



BIOLOGY

BOOKS - CHAAYA PRAKASHINI (BENGALI)

মানুষের খাদ্য

Example

1. খাদ্য কাকে বলে?



Watch Video Solution

2. আমরা খাদ্য গ্রহণ করি কেন?



[Watch Video Solution](#)

3. অনাক্রম্যতা কাকে বলে?



[Watch Video Solution](#)

4. সারাদিন টিফিন না খেয়ে থাকলে, সকালে না খেয়ে

স্কুলে এলে তোমার কেমন লাগে? শরীরে কি জোর পাও?



Watch Video Solution

5. খাদ্যের গুরুত্বপূর্ণ উপাদানগুলির নাম লেখো।



Watch Video Solution

6. বিভিন্ন কার্বোহাইড্রেট-জাতীয় খাদ্যের শ্রেণিবিভাগ করো
এবং উদাহরণ দাও।



Watch Video Solution

7. কার্বোহাইড্রেট বা শর্করা কাকে বলে?



Watch Video Solution

8. কার্বোহাইড্রেট বা শর্করা-জাতীয় খাদ্যের উৎস কী?



Watch Video Solution

9. কার্বোহাইড্রেট বা শর্করার গুরুত্বপূর্ণ কাজগুলি লেখো।



Watch Video Solution

10. শর্করা-জাতীয় খাদ্যের পুষ্টিগত গুরুত্ব লেখো।



Watch Video Solution

11. গ্লুকোজ কী? দেহের কাজে এর ভূমিকা কী তা লেখো।



Watch Video Solution

12. কার্বোহাইড্রেট-জাতীয় খাবারের সবথেকে ছোট কণার নাম কী? এই কণার সঙ্গে বায়ুমন্ডলের কোন্ গ্যাস যুক্ত হলে শক্তি উৎপন্ন হয়?



[Watch Video Solution](#)

13. শর্করা বা কার্বোহাইড্রেট-জাতীয় খাদ্য গ্রহণের ফলে
সৃষ্ট সমস্যা লেখো।



[Watch Video Solution](#)

14. মধুমেহ বা ডায়াবেটিস কী?



[Watch Video Solution](#)

15. ডায়াবেটিস বা মধুমেহ রোগ সৃষ্টি হয় কেন?



[Watch Video Solution](#)

16. ডায়াবেটিস মেলিটাস বা মধুমেহ রোগ কীভাবে হয়?

এই রোগে মানুষের শরীরের কোন্ কোন্ অঙ্গ ক্ষতিগ্রস্ত

হয়?



[Watch Video Solution](#)

17. কখনো-কখনো শিশু বা বয়স্ক ব্যক্তির দুগ্ধজাত খাদ্য খেলে অসুবিধা হয় কেন?



[Watch Video Solution](#)

18. প্রোটিন কাকে বলে?



[Watch Video Solution](#)

19. প্রোটিনের পুষ্টিগত গুরুত্ব লেখো।



[Watch Video Solution](#)

20. মানবদেহে প্রোটিনের কাজগুলি লেখো।



Watch Video Solution

21. প্রোটিন জাতীয় খাদ্যের উৎস কী?



Watch Video Solution

22. প্রোটিন বাঁচোয়া খাদ্য কাকে বলে? উদাহরণ দাও।



Watch Video Solution

23. স্নেহপদার্থ বা লিপিড কাকে বলে?



Watch Video Solution

24. লিপিড বা স্নেহপদার্থের উৎস কী?



Watch Video Solution

25. লিপিডের পুষ্টিগত গুরুত্ব উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

26. পার্থক্য লেখো : প্রোটিন ও লিপিড।



[Watch Video Solution](#)

27. চামড়ার নীচে লিপির স্তরের উপস্থিতি প্রয়োজনীয়তাকী?



[Watch Video Solution](#)

28. ব্যক্তির দেহে শক্তির উৎস হল --

A. বায়ু

B. খাদ্য

C. জল

D. ভিটামিন

Answer:



Watch Video Solution

29. কোনো ব্যক্তি রাতে কম দেখে যে খাদ্য উপাদানের
অভাবে সেটি হল --

A. ভিটামিন

B. শর্করা

C. খনিজ মৌল

D. প্রোটিন

Answer:



Watch Video Solution

30. ব্যক্তির চোখের কোণ ফ্যাকাশে হয় যে উপাদানের

অভাবে সেটি হল --

A. ভিটামিন

B. খনিজ মৌল

C. শর্করা

D. প্রোটিন

Answer:



Watch Video Solution

31. কোনো ব্যক্তির ঠোঁটের কোণে ও জিভে ঘা হয়, যে খাদ্য উপাদানের অভাবে, সেটি হল --

A. ভিটামিন

B. খনিজ মৌল

C. খাদ্যতন্তু

D. জল

Answer:



Watch Video Solution

32. খাদ্যের কোন্ উপাদানের অভাবে ব্যক্তির মাড়ি ফোলে
ও তা থেকে রক্ত পড়ে?

A. ভিটামিন

B. খনিজ মৌল

C. লিপিড

D. জল

Answer:



Watch Video Solution

33. কোনো ব্যক্তির প্রায়ই হাড় ভেঙে যায় যে খাদ্য উপাদানের অভাবে সেটি হল --

A. ভিটামিন

B. খনিজ মৌল

C. জল

D. লিপিড

Answer:



Watch Video Solution

34. চালে প্রধানত যে খাদ্য উপাদান থাকে, সেটি হল --

A. শর্করা

B. প্রোটিন

C. ফ্যাট

D. ভিটামিন

Answer:



Watch Video Solution

35. ডালে বেশি থাকে --

A. লিপিড

B. প্রোটিন

C. ভিটামিন

D. খনিজ মৌল

Answer:



Watch Video Solution

36. ভিটামিন ও খনিজ মৌল যথেষ্ট পরিমাণে থাকে --

A. ফলে

B. মাশরুমে

C. তেলে

D. মুড়িতে

Answer:



Watch Video Solution

37. শৰ্কৰা-জাতীয় খাদ্যৰ প্ৰধান উৎস হ'ল --

A. ভাত

B. মাছ

C. মাংস

D. মাখন

Answer:



Watch Video Solution

38. রাজমাতে প্রধান খাদ্য উপাদান হল --

A. শর্করা

B. লিপিড

C. প্রোটিন

D. খনিজ মৌল

Answer:



Watch Video Solution

39. আমলকী, আটা, গাজর, টমেটোতে উপস্থিত প্রধান খাদ্য উপাদান হল --

A. খনিজ মৌল

B. ভিটামিন

C. লিপিড

D. প্রোটিন

Answer:



40. দুধ, নুন, চাল, গুড়, ডাঁটাশাকে প্রধান খাদ্য উপাদান হিসেবে উপস্থিত থাকে --

A. ভিটামিন

B. লিপিড

C. জল

D. খনিজ মৌল

Answer:



41. मिष्टि-जातीय खाद्यवस्तु हल --

A. मटर ॐ मूग

B. चाल ॐ गम

C. आख ॐ मधु

D. बिट ॐ आलू

Answer:



Watch Video Solution

42. দানাশস্য-জাতীয় খাদ্য হল --

A. আম ও আঙ্গুর

B. চাল ও গম

C. বিট ও গাজর

D. মসুর ও মুগ

Answer:



Watch Video Solution

43. শর্করা-জাতীয় খাদ্য নয় --

A. রুটি

B. মাখন

C. দুধ

D. মেটে

Answer:



