemię poposiłkową
6. **Indeks glikemiczny to:**  
A. stosunek stężenia glukozy we krwi po spożyciu pokarmu testowanego, do stężenia glukozy po spożyciu produktu referencyjnego, którym jest roztwór czystej glukozy  
B. 10 g cukrów przyswajalnych z produktu podnoszących poziom cukru we krwi od 30–50 mg%  
C. iloraz IG i zawartości węglowodanów przyswajalnych, w porcji badanego produktu  
D. brak poprawnej odpowiedzi
7. **Dieta ubogopurynowa nie eliminuje:**  
A. drożdży  
B. mięsa wołowego  
C. jaj  
D. kawy
8. **Do napojów niedozwolonych w diecie chorego na dnę moczanową należy:**  
A. kawa zbożowa  
B. kakao  
C. woda z cytryną  
D. mleko

9. **Przesiewowe badania laboratoryjne oceniające profil lipidowy powinny się przeprowadzać u osób:**  
A. z przewlekłą autoimmunologiczną chorobą zapalną  
B. z dodatnim wywiadem kierunku nikotynizmu  
C. BMI  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>  
D. odpowiedzi A, B, C są prawdziwe
10. **Zwiększone ryzyko powikłań w otyłości brzusznej obserwowane jest przy obwodzie pasa:**  
A. > 78 cm dla kobiet i 90 cm dla mężczyzn  
B. > 80 cm dla kobiet i 90 cm dla mężczyzn  
C. > 80 cm dla kobiet i 94 cm dla mężczyzn  
D. > 82 cm dla kobiet i 94 cm dla mężczyzn

**Poprawne odpowiedzi do Quizu edukacyjnego z numeru 2/2012:**

1C, 2B, 3C, 4C, 5D, 6D, 7C, 8A, 9C, 10B