



महात्मा गाँधी चित्रकूट ग्रामोदय विश्वविद्यालय

चित्रकूट, जिला-सतना (म.प्र.) 485334

मुख्यमंत्री सामुदायिक नेतृत्व क्षमता विकास कार्यक्रम

उत्तरपुस्तिका 2020-21

परीक्षक के प्रयोग हेतु				केन्द्राध्यक्ष की रबर मोहर
प्रश्नसं०	प्राप्तांक			परीक्षार्थी द्वारा भरा जाए To be filled by the Candidate
	अ	ब	स	
1.				Year
2.				Paper.....
3.			
4.				Roll No./ Enrolment No./REGN. No.
5.			
6.			
7.				(in Words).....
8.			
9.				Date of Examination.....
10.				Day of Examination
योग				Entries Checked and Verified
कुल योग (अंको में)				(Full Name and Signature of Centre Incharge)
शब्दों में				
.....				
परीक्षक के पूर्ण हस्ताक्षर				

(परीक्षार्थी उत्तर पुस्तिका के पृष्ठ भाग पर दिये गये निर्देशों को पढ़ें तथा अवश्य पालन करें)

समाजकार्य स्नातक (सामुदायिक नेतृत्व) परीक्षा 2020–21

प्रमाणपत्र स्तर (Certificate Level)

विषय – पोषण एवं स्वास्थ्य देखभाल

(Nutrition and Health Care)

पूर्णांक आन्तरिक / अर्द्धवार्षिक परीक्षा— 20

पूर्णांक वार्षिक / वाह्य परीक्षा – 80

नोट—

- आन्तरिक, वाह्य एवं पूरक परीक्षा के परीक्षार्थियों के लिये एक ही प्रश्नपत्र है।
- आन्तरिक के 20 अंको हेतु निम्नलिखित प्रश्नों में से किन्हीं दो प्रश्नों का उत्तर देना है।
- बाह्य परीक्षा हेतु 80 अंको के लिये आन्तरिक परीक्षा के लिये चुने गये प्रश्नों को छोड़कर शेष में से किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर देना है।
- पूरक परीक्षा के परीक्षार्थी को भी इस प्रश्नपत्र के प्रश्नों में से आन्तरिक के लिये किन्हीं दो प्रश्नों एवं वाह्य के लिये किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर देना है।

1. पोषण, स्वास्थ्य बृद्धि एवं विकास का तात्पर्य बताते हुये इनके मध्य सम्बन्ध बताइये।
2. कुपोषण क्या है? कुपोषण के प्रकार एवं उसके दुष्परिणामों की विवेचना कीजिये।
3. पोषक तत्व किसे कहते हैं? मुख्य पोषक तत्व एवं उनके कमी से होने वाली बीमारियों का वर्णन कीजिये।
4. स्वास्थ्य सूचकांक कौन-कौन से हैं? मध्यप्रदेश के प्रमुख स्वास्थ्य एवं पोषण सूचकांकों को बताइए।
5. सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र क्या होते हैं? गर्भवती महिला के प्रसव पूर्व देखभाल को लिखिए?
6. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल की अवधारणा की विस्तृत विवेचना कीजिए।
7. संक्रमण की पहचान कैसे की जा सकती है? एड्स क्या है? समझाइए।
8. किशोरावस्था के समय लड़कियों में किन पोषक तत्वों की कमी पायी जाती है?
9. वृद्धि (ग्रोथ) क्या है? वृद्धि निगरानी के चरण कौन-कौन से हैं?
10. क्षय रोग क्या है एवं क्षय रोग को कैसे रोका जा सकता है?
11. पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा समुदाय को देना क्यों जरूरी है? किन साधनों की मदद से पोषण एवं स्वास्थ्य का संचालन बेहतर तरीके से किया जा सकता है?
12. समेकित बाल विकास योजना किसे कहते हैं? इसके उद्देश्यों को लिखिए।

13. खुजली क्या है? इसके कारण और निदान बताइए।
14. किशोरावस्था से आप क्या समझते हैं? विटामिन डी की कमी से होने वाले रोगों को बताइये।
15. आयोडीन की कमी से कौन-कौन से रोग हो सकते हैं?
16. कोविड-19 से आप क्या समझते हैं? विस्तार से लिखिये तथा टीकाकरण के लाभ भी बतायें?
17. साधारण जलने पर किये जाने वाले प्राथमिक उपचार लिखिये।
18. एच.आय.वी. क्या है? इसके संक्रमण से कौन सा रोग होता है।
19. यौन संक्रमण किसे कहते हैं? यौन संक्रमण के प्रकार एवं बचने के उपाय बताइए।
20. किशोरावस्था में व्यक्तिगत स्वच्छता का महत्व बताइए।
21. एनीमिया व आयरन की कमी के कारणों एवं उनसे बचाव को लिखिए।
22. वृद्धि निगरानी कैसे की जा सकती है? चरणों को लिखिए।
23. पोषक तत्व हमारे शरीर के लिये क्यों आवश्यक है, सभी पोषक तत्वों का संक्षेप में वर्णन कीजिए।
24. स्वास्थ्य क्या है ? स्वास्थ्य के लिये पोषण की उपयोगिता क्या है ?
25. सन्तुलित आहार क्या है? सन्तुलित आहार में कौन-कौन से पोषक तत्व का होना आवश्यक है ?
26. वृद्धि और विकास में अन्तर बताते हुये वृद्धि के विभिन्न चरणों को बतायें।
27. पोषण तत्वों की कमी से होने वाली प्रमुख बिमारियों के नाम, लक्षण एवं उनके निदान के उपाय बतायें।
28. पोषण से आप क्या समझते हैं? प्रमुख पोषक तत्वों को बताइये।
29. कुपोषण किसे कहते हैं? कुपोषण को दूर करने के लिये भोजन में किन तत्वों को लेना चाहिए।
30. संक्रमण से आप क्या समझते हैं? संक्रमण से होने वाली प्रमुख बीमारियों को बताइये।
31. पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा समुदाय को देना क्यों जरूरी है? संक्षेप में लिखिये।
32. वृद्धि को परिभाषित कीजिये। वृद्धि के विभिन्न चरणों को बताते हुये वृद्धि और विकास में अंतर बताइए।
33. गर्भवती महिला के लिये पर्याप्त आहार का महत्व बताइये।

- 34.सूखा रोक किसे कहते हैं? सूखा रोग के लक्षणों एवं उसके बचाव के उपाय को लिखिए।
- 35.समेकित बाल विकास सेवा स्कीम क्या है? विस्तृत वर्णन करें।
- 36.अटलबाल मिशन के उद्देश्य सविस्तार लिखिए।
- 37.किशोरावस्था में पोषण एवं स्वास्थ्य देखभाल कैसे किया जा सकता है।
- 38.प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल का तात्पर्य एवं इसके निर्मित शासकीय संगठनों को बताइए।
- 39.पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा क्या है? पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा देने का प्रभावी तरीका क्या है।
- 40.पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा के संचार के तरीके बतायें।