Watch Video Solution

44. ডায়াবেটিস রোগীদের খাদ্য তালিকায় যে খাদ্য উপাদান কম পরিমাণে থাকা উচিত --

A. প্রোটিন

B. ভিটামিন

C. জল

D. শর্করা

Answer:



Watch Video Solution

45. অস্থি, টেনডন, লিগামেন্টে উপস্থিত কোলাজেন
প্রস্তুতি একপ্রকার--

A. শর্করা

B. প্রোটিন

C. স্নেহপদার্থ

D. ভিটামিন

Answer:



Watch Video Solution

46. প্রোটিনের প্রধান উপাদান হল --

A. কার্বন

B. নাইট্রোজেন

C. হাইড্রোজেন

D. অক্সিজেন

Answer:



Watch Video Solution

47. চুল, নখ, পেশির অপরিহার্য উপাদান হল --

A. কার্বোহাইড্রেট

B. খনিজ মৌল

C. প্রোটিন

D. লিপিড

Answer:



Watch Video Solution

48. পেশিতে যে প্রোটিন থাকে, তা হল --

A. গ্লোবিউলিন

B. কোলাজেন

C. অ্যাকটিন

D. ফাইব্রিনোজেন

Answer:



Watch Video Solution

49. লোহিত রক্তকণিকায় যে প্রোটিন উপস্থিত, তা হল --

A. গ্লোবিউলিন

B. ফাইব্রিনোজেন

C. হিমোগ্লোবিন

D. মায়োসিন

Answer:



Watch Video Solution

50. নীচের যে অঙ্গে কোলাজেন প্রোটিন থাকে না সেটি হল --

A. অস্থি

B. টেনডন

C. পেশি

D. লিগামেন্ট

Answer:



Watch Video Solution

51. দেহগঠনের জন্য যে প্রধানত যে-প্রকার খাদ্য উপাদানের দ্বারা সম্পন্ন হয় তা হল --

A. প্রোটিন

B. রাফেজ

C. ভিটামিন

D. জল

Answer:



Watch Video Solution

52. খাদ্যের নিম্নলিখিত কোন্ উপাদানটি শক্তি সরবরাহ করে?

- A. কার্বোহাইড্রেট
- B. ভিটামিন
- C. জল
- D. খনিজ মৌল

Answer:



Watch Video Solution

53. প্রোটিন-জাতীয় খাদ্যের উৎস হল --

A. ঘি

B. মাখন

C. মাছ

D. চাল

Answer:



Watch Video Solution

54. যেটি থেকে আমরা বেশি শক্তি পেয়ে থাকে সেটি হল

--

A. শর্করা

B. প্রোটিন

C. ফ্যাট

D. ভিটামিন

Answer:



55. চামড়ার নীচের যে মোটা স্তর শীতের হাত থেকে প্রাণীদের রক্ষা করে, তা হল --

- A. লিপিড
- B. কার্বোহাইড্রেট
- C. প্রোটিন
- D. খাদ্যতন্তু

Answer:



56. নীচের কোনটি ফ্যাট-জাতীয় খাদ্যের প্রধান উৎস?

A. পালং শাক

B. গম

C. মসুর ডাল

D. ঘি

Answer:



Watch Video Solution

57. কাজুবাদামে যে খাদ্য উপাদান বেশি পরিমাণে থাকে

তা হল --

A. উদ্বিজ্জ রাসায়নিক

B. খাদ্যতন্তু

C. ফ্যাট

D.

Answer:



Watch Video Solution

58. দেহেৰে যে অঙ্গটি অতিৰিক্ত পৰিমাণে লিপিড সঞ্চিত হলে ক্ষতিগ্রস্ত হয়, সেটি হল --

A. হৃদপিণ্ড

B. ত্বক

C. অস্থি

D. কিডনি

Answer:



Watch Video Solution

59. তোমার দেহে শক্তির উৎস কী?



Watch Video Solution

60. রোগ জীবাণুর আক্রমণ ঠেকানো বা তাদের মারার শক্তি কী থেকে আসে?



Watch Video Solution

61. রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বা অনাক্রম্যতা বাড়াতে গেলে কী করা উচিত?



Watch Video Solution

62. সারাদিনে নানা কাজ করার জন্য কীসের প্রয়োজন?



[Watch Video Solution](#)

63. নানা রোগ সমস্যার হাত থেকে বাঁচতে গেলে কীসের প্রয়োজন?



[Watch Video Solution](#)

64. খাদ্যে কোন্ উপাদানের ঘাটতি থাকলে মাড়ি থেকে রক্তক্ষরণ হয়?



Watch Video Solution

65. মাসরুমে কোন্ খাদ্য উপাদানটি বেশি ও কোনটি কম আছে?



Watch Video Solution

66. খাদ্যের মূল উপাদানগুলি কী কী?



[Watch Video Solution](#)

67. কোন্ কোন্ খাদ্য সামগ্রী থেকে শর্করা পাওয়া যায়?



[Watch Video Solution](#)

68. দুধে পাওয়া যায় এমন কয়েকটি উপাদানের নাম
লেখো।



[Watch Video Solution](#)

69. গমে পাওয়া যায় এমন কয়েকটি খাদ্য উপাদানের নাম
লেখো।



Watch Video Solution

70. আমলকীতে পাওয়া যায় এমন কয়েকটি উপাদানের
নাম লেখো।



Watch Video Solution

71. আপেলে কোন্ কোন্ খাদ্য উপাদান থাকতে পারে?



[Watch Video Solution](#)

72. মাছে কোন্ কোন্ খাদ্য উপাদান থাকতে পারে?



[Watch Video Solution](#)

73. স্বেতসার ভেঙ্গে কোন শর্করা তৈরি হয়?



[Watch Video Solution](#)

74. হাত পায়ের পেশি কী কাজ করে?



[Watch Video Solution](#)

75. लदपिणु की काज करे?



[Watch Video Solution](#)

76. फुसफुस की काज करे?



[Watch Video Solution](#)

77. ग्यास्त्रोहिनटेस्त्राहिनल ट्र्याक्टेर की काज करे?



[Watch Video Solution](#)

78. শ্বেতসার-জাতীয় খাদ্য হজম হওয়ার পর কোন্ সরল
রূপে পরিণত হয়?



[Watch Video Solution](#)

79. কার্বোহাইড্রেট আধিক্যের ফলগুলি কী কী?



[Watch Video Solution](#)

80. কীভাবে ডায়াবেটিস বা মধুমেহ রোগের প্রতিকার সম্ভব?



Watch Video Solution

81. মানুষের দেহগঠনে সহায়ক একটি খাদ্য উপাদানের নাম লেখো।



Watch Video Solution

82. মানুষের পেশীতে কী ধরনের প্রোটিন থাকে?



Watch Video Solution

83. কেরাটিন ও অ্যাকাটিন প্রোটিন দেহের কোন্ অংশে দেখা যায়?



Watch Video Solution

84. লোহিত রক্তকণিকায় থাকা একটি প্রোটিনের নাম লেখো।



Watch Video Solution

85. আমাদের দেহের লিগামেন্ট ও টেনডন কোন্ প্রোটিন দিয়ে তৈরি হয়?



Watch Video Solution

86. রক্তের প্লাজমাতে থাকে এমন দুটি প্রোটিনের নাম লেখো।



Watch Video Solution

87. উৎস অনুযায়ী প্রোটিন কতপ্রকার ও কী কী?





