



BIOLOGY

NCERT - NCERT जीवविज्ञान(HINDI)

हम बीमार क्यों होते है

अभ्यास

1. पिछले एक वर्ष में आप कितनी बार बीमार हुए? बीमारी क्या थी?
 - a. इन बीमारियों को हटाने के लिए आप अपनी दिनचर्या में

क्या परिवर्तन करेंगे?

b. इन बीमारियों से बचने के लिए आप अपने पास-पड़ोस में क्या परिवर्तन करना चाहेंगे?

 वीडियो उत्तर देखें

2. डॉक्टर/नर्स/स्वास्थ्य कर्मचारी अन्य व्यक्तियों की अपेक्षा रोगियों के संपर्क में अधिक रहते हैं। पता करो कि वे अपने-आपको बीमार होने से कैसे बचाते हैं?

 वीडियो उत्तर देखें

3. अपने पास-पड़ोस में एक सर्वेक्षण कीजिए तथा पता लगाइए कि सामान्यतः कौन-सी तीन बीमारियां होती हैं? इन बीमारियों को फैलने से रोकने के लिए अपने स्थानीय प्रशासन को तीन सुझाव दीजिए।



वीडियो उत्तर देखें

4. एक बच्चा अपनी बीमारी के विषय में नहीं बता पा रहा है ।

हम कैसे पता करेंगे कि

a. बच्चा बीमार है?

b. उसे कौन-सी बीमारी है?





[वीडियो उत्तर देखें](#)

5. निम्नलिखित किन परिस्थितियों में कोई व्यक्ति पुनः बीमार हो सकता है? क्यों?

- a. जब वह मलेरिया से ठीक हो रहा है।
- b. वह मलेरिया से ठीक हो चुका है और वह चेचक के रोगी की सेवा कर रहा है।
- c. मलेरिया से ठीक होने के बाद चार दिन उपवास करता है और चेचक के रोगी की सेवा कर रहा है?



[वीडियो उत्तर देखें](#)

6. निम्नलिखित में से किन परिस्थितियों में आप बीमार हो सकते हैं? क्यों?

a. जब आपकी परीक्षा का समय है?

b. जब आप बस तथा रेलगाड़ी में दो दिन तक यात्रा कर चुके हैं?

c. जब आप का मित्र खसरा से पीड़ित है।



[वीडियो उत्तर देखें](#)

7. यदि आप किसी एक संक्रामक रोग के टीके की खोज कर सकते हो तो आप किसको चुनते हैं?

a स्वयं को ?

b. अपने क्षेत्र में फैले एक सामान्य रोग की । क्यों?

 वीडियो उत्तर देखें

प्रश्न

1. अच्छे स्वास्थ्य की दो आवश्यक स्थितियां बताइए।

 वीडियो उत्तर देखें

2. रोगमुक्ति की कोई दो आवश्यक परिस्थितियां बताइए।



[वीडियो उत्तर देखें](#)

3. ऐसे तीन कारण लिखिए जिससे आप सोचते हैं कि बीमार हैं तथा चिकित्सक के पास जाना चाहते हैं। यदि इनमें से एक भी लक्षण हो तो क्या आप फिर भी चिकित्सक के पास जाना चाहेंगे? क्यों अथवा क्यों नहीं?



[वीडियो उत्तर देखें](#)

4. निम्नलिखित में से किसके लंबे समय तक रहने के कारण आप समझते हैं कि आपके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ेगा।

तथा क्यों?

यदि आप पीलिया रोग से ग्रस्त हैं।

यदि आपके शरीर पर जूं है।

यदि आप मुंहासों से ग्रस्त हैं।



वीडियो उत्तर देखें

5. जब आप बीमार होते हैं तो आपको सुपाच्य तथा पोषण युक्त भोजन करने का परामर्श क्यों दिया जाता है?



वीडियो उत्तर देखें

6. संक्रामक रोग फैलने की विभिन्न विधियां कौन-कौन सी हैं?

 वीडियो उत्तर देखें

7. संक्रामक रोगों को फैलने से रोकने के लिए आपके विद्यालय में कौन-कौन सी सावधानियां आवश्यक हैं?

 वीडियो उत्तर देखें

8. प्रतिरक्षीकरण क्या है?



[वीडियो उत्तर देखें](#)

9. आपके पास में स्थित स्वास्थ्य केंद्र में टीकाकरण के कौन-से कार्यक्रम उपलब्ध हैं? आपके क्षेत्र में कौन-कौन सी स्वास्थ्य संबंधी मुख्य समस्या है?



[वीडियो उत्तर देखें](#)