**UTTARAKHAND OPEN UNIVERSITY, HALDWANI (NAINITAL)**

# उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी (नैनीताल)

## डिप्लोमा जनस्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण (डी0पी0एच0सी0एन0-10)

## प्रथम छः माही सत्रीय कार्य

## जमा करने की अन्तिम तिथि: 15 जनवरी, 2011

कोर्स शीर्षक: उपचारात्मक पोषण कोर्स कोड: डी0पी0एच0सी0एन0-02

सत्र: 2010-11 अधिकतम अंक: 20

नोटः प्रश्न-पत्र में दो खण्ड हैं। खण्ड 'क' में 8 (आठ) लघु-उत्तरीय प्रश्न हैं। इन आठ प्रश्नों में से अभ्यर्थी को केवल चार प्रश्न हल करने हैं। प्रत्येक प्रश्न 2.5 (ढाई) अंको का है। इस प्रकार खण्ड 'क' के लिए कुल 10 (दस) अंक निर्धारित हैं। खण्ड 'ब' में कुल 4 (चार) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 5 अंको का है तथा अभ्यर्थी को केवल दो प्रश्न हल करने हैं। इस प्रकार खण्ड 'ब' के लिए 10 अंक निर्धारित हैं।

## खण्ड 'क'

## लघु उत्तरीय प्रश्न

1. भारतीय वैज्ञानिकों के अनुसार किए गए भोज्य समूह का वर्गीकरण बताइए।
2. विभिन्न प्रकार के आहार की उदाहरण सहित व्ययख्या कीजिए।
3. शैशवावस्था में विभिन्न पोषक तत्वों की आवश्यकता की व्याख्या कीजिए। माँ का दूध शिशु के लिए किन कारणों से सर्वाधिक लाभकारी है।
4. कब्ज के प्रकार तथा लक्षणों पर प्रकाश डालिए।
5. पैप्टिक अल्सर के आहारीय उपचार की व्याख्या कर रोगी के लिए एक दिन की आदर्श आहार तालिका बनाइए।
6. मधुमेह के प्रकार तथा लक्षण बताइए।
7. अपने क्षेत्र के खाद्य पदार्थों का उपयोग कर एक वयस्क मधुमेह तथा हृदय रोगी हेतु एक दिन की आदर्श आहार तालिका बनाइए।
8. हृदय रोगों के लिए कौन से विभिन्न कारक उत्तरदायी हैं।

## खण्ड 'ब'

## दीर्घ उत्तरीय प्रश्न

1. प्रौढ़ों के लिए पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता बताते हुए अधिक, मध्यम तथा कम क्रियाशील महिला और पुरुष की आहार तालिका बनाइए।

2. सभी प्रकार के यकृत विकारों की विस्तृत जानकारी देकर प्रत्येक का आहारीय उपचार बताइए।

3. एथेरेस्कलोरोसिस (Atheroscelerosis) की प्रक्रिया को विस्तार पूर्वक बताइए। कम सोडियम आहार का हृदय रोगों में क्या कार्य है

4. मोटापे के मापन हेतु इस्तेमाल होने वाले विभिन्न तरीके कौन से हैं मोटापे में वर्जित, सीमित तथा प्रचुर मात्रा में लिए जाने वाले खाद्य पदार्थों की सूची बनाइए।