Watch Video Solution

88. একজন নিরামিষাশী ব্যক্তিকে উপযুক্ত পরিমাণ প্রোটিন গ্রহণ করার জন্য তুমি কোন্ কোন্ খাদ্যের নাম বলবে?



Watch Video Solution

89. প্রোটিন কোন্ কোন্ উদ্ভিজ্জ উৎস থেকে পাওয়া যায় ?



Watch Video Solution

90. লিপিড মানবদেহের কোন্ কোন্ অংশে জমা হয়?



[Watch Video Solution](#)

91. উৎস অনুযায়ী লিপিড-এর শ্রেণিবিভাগ করো।



[Watch Video Solution](#)

92. উদ্ভিজ্জ লিপিড-জাতীয় খাদ্যের একটি উদাহরণ দাও।



[Watch Video Solution](#)

93. শূন্যস্থান পূরণ করো : মানবদেহে শক্তির উৎস হল

_____।



Watch Video Solution

94. শূন্যস্থান পূরণ করো : দেহের রোগ প্রতিরোধ

ক্ষমতাকে _____ বলে।



Watch Video Solution

95. শূন্যস্থান পূরণ করো : _____ খাবার খেলে

মানুষের শরীরে জীবাণুর প্রভাব কম হয়।



Watch Video Solution

96. শূন্যস্থান পূরণ করো : আলু হলো কান্ড ও _____

জাতীয় খাদ্য।



Watch Video Solution

97. শূন্যস্থান পূরণ করো : _____ হল কার্বোহাইড্রেটের
সরলতম রূপ।



Watch Video Solution

98. শূন্যস্থান পূরণ করো : অনেক _____ অনু জুড়ে
শ্বেতসার তৈরি হয়।



Watch Video Solution

99. শূন্যস্থান পূরণ করো : সুস্থ স্বাভাবিক মানুষের
দেহকোশ শক্তির প্রধান উৎস হ'ল _____ |



Watch Video Solution

100. শূন্যস্থান পূরণ করো : কার্বোহাইড্রেট-জাতীয় খাবার
হজম হওয়ার পর যখন সবথেকে ছোট কণাতে পরিণত হয়,
তাকে বলে _____ |



Watch Video Solution

101. শূন্যস্থান পূরণ করো : গ্লুকোজ শরীরের সমস্ত অংশের সীমানায় পৌঁছে যায় _____ মাধ্যমে।



Watch Video Solution

102. শূন্যস্থান পূরণ করো : দুধে উপস্থিত শর্করাটি হল _____।



Watch Video Solution

103. শূন্যস্থান পূরণ করো : রক্তে শর্করার পরিমাণ বেড়ে গেলে _____ হতে পারে।



Watch Video Solution

104. শূন্যস্থান পূরণ করো : _____ -জাতীয় খাদ্য দেহে নাইট্রোজেন জোগান দেয়।



Watch Video Solution

105. শূন্যস্থান পূরণ করো : অতিরিক্ত _____ শরীরে

জমা হলে বাত, কিডনি স্টোন ও অন্যান্য সমস্যা সৃষ্টি হয়।



[Watch Video Solution](#)

106. শূন্যস্থান পূরণ করো : মানুষের দেহে _____ দিয়ে

তৈরি টেনডন ও লিগামেন্ট খুব শক্ত দড়ির মতো।



[Watch Video Solution](#)

107. শূন্যস্থান পূরণ করো : মুরগি বা হাঁসের ডিমের সাদা

অংশ _____ দ্বারা গঠিত।



Watch Video Solution

108. শূন্যস্থান পূরণ করো : চুলে ও নখে _____ প্রোটিন

থাকে।



Watch Video Solution

109. শূন্যস্থান পূরণ করো : মানুষের লোহিত রক্তকণিকায়

_____ নামক প্রোটিন থাকে।



Watch Video Solution

110. শূন্যস্থান পূরণ করো : হিমোগ্লোবিনে _____ থাকে।



Watch Video Solution

111. শূন্যস্থান পূরণ করো : _____ উপস্থিত

ফাইব্রিনোজেন কেটে যাওয়া জায়গা থেকে রক্ত পড়া বন্ধ

করে।



Watch Video Solution

112. শূন্যস্থান পূরণ করো : _____ -জাতীয়
খাদ্য দেহ থেকে তাপ বেরিয়ে যাওয়া কমিয়ে দেয়।



Watch Video Solution

113. শূন্যস্থান পূরণ করো : লিপিডের প্রধান কাজ হল
_____ উৎপাদন করা।



Watch Video Solution

114. শূন্যস্থান পূরণ করো : বনস্পতি হল এক প্রকার
উদ্ভিদ _____ |



Watch Video Solution

115. শূন্যস্থান পূরণ করো : শরীরে অতিরিক্ত _____
জমা হলে হৃদিপ্পণ্ড, রক্তনালী ও যকৃতের নানা সমস্যা
তৈরি হয়।



Watch Video Solution

116. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ঠিকমতো খাবার খেলে সুস্থ মানুষের শরীরে জীবাণুর সংক্রমণ কম প্রভাব করে।



Watch Video Solution

117. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : অনাক্রম্যতা হল শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা।



Watch Video Solution

118. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : শক্তি এবং রোগ প্রতিরোধক উপাদানের উৎস হল খাদ্য।



Watch Video Solution

119. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : একটি খাদ্য থেকে একাধিক খাদ্য উপাদান পাওয়া যেতে পারে।



Watch Video Solution

120. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : শর্করা হল একটি
দেহ সংরক্ষক খাদ্য।



Watch Video Solution

121. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : চিংড়ি ও কাঁকড়া
হলো শর্করা-জাতীয় খাদ্য।



Watch Video Solution

122. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : মাংসে কোনো কার্বোহাইড্রেট থাকে না।



Watch Video Solution

123. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : দেহে অতিরিক্ত প্রোটিন জমা হলে মধুমেহ দেখা দিতে পারে।



Watch Video Solution

124. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : শর্করা একটি
স্বাসবায়ু পরিবহনে সহায়ক খাদ্য উপাদান।



Watch Video Solution

125. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ল্যাকটোজ হল
একপ্রকার দুগ্ধ শর্করা।



Watch Video Solution

126. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : প্রোটিনের প্রধান কাজ হল দেহ নির্মাণ করা।



Watch Video Solution

127. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : শক্ত দড়ির মতো টেনডন ও লিগামেন্ট প্রোটিন দিয়ে তৈরি।



Watch Video Solution

128. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : কোলাজেন প্রোটিনটি রক্তের প্লাজমায় পাওয়া যায়।



Watch Video Solution

129. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : লোহিত রক্ত কণিকায় উপস্থিত প্রোটিনটি হল হিমোগ্লোবিন।



Watch Video Solution

130. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : রক্তের প্লাজমা অংশে অ্যাকটিন ও মায়েোসিন থাকে।



Watch Video Solution

131. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ডাল ও সয়াবিনে বেশি প্রোটিন ও কম শর্করা থাকে।



Watch Video Solution

132. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : লিপিড দেহকে বাইরের আঘাত থেকে রক্ষা করে।



Watch Video Solution

Exercise

1. ভিটামিন কাকে বলে?



Watch Video Solution

2. দ্রাব্যতার ভিত্তিতে ভিটামিনের শ্রেণিবিভাগ করো।



Watch Video Solution

3. ভিটামিনের দুটি বৈশিষ্ট্য লেখো।



Watch Video Solution

4. মানবদেহে ভিটামিন-এর গুরুত্ব কী?



