

This question paper contains 7 printed pages]

Your Roll No.

1288

B.A. (Prog.)/III

C

APPLICATION COURSE

NUTRITION AND HEALTH EDUCATION

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 75

(Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper)

Note :— Answers may be written *either* in English *or* in Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

टिप्पणी :— इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिन्दी किसी एक भाषा में दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

Attempt *five* questions in all, including

Question No. 1 which is compulsory.

कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

1. (a) State true *or* false :

(i) Deficiency of sodium causes hypertension.

P.T.O.

- (ii) Calcium is required for blood coagulation.
- (iii) Refined cereals are rich source of dietary fibre.
- (iv) Iodine is required for synthesis of thyroid hormone.
- (v) Vitamin C is destroyed by heating. 5

(b) Answer any *five* of the following briefly :

- (i) Advantages of cooking
- (ii) BMI
- (iii) Classification of hypertension
- (iv) Oral rehydration therapy
- (v) Functions of vitamin B₁₂
- (vi) Alcoholism
- (vii) Causes of constipation
- (viii) Physiological changes in pregnant woman. 5×2=10

(अ) सही या गलत बताइए :

- (i) उच्च रक्तचाप का कारण सोडियम की कमी होता है।
- (ii) रक्त का थक्का जमाने के लिए कैल्सियम की आवश्यकता होती है।
- (iii) परिष्कृत अनाज आहारिय फोक का अच्छा साधन है।
- (iv) थायराइड हॉर्मोन के संश्लेषण के लिए आयोडीन की आवश्यकता होती है।
- (v) गर्म करने पर विटामिन सी नष्ट हो जाता है।

(ब) किन्हीं पाँच का संक्षिप्त वर्णन कीजिए :

- (i) भोजन पकाने के लाभ
- (ii) बी. एम. आई.
- (iii) उच्च रक्तचाप का वर्गीकरण
- (iv) मौखिक पुनर्जलीकरण चिकित्सा

(v) विटामिन B₂ के कार्य

(vi) भ्रष्टपान

(vii) कब्ज के कारण

(viii) गर्भवती स्त्री में शारीरिक परिवर्तन।

2. (a) Discuss in detail symptoms, prevention and treatment of iodine deficiency disorders. 10

(b) What important factors you will take care during weaning ? 5

(अ) आयोडीन की कमी से उत्पन्न होने वाली विसंगतियों के लक्षण, बचाव और उपचार के विषय में विस्तारपूर्वक लिखिये।

(ब) वीनिंग के समय आप किन मुख्य बातों का ध्यान रखोगे ?

3. (a) Discuss the ways to enhance the nutritive value of food. 10

(b) What are the sources and functions of vitamin E. 5

- (अ) खाद्य पदार्थों में पौष्टिकता बढ़ाने के लिए विभिन्न तकनीकों का वर्णन कीजिए।
- (ब) विटामिन ई के स्रोत तथा कार्य लिखिये।
4. (a) What are the physiological changes in old age ? Discuss the nutritional needs during old age. 10
- (b) Write about factors that lead to obesity. 5
- (अ) वृद्धावस्था में कौन-कौनसे शारीरिक परिवर्तन होते हैं ? वृद्धावस्था में पोषण सम्बन्धी आवश्यकताओं का विवेचन कीजिए।
- (ब) मोटापे के विभिन्न कारणों के विषय में लिखिये।
5. (a) What are various methods of purification of water at household level. ? 10
- (b) Discuss prevention and treatment of iron deficiency anaemia. 5

(अ) घरेलू स्तर पर पानी के शुद्धिकरण की विभिन्न विधियों का वर्णन कीजिए।

(ब) लोहे की कमी से उत्पन्न अनीमिया का बचाव व उपचार लिखिए।

6. (a) A person is having random plasma glucose level more than 200 mg/dl. Write the name of the disease he is suffering and also discuss the dietary changes to be made in his diet for this disease. 10

(b) Suggest some beneficial tips to get relief from cold and cough. 5

(अ) एक व्यक्ति का किसी भी समय नापे गये रक्त में ग्लूकोज का स्तर 200 mg/dl से अधिक है। यह व्यक्ति किस बीमारी से पीड़ित है ? ऐसे व्यक्ति के आहार में आप किस प्रकार के परिवर्तन करेंगे ?

(ब) जुकाम-खाँसी में स्वास्थ्य सुझाव क्या होने चाहिए ?

7. (a) Explain cooking methods based on frying. 5
- (b) What are causes and symptoms of AIDS ? 5
- (c) What is the role of calcium in the body ? 5
- (अ) विभिन्न प्रकार की तलने की विधियाँ लिखिये।
- (ब) एड्स के कारण और लक्षण लिखिये।
- (स) कैल्सियम की हमारे शरीर में क्या भूमिका है ?
8. (a) What are various food groups ? Discuss in detail. 10
- (b) How can fluorosis be prevented ? 5
- (अ) विभिन्न खाद्य वर्ग कौनसे हैं ? विस्तारपूर्वक लिखिये।
- (ब) फ्लोरोसिस से बचाव किस प्रकार से हो सकता है ?