Watch Video Solution

5. মানবদেহে ভিটামিন E-এর অভাবজনিত লক্ষণ উল্লেখ
করো।



Watch Video Solution

6. মানবদেহে ভিটামিন K-র অভাবে কী ঘটে?



Watch Video Solution

7. হাড়ের গঠন ঠিক রাখা কোন্‌ভিটামিনের কাজ?



Watch Video Solution

8. ভিটামিন A-র তিনটি উদ্ভিজ্জ ও একটি প্রাণীজ উৎসের নাম লেখো।



Watch Video Solution

9. ভিটামিন D-র একটি উদ্ভিজ্জ ও একটি প্রাণীজ উৎস লেখো।



Watch Video Solution

10. ভিটামিন E-র একটি উদ্ভিজ্জ ও একটি প্রাণীজ উৎস
লেখো।



[Watch Video Solution](#)

11. ভিটামিন K-র একটি উদ্ভিজ্জ ও একটি প্রাণীজ উৎস
লেখো।



[Watch Video Solution](#)

12. ভিটামিন B কোন্ কোন্ খাদ্যে পাওয়া যায়?



[Watch Video Solution](#)

13. ভিটামিন C কোন্ কোন্ খাদ্যে পাওয়া যায়?



[Watch Video Solution](#)

14. মাড়ি থেকে রক্ত পড়া কোন্ ভিটামিনের সঙ্গে সম্পর্কিত?



[Watch Video Solution](#)

15. ক্ষতস্থানে রক্ত সহজে জমাট না বাধা কোন্ ভিটামিনের সঙ্গে সম্পর্কিত?



[Watch Video Solution](#)

16. মুখেও জিভে ঘা কোন্ ভিটামিনের সঙ্গে সম্পর্কিত?



[Watch Video Solution](#)

17. রাতে দেখতে অসুবিধা কোন্ ভিটামিনের সঙ্গে সম্পর্কিত?



[Watch Video Solution](#)

18. মানবদেহে ভিটামিন C-এর কাজ লেখো।



[Watch Video Solution](#)

19. খাদ্যে খনিজ মৌলের প্রয়োজনীয়তা কী?



[Watch Video Solution](#)

20. উদ্ভিদ ও প্রাণীর কোথা থেকে খনিজ মৌল সংগ্রহ করে?



Watch Video Solution

21. ম্যাগনেসিয়াম-এর দুটি প্রয়োজনীয়তা লেখো।



Watch Video Solution

22. মানবদেহের সোডিয়ামের অভাব ঘটলে কী হয়?



Watch Video Solution

23. মানবদেহে ক্যালসিয়াম প্রয়োজনীয়তা উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

24. আয়োডিনের উৎস এবং অভাবজনিত রোগের নাম উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

25. মানবদেহে ফসফরাসের অভাব ঘটলে কী হয়?



[Watch Video Solution](#)

26. লোহার উদ্ভিজ্জ ও প্রাণীজ উৎস কী?



[Watch Video Solution](#)

27. সোডিয়ামের উদ্ভিজ্জ ও প্রাণীজ উৎস কী ?



[Watch Video Solution](#)

28. ক্যালসিয়াম, ফসফরাস ও জিংকের পানীয় বা খাদ্য উৎসগুলির নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

29. ভিটামিন ও খনিজ মৌল শক্তি উৎপাদন না করলেও দেহের পক্ষে অপরিহার্য কেন?



[Watch Video Solution](#)

30. একজন মানুষের ওজন 70 kg হলে দেহে জল থাকে প্রায় 45 kg | ওই পরিমাণ জলকে শতাংশের হিসাবে প্রকাশ করো।



Watch Video Solution

31. দেহে ব্যবহৃত জল আমরা কোথা থেকে পাই?



Watch Video Solution

32. কোন্ কোন্ অবস্থায় দেহে জলের চাহিদা বৃদ্ধি পায়?



[Watch Video Solution](#)

33. রক্তে নুনের পরিমাণ বৃদ্ধি পেলে কী কী শারীরিক সমস্যা দেখা দিতে পারে?



[Watch Video Solution](#)

34. কী ঘটতে পারে -- 'তুমি যদি পানীয় জলের পরিবর্তে সমুদ্রের জল ক্রমাগত পান করতে থাকো'?



[Watch Video Solution](#)

35. কী ঘটতে পারে -- 'তুমি যদি নুন মাখানো বিস্কুট, বাদাম বা কাঁচা আমের টুকরো খাও'?



[Watch Video Solution](#)

36. স্বপ্নার কাকিমা খাবার সময় বেশি নুন খান। ওনার রান্নায় প্রায়ই নুনের স্বাদ বেশি থাকে। ওনার রক্তচাপের সমস্যা আছে। ডাক্তারবাবু ওনাকে নুনের ব্যবহার কমাতে বলেছেন। কেন তাকে এমন পরামর্শ ডাক্তারবাবু দিলেন তা নিজের ভাষায় লেখো।



[Watch Video Solution](#)

37. খাদ্যতন্তু বা রাফেজ কী? এর কাজ কী?



Watch Video Solution

38. ফাইটোকেমিক্যালস বা উদ্ভিজ্জ রাসায়নিক কাকে বলে?



Watch Video Solution

39. ক্যারোটিনয়েডস কী? খাদ্যতন্তুযুক্ত একটি খাদ্যের নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

40. মানবদেহে উদ্ভিজ্জ রাসায়নিকের গুরুত্ব কী কী?



[Watch Video Solution](#)

41. ফাইটোকেমিক্যালস কী?



[Watch Video Solution](#)

42. কোন্ কোন্ খাদ্য উপাদানগুলি তোমাদের অবশ্যই খেতে হবে যদি তোমরা সুস্থ থাকতে চাও।



Watch Video Solution

43. আজ থেকে 500 বছর আগে ইউরোপের বিভিন্ন দেশে যে রোগটি খুব প্রচলিত ছিল তার নাম --

A. রিকেট

B. স্কার্ভি

C. অ্যানিমিয়া

D. গয়টার

Answer:



Watch Video Solution

44. এমন একটি খাদ্য উপাদান যা থেকে শক্তি পাওয়া যায় না তা হল --

A. কার্বোহাইড্রেট

B. প্রোটিন

C. লিপিড

D. ভিটামিন

Answer:



Watch Video Solution

45. জলে দ্রব্য ভিটামিন কোনগুলি?

A. A ও B

B. C ও D

C. A ও E

D. B ও C

Answer:



Watch Video Solution

46. একটি তেলে দ্রাব্য ভিটামিন হল --

A. ভিটামিন C

B. ভিটামিন B কমপ্লেক্স

C. ভিটামিন D

D. ভিটামিন C

Answer:



Watch Video Solution

47. কেটে যাওয়া জায়গা থেকে রক্ত পড়া বন্ধ করতে সাহায্য করে কোন্ ভিটামিন?

A. ভিটামিন A

B. ভিটামিন D

C. ভিটামিন E

D. ভিটামিন K

Answer:



48. ত্বক, হৃদপিণ্ড ও মস্তিষ্কের সক্রিয়তা বজায় রাখে --

A. ভিটামিন A

B. ভিটামিন D

C. ভিটামিন E

D. ভিটামিন K

Answer:



Watch Video Solution

49. কমলালেবু ও অন্যান্য টক-জাতীয় ফলে থাকে --

A. ভিটামিন A

B. ভিটামিন C

C. ভিটামিন D

D. ভিটামিন K

Answer:



Watch Video Solution

50. ভিটামিন A প্রচুর পরিমাণে পাওয়া যায় --

A. কড মাছে

B. রুই মাছে

C. কাতলা মাছে

D. টেংরা মাছে

Answer:



Watch Video Solution

51. ভিটামিন A-র উৎস --

A. বাঁধাকপি

B. মাংস

C. গাজর

D. আখ

Answer:



Watch Video Solution

52. ভিটামিন C -এর খাদ্য উৎস হল --

A. কাঁচা লঙ্কা

B. বাঁধাকপি

C. দানাশস্য

D. মুলো শাক

Answer:



Watch Video Solution

53. চামড়া কুচকে যায় যে ভিটামিনের অভাবে, সেটি হল

--

A. ভিটামিন A

B. ভিটামিন D

C. ভিটামিন E

D. ভিটামিন K

Answer:



Watch Video Solution

54. এদের মধ্যে যেটি ভিটামিন K -র একটি উত্তম উৎস --

A. প্রাণীর মেটে

B. সবুজ শাকসবজি

C. ডিম

D. মাছ

Answer:



Watch Video Solution

55. যে ভিটামিনটির অভাবে বেরিবেরি রোগ হয় সেটি হল

--

A. ভিটামিন B

B. ভিটামিন C

C. ভিটামিন D

D. ভিটামিন K

Answer:



Watch Video Solution

56. দাঁতের মধ্যে যে মৌলটি থাকে সেটি হল --

A. Mg

B. Na

C. Ca

D.

Answer:



Watch Video Solution

57. মানবদেহে মানসিক বৃদ্ধি ও বুদ্ধি নিয়ন্ত্রণ করে যে
খনিজ মৌল তা হল --

A. জিংক

B. ক্যালসিয়াম

C. আয়োডিন

D. ক্যালসিয়াম

Answer:



Watch Video Solution

58. লোহিত রক্তকণিকার হিমোগ্লোবিনের কাজে কোন্ ধাতুর আয়ন অপরিহার্য ?

A. জিংক

B. ক্যালসিয়াম

C. সোডিয়াম

D. আয়রন

Answer:



Watch Video Solution

59. 'রক্তাল্পতা' রোগ হয় যারা অভাবে?

A. আয়োডিন

B. সোডিয়াম

C. পটাশিয়াম

D. লোহা

Answer:



Watch Video Solution

60. কোষ্ঠ পরিক্কারে সাহায্য করে যে খাদ্য তা হল --

A. কার্বোহাইড্রেট

B. প্রোটিন

C. লিপিড

D. রাফেজ

Answer:



Watch Video Solution

61. এদের মধ্যে যে শর্করাটি মানবদেহের শক্তি জোগায় না কিন্তু কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করে, সেটি হল --

A. ফ্রুক্টোজ

B. স্টার্চ

C. সুক্রোজ

D. সেলুলোজ

Answer:



Watch Video Solution

62. একটি খাদ্যতন্তু-সমৃদ্ধ খাদ্য হল --

A. মধু

B. ডাঁটাশাক

C. দুধ

D. জল

Answer:



Watch Video Solution

63. একটি উদ্বিজ্ঞ রাসায়নিক হল --

A. ক্যারোটিনয়েড

B. রাইজয়েড

C. কেরাটিন

D. সেলুলোজ

Answer:



Watch Video Solution

64. ভিটামিন C সর্বাধিক থাকে --

A. পেপে

B. পেয়ারা

C. আমড়া

D. কমলা

Answer:



Watch Video Solution

65. নীচের যেটি মাংস বা ডিমের বদলে খাওয়া যেতে পারে

--

A. ডাল

B. সিম

C. মাশরুম ও সয়াবিন

D. ছোলা বা মটর

Answer:



Watch Video Solution

66. দুধ, ছানা আর হেলথ ড্রিংকের বদলে খাওয়া যেতে পারে --

A. ছাতুর শরবত

B. লেবুর জল

C. বেলের শরবত

D. চিনির জল

Answer:



Watch Video Solution

67. আয়রন টনিকের বদলে খাওয়া যেতে পারে --

A. নটে শাক

B. কাঁচা পেয়ারা

C. শজনে পাতা

D. কচু শাক

Answer:



Watch Video Solution

68. জাহাজের নাবিকদের স্কার্ভি রোগ হলে কোন্ ফল
খেতে দেওয়া হত?



Watch Video Solution

69. কে, কবে ভিটামিন আবিষ্কার করেন?



[Watch Video Solution](#)

70. ভিটামিন A-র কাজ লেখো।



[Watch Video Solution](#)

71. 'হাড়গুলি বাঁকা ও মেরুদণ্ড বেঁকে গেছে' -- এই অবস্থায়
তুমি কোন্ ভিটামিনের সাহায্য নেবে?



[Watch Video Solution](#)

72. কোন্ ভিটামিনের অভাবে ক্ষতস্থানে রক্ত জমাট বাঁধে না?



[Watch Video Solution](#)

73. কোন্ ভিটামিনের অভাবে রক্ততঞ্চন ঘটে না?



[Watch Video Solution](#)

74. একজন ব্যক্তির মাড়ি দিয়ে রক্ত পড়ে, তার দাঁত ও অস্থি ক্ষয়ে যাচ্ছে। তাকে কোন্ ভিটামিনযুক্ত খাদ্য খেতে উপদেশ দেবে ?



[Watch Video Solution](#)

75. দাঁত পড়ে যায় কোন্ ভিটামিনের অভাবে?



[Watch Video Solution](#)

76. ভিটামিন C-এর অভাবে আমাদের কী রোগ হয়?



[Watch Video Solution](#)

77. একজন ব্যক্তির ঠোঁট ফেটে গেছে, তুমি তাকে কোন্ ভিটামিন খাওয়ার পরামর্শ দেবে?



[Watch Video Solution](#)

78. চোখের নীচের ও নখ ফ্যাকাশে হয়ে যাওয়ার জন্য কোন্ ভিটামিন দায়ী?



[Watch Video Solution](#)

79. কোন্ ভিটামিনের অভাবে রক্তাল্পতা হয়?



Watch Video Solution

80. পাতলা পায়খানা, স্মৃতিভ্রংশ হওয়ার জন্য দায়ী কোন্ ভিটামিন?



Watch Video Solution

81. মানবদেহে প্রয়োজনীয় দুটি খনিজ মৌলের নাম লেখো।





[Watch Video Solution](#)

82. উদ্ভিদ কোথা থেকে খনিজ মৌল সংগ্রহ করে?



[Watch Video Solution](#)

83. প্রাণীরা কোথা থেকে খনিজ পদার্থগুলি সংগ্রহ করে?



[Watch Video Solution](#)

84. পেশীর সংকোচনে সাহায্যকারী একটি খনিজ উপাদানের নাম উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

85. কোন্ খনিজ মৌলের অভাবে পেশিতে টান ধরে?



Watch Video Solution

86. রক্ততঞ্চনে অংশগ্রহণকারী খনিজ মৌলটির নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

87. আমাদের শরীরের বেশিরভাগ ক্যালসিয়াম কোথায় থাকে?



[Watch Video Solution](#)

88. কোন্ খনিজ মৌল মানব দেহে অক্সিজেন পরিবহন করে?



[Watch Video Solution](#)

89. দাঁত ও হাড়ের গঠন মজবুত করে কোন্ খনিজ মৌল?



Watch Video Solution

90. কোন্ খনিজ মৌলের কারণে উচ্চ রক্তচাপের সৃষ্টি হতে পারে?



Watch Video Solution

91. খাদ্যে কোন্ উপাদানের অভাবে বারবার হাড় ভেঙে যায়?





[Watch Video Solution](#)

92. আয়োডিনের অভাবে ঘটে এমন দুটি রোগের নাম
লেখো।



[Watch Video Solution](#)

93. কোন্ খাদ্য উপাদানকে আমরা তরলরূপে গ্রহণ করি?



[Watch Video Solution](#)

94. তন্তুসমৃদ্ধ খাদ্য খেলে কী কী রোগ হওয়ার সম্ভাবনা কমে যায়?



Watch Video Solution

95. খাদ্যতন্তু কী ধরনের কার্বোহাইড্রেট?



Watch Video Solution

96. খাদ্যতন্তু পাওয়া যায় এমন একটি খাবারের নাম লেখো।



Watch Video Solution

97. রঙিন সবজি ও ফলের উপস্থিত রাসায়নিক যৌগের নাম লেখো।



Watch Video Solution

98. একটি উদ্ভিজ্জ রাসায়নিকের নাম লেখো।



Watch Video Solution

99. ফাইটোকেমিক্যাল পাওয়া যায় এমন দুটি খাদ্য উৎসের নাম লেখো।



Watch Video Solution

100. গাজর / কুমড়োতে ফাইটোকেমিক্যাল হিসাবে কী থাকে ?



Watch Video Solution

101. শর্করা এবং ভিটামিনের প্রধান পার্থক্যটি লেখো।



Watch Video Solution

102. শূন্যস্থান পূরণ করো : জলে গুলে যায় এমন ভিটামিন হল C এবং _____ |



Watch Video Solution

103. শূন্যস্থান পূরণ করো : মানুষের হাড়ে ক্যালসিয়ামকে জমা করার জন্য প্রয়োজন _____ |



Watch Video Solution

104. শূন্যস্থান পূরণ করো : ভিটামিন _____ কেটে
যাওয়া জায়গা থেকে রক্তপাত বন্ধ করতে ভূমিকা পালন
করে।



Watch Video Solution

105. শূন্যস্থান পূরণ করো : আমলকীতে _____ প্রচুর
আছে।



Watch Video Solution

106. শূন্যস্থান পূরণ করো : মানুষের শরীর গঠনের ক্ষেত্রে

-জাতীয় খাদ্য সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ।



[Watch Video Solution](#)

107. শূন্যস্থান পূরণ করো : যে ভিটামিন ক্যালসিয়াম

শোষণ করার জন্য দরকার, তা হল -----



[Watch Video Solution](#)

108. শূন্যস্থান পূরণ করো : ডাবের জলে প্রচুর পরিমাণে
_____ থাকে।



Watch Video Solution

109. শূন্যস্থান পূরণ করো : ক্যালসিয়াম, ফসফরাস
আমাদের _____ গঠনে বিশেষ ভূমিকা পালন করে।



Watch Video Solution

110. শূন্যস্থান পূরণ করো : কোনো কাটা জায়গা থেকে রক্ত বের হতে শুরু করলে রক্তকে জমাট বাঁধতে সাহায্য করে যে খনিজ মৌলটি, তার নাম _____।



Watch Video Solution

111. শূন্যস্থান পূরণ করো : আমাদের শরীরে _____ নামক খনিজ মৌলের অভাবে গলগন্ড বা গয়টার রোগ হয়।



Watch Video Solution

112. শূন্যস্থান পূরণ করো : অ্যানিমিয়া বা রক্তাল্পতা
রোগটি _____ নামক খনিজ মৌলের অভাবে ঘটে।



Watch Video Solution

113. শূন্যস্থান পূরণ করো : সামুদ্রিক মাছ হল
_____ -এর সর্বাধিক সমৃদ্ধ উৎস।



Watch Video Solution

114. শূন্যস্থান পূরণ করো : যে-কোনো জীবদেহ গঠনের একটি প্রধান উপাদান হল _____ ।



Watch Video Solution

115. শূন্যস্থান পূরণ করো : পাতলা পায়খানা হলে শরীরে _____ অভাব হয়।



Watch Video Solution

116. শূন্যস্থান পূরণ করো : একটি ফাইটোকেমিক্যাল বা উদ্ভিজ্জ রাসায়নিক হল _____।



Watch Video Solution

117. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ভিটামিন E জলে গুলে যায়।



Watch Video Solution

118. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : স্কার্ভি হল অস্থি বা হাড়ের রোগ।



Watch Video Solution

119. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ভিটামিন K-র অভাবে ক্ষতস্থানে রক্ত সহজে জমাট বাঁধে না।



Watch Video Solution

120. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ভিটামিন C-এর
অভাবে স্নায়ু দুর্বলতা দেখা যায়।



Watch Video Solution

121. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : আয়রন মানবদেহে
জলের পরিমাণ নির্দিষ্ট রাখে।



Watch Video Solution

122. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : জিংকের কাজ হল
মস্তিষ্কের গঠন ও রক্তে শর্করার পরিমাণ ঠিক রাখা।



Watch Video Solution

123. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : খনিজ মৌল থেকে
শক্তি পাওয়া যায়।



Watch Video Solution

124. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : দেহে আয়রন-এর
অভাবে গয়টার নামক রোগ হয়।



Watch Video Solution

125. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : সোডিয়াম দেহে
জলের পরিমাণ নির্দিষ্ট রাখে।



Watch Video Solution

126. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : একজন মানুষের দেহের ওজন 70 কেজি হলে, দেহে জল থাকে প্রায় 45 কেজি।



Watch Video Solution

127. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : খাদ্যনালীতে সহজে হজম করা যায় না এমন খাদ্যতন্তু মলের সাথে নির্গত হয়ে যায়।



Watch Video Solution

128. আয়রন সমৃদ্ধ খাবার কি কি?



Watch Video Solution

129. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : একমাত্র মানুষের দেহে খাদ্য তন্তু ভেঙে শক্তি উৎপন্ন হয়।



Watch Video Solution

130. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : খাদ্যতন্তু জলে গুলে যেতে পারে, আবার নাও পারে।





[Watch Video Solution](#)

131. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : চা, পাকা পেঁপেতে ফাইটোকেমিক্যাল থাকে।



[Watch Video Solution](#)

132. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : উদ্ভিজ্জ রাসায়নিক মানবদেহে খুব তাড়াতাড়ি বুড়ো হয়ে যাওয়াকে আটকায়।



[Watch Video Solution](#)

133. পুষ্টি কাকে বলে?



Watch Video Solution

134. অপুষ্টি কী?



Watch Video Solution

135. রক্তাল্পতা বলতে কী বোঝ? রক্তাল্পতা হওয়ার কারণ কী?



Watch Video Solution

136. অপুষ্টিতে ভুগতে থাকা শিশুদের খাদ্যতালিকায় কোন্ কোন্ উপাদান তুমি যোগ করবে?



Watch Video Solution

137. অপুষ্টির ফলে শিশুর দেহে কী কী উপসর্গ দেখা যায়?



Watch Video Solution

138. প্রোটিন ও শক্তির অভাবজনিত অপুষ্টি (PEM) কাকে বলে?



[Watch Video Solution](#)

139. ম্যারাসমাস ও কোয়াশিওরকর কাকে বলে?



[Watch Video Solution](#)

140. ম্যারাসমাস ও কোয়াশিওরকর রোগের লক্ষণগুলি
সংক্ষেপে লেখো।



[Watch Video Solution](#)

141. শিশুর অপুষ্টিজনিত একটি রোগের নাম বলো।
কীসের অভাবে এই রোগটি হয়?



Watch Video Solution

142. কোয়াশিওরকর ও ম্যারাসমাস রোগে আক্রান্ত
শিশুদের সুস্থ করতে কোন্ কোন্ খাদ্য নির্বাচন করতে
হয়?



Watch Video Solution

143. অ্যানিমিয়া, চামচ আকৃতির নখ -- সমস্যাগুলি
খাদ্যের কোন্ উপাদানের অভাবে দেখা যায় ? কোন্ কোন্
খাদ্য গ্রহণ করলে এই রোগ থেকে মুক্তি পাওয়া সম্ভব?



Watch Video Solution

144. গয়টার, জড়বুদ্ধি ও ট্যারা চোখ --- সমস্যাগুলি
খাদ্যে কোন্ উপাদানের অভাবজনিত কারণে হয়ে থাকে?
কোন্ কোন্ খাদ্য গ্রহণ করলে এই রোগ থেকে মুক্তি
পাওয়া যায়?



Watch Video Solution

145. কোন্ কোন্ খাদ্য গ্রহণের মাধ্যমে বেরিবেরি রোগ প্রতিরোধ করা যায়?



Watch Video Solution

146. খাদ্যের মাধ্যমে অন্ধত্ব প্রতিরোধের উপায় লেখো।



Watch Video Solution

147. কোয়াশিওরকর ও ম্যারাসমাসের পার্থক্য লেখো।





Watch Video Solution

148. প্রোটিন ও ভিটামিন D-এর অভাবে শিশুদের কী কী রোগ হয়?



Watch Video Solution

149. মানবদেহে ভিটামিন A-র অভাবজনিত লক্ষণ উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

150. মানবদেহে ভিটামিন B কমপ্লেক্সের অভাবজনিত লক্ষণ গুলি লেখো।



Watch Video Solution

151. মানবদেহে ভিটামিন D -এর অভাবজনিত রোগটির নাম লেখো ও এই রোগ সারানোর উপায়টি লেখো।



Watch Video Solution

152. একজন ব্যক্তিকে কখন 'স্থূল বা মোটা' বলে ধরা হয়?



Watch Video Solution

153. স্কুলত্বের কারণগুলি কী কী?



Watch Video Solution

154. দেহের ওজন অতিমাত্রায় বেড়ে যাওয়া কী কী বিপদ
ডেকে আনতে পারে?



Watch Video Solution

155. স্কুলছের ফলে দেহে কী কী সমস্যা হতে পারে?



Watch Video Solution

156. কোনো ব্যক্তির ওজন বেড়ে গেলে কী কী সমস্যা দেখা যেতে পারে?



Watch Video Solution

157. BMI কী?



Watch Video Solution

158. BMI -এর সম্পূর্ণ কথাটি লেখো। BMI-এর সূচকগুলি
কী কী?



Watch Video Solution

159. কোনো ব্যক্তির ওজন যদি 65 kg ও উচ্চতা 1.20 m
হয়, তাহলে ওই ব্যক্তির BMI নির্ণয় করো।



Watch Video Solution

160. নিম্নলিখিত কোনটির অভাবে গয়টার রোগ হয়?

A. আয়োডিন

B. আয়রন

C. জল

D. ফসফরাস

Answer:



Watch Video Solution

161. অ্যানিমিয়া হল --

A. আয়োডিনের অভাবজনিত রোগ

B. ভিটামিন D -এর অভাবজনিত রোগ

C. লৌহের অভাবজনিত রোগ

D. ভিটামিন A -র অভাবজনিত রোগ

Answer:



Watch Video Solution

162. ট্যারা চোখ-জনিত সমস্যার প্রধান কারণ হল --

- A. আয়রনের অভাব
- B. আয়োডিনের অভাব
- C. ভিটামিন A -র অভাব
- D. প্রোটিনের অভাব

Answer:



Watch Video Solution

163. কোন্ রোগটি ভিটামিন A -র অভাবে হয়?

A. রিকেট

B. অন্ধত্ব

C. বেরিবেরি

D. অস্টিওম্যালেশিয়া

Answer:



Watch Video Solution

164. যে খনিজের অভাবে রক্তাল্পতা দেখা যায়, সেটি হল -

-

A. ম্যাগনেসিয়াম

B. লোহা

C. ক্যালসিয়াম

D. ফসফরাস

Answer:



Watch Video Solution

165. ম্যারাসমাস রোগের কারণ --

- A. প্রোটিন ও শক্তির উভয়ের অভাব
- B. প্রোটিনের অভাব
- C. শক্তির অভাব
- D. কোনোটিই নয়

Answer:



Watch Video Solution

166. হিমোগ্লোবিনে যে খনিজ মৌল উপস্থিত, সেটি হল --

A. জিংক

B. সোডিয়াম

C. আয়রন

D. আয়োডিন

Answer:



Watch Video Solution

167. এক বছরের কম বয়সের শিশুদের মধ্যে প্রোটিনের
অভাবজনিত যে রোগ দেখা যায়, সেটি হল --

A. কোয়াশিওরকর

B. অ্যানিমিয়া

C. ম্যারাসমাস

D. রিকেট

Answer:



Watch Video Solution

168. যে খাদ্য উপাদানের অভাবে কোয়াশিওরকর হয় সেটি

হল --

A. শর্করা

B. ভিটামিন

C. আয়রন

D. প্রোটিন

Answer:



Watch Video Solution

169. রিকেট রোগ হয় কোন্ ভিটামিনের অভাবে?

A. ভিটামিন A

B. ভিটামিন B কমপ্লেক্স

C. ভিটামিন D

D. ভিটামিন C

Answer:



Watch Video Solution

170. ভিটামিন B কমপ্লেক্সের অভাবজনিত রোগ কোনটি

?

A. অ্যানিমিয়া

B. রিকেট

C. বেরিবেরি

D. অন্ধত্ব

Answer:



Watch Video Solution

171. শর্করার পরিমাণ রক্তে স্বাভাবিকের তুলনায় বেড়ে

গেলে রোগটি হয়, তা হল --

A. অ্যানিমিয়া

B. উচ্চ রক্তচাপ

C. মধুমেহ

D.

Answer:



Watch Video Solution

172. নীচের যে সমস্যাটি স্থূলত্বের ফলে দেখা যায় না, সেটি হল --

A. ডায়াবেটিস

B. রক্তচাপ বৃদ্ধি

C. অস্থিসন্ধিতে ব্যথা

D. চোখে কম দেখা

Answer:



Watch Video Solution

173. BMI-এর মান কত হলে তা স্থূলত্বের সূচক বলে ধরা

হয় --

A. 25-30

B. 18.5 - 25

C. 10 - 18.5

D. 30 -40

Answer:



Watch Video Solution

174. BMI-এর মান গণনা করার সূত্রটি হল --

A. $\frac{\text{ওজন}}{\text{উচ্চতা}^2}$

B. $\frac{\text{ওজন}}{\text{উচ্চতা}^2}$

C. ওজন / উচ্চতা³

D.

Answer:



Watch Video Solution

175. রক্তাল্পতায় আক্রান্ত রোগীকে কোন্ খনিজ সমৃদ্ধ খাদ্য দেওয়া উচিত ?



Watch Video Solution

176. আমাদের দেহে অ্যানিমিয়ার কারণ লেখো।



[Watch Video Solution](#)

177. ভিটামিন A -র অভাবে হতে পারে এমন একটি রোগের নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

178. কোন্ ভিটামিনের অভাবে আমরা রাতে কম দেখি?



[Watch Video Solution](#)

179. শিশুদের অপুষ্টিজনিত প্রধান দুটি রোগের নাম লেখো।



Watch Video Solution

180. ভিটামিন D -এর অভাবে কী রোগ হয়?



Watch Video Solution

181. ভিটামিন B -এর অভাবে কী রোগ হয়?



Watch Video Solution

182. কোয়াশিওরকর রোগটির কারণ কী ?



Watch Video Solution

183. চোখের অস্বচ্ছতা দূর করে যে ভিটামিন তার নাম
লেখো।



Watch Video Solution

184. চোখের মনিতে সাদা দাগ কোন্ ভিটামিনের অভাবে হয়?



Watch Video Solution

185. নখ চামচ আকৃতির হয় কেন?



Watch Video Solution

186. রক্তে শর্করার পরিমাণ বেড়ে গেলে কী রোগ হতে পারে?



[Watch Video Solution](#)

187. BMI -এর পুরো কথাটি কী?



[Watch Video Solution](#)

188. শরীরে অতিরিক্ত লিপিড জমা হওয়ার ফলে ঘটে এমন একটি সমস্যার নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

189. কীভাবে সহজে ডায়াবেটিস বা মধুমেহ রোগের প্রতিকার সম্ভব?



Watch Video Solution

190. শূন্যস্থান পূরণ করো : খাদ্যে শক্তি উৎপাদক উপাদানগুলির অভাব ঘটলে _____ সম্ভাবনা বৃদ্ধি পায়।



Watch Video Solution

191. শূন্যস্থান পূরণ করো : খাদ্যে পুষ্টি উপাদানের অভাবে

ছাড়াও _____ জন্য অপুষ্টি হতে পারে।



Watch Video Solution

192. শূন্যস্থান পূরণ করো : _____ রোগ হয় আয়োডিন

নামক খনিজ মৌলের অভাবে।



Watch Video Solution

193. শূন্যস্থান পূরণ করো : অন্ধত্ব রোগটি _____ - র
অভাবে হয়।



Watch Video Solution

194. শূন্যস্থান পূরণ করো : প্রোটিন অভাবে _____
রোগ হয়।



Watch Video Solution

195. শূন্যস্থান পূরণ করো : গলগন্ড বা গয়টার রোগে
_____ গ্রন্থি ফুলে ওঠে।



Watch Video Solution

196. শূন্যস্থান পূরণ করো : ট্যারা চোখ এবং গয়টার
_____ -এর অভাবে হয়।



Watch Video Solution

197. শূন্যস্থান পূরণ করো : নটে শাক, কচু শাক ইত্যাদি

হল _____ - সমৃদ্ধ খাদ্য।



Watch Video Solution

198. শূন্যস্থান পূরণ করো : রাতকানা রোগ ভিটামিন

_____ -এর অভাবে হয়।



Watch Video Solution

199. শূন্যস্থান পূরণ করো : _____-এর অভাবে

মুখে ঘা হয়।



Watch Video Solution

200. শূন্যস্থান পূরণ করো : মানুষের হাড় ও দাঁতের গঠন

ঠিক রাখে _____ মৌল।



Watch Video Solution

201. শূন্যস্থান পূরণ করো : ভাঙা নখ _____ মৌলের
অভাবে ঘটে থাকে ।



Watch Video Solution

202. শূন্যস্থান পূরণ করো : দেহের ওজন অতিরিক্ত বৃদ্ধি
পেলে _____ বেড়ে যেতে পারে।



Watch Video Solution

203. শূন্যস্থান পূরণ করো : রক্তবাহী নালীর সমস্যার মূল কারণ হল _____।



[Watch Video Solution](#)

204. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : খাদ্যে প্রোটিন ও শক্তি উভয়ের অভাব ঘটলে গয়টার রোগ হয়।



[Watch Video Solution](#)

205. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : খাদ্যে শক্তি উৎপাদক উপাদানগুলির অভাব ঘটলে অপুষ্টির সম্ভাবনা বৃদ্ধি পায়।



Watch Video Solution

206. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ভিটামিন D -এর অভাবে চোখের মনিতে সাদা দাগ হয়।



Watch Video Solution

207. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : টেকিছাটা চাল,
সবুজ শাকসবজিতে ভিটামিন B কমপ্লেক্স পাওয়া যায়।



Watch Video Solution

208. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : ভিটামিন B
কমপ্লেক্স -এর অভাবে জিভে, মুখের কোণে ঘা হয়।



Watch Video Solution

209. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : রক্তে লিপিডের পরিমাণ বাড়লে ডায়াবেটিস হতে পারে।



Watch Video Solution

210. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : রক্তনালীর গায়ে লিপিড জমে রক্তনালীর ব্যাস কমে যেতে পারে। এর ফলে হৃদপিণ্ডের নানা সমস্যা হতে পারে।



Watch Video Solution

211. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : BMI - এর মান 18.5 - 25 এর মধ্যে হলে ব্যক্তির মধ্যে স্থূলত্ব আছে বলে মনে করা হয়।



Watch Video Solution

212. ফল যেমনটি গাছে ফলে তেমনটি তুমি খাও | আর কী কী তুমি খাও এমন চার-পাঁচটি খাবারের নাম বলতো? তুমি রোজ দুপুরে বা রাতে যা যা খাও, তা যেমনটি গাছে ফলে তেমনটি খাও না | সেই খাবারগুলি কীভাবে বানানো হয় ? সেইরকম কয়েকটি খাবারের নাম লেখো।





[Watch Video Solution](#)

213. প্রাকৃতিক খাদ্য কাকে বলে? উদাহরণ দাও।



[Watch Video Solution](#)

214. প্রাকৃতিক খাবার বলতে কী বোঝ?



[Watch Video Solution](#)

215. প্রক্রিয়াজাত খাদ্য কাকে বলে? উদাহরণ দাও।





[Watch Video Solution](#)

216. সংশ্লেষিত খাদ্য বলতে কী বোঝ?



[Watch Video Solution](#)

217. সংশ্লেষিত খাদ্যের বৈশিষ্ট্যগুলি লেখো।



[Watch Video Solution](#)

218. সংশ্লেষিত খাদ্যের মেশানো হয় এমন দুটি ক্ষতিকারক পদার্থের নাম লেখো এবং এগুলি কোন্ খাদ্যে পাওয়া যায় তা লেখো।



Watch Video Solution

219. আইসক্রিমে ব্যবহৃত ক্ষতিকর পদার্থ আমাদের দেহে কি কি প্রভাব ফেলতে পারে?



Watch Video Solution

220. পার্থক্য লেখো : প্রক্রিয়াজাত খাদ্য ও সংশ্লেষিত খাদ্য।



Watch Video Solution

221. প্রাকৃতিক এবং প্রক্রিয়াজাত খাদ্যবস্তুর তুলনা করো।



Watch Video Solution

222. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত : আইসক্রিম



[Watch Video Solution](#)

223. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত

: কাঁচা মাংস



[Watch Video Solution](#)

224. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত:

রান্না করা মাংস



[Watch Video Solution](#)

225. খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত :
ফ্রাইড রাইস



[Watch Video Solution](#)

226. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
: কাঁচা ডিম



[Watch Video Solution](#)

227. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : বাঁধাকপি



Watch Video Solution

228. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : পটেটো চিপস



Watch Video Solution

229. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : বার্গার



Watch Video Solution

230. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : ফলের জুস



Watch Video Solution

231. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : লজেন্স



Watch Video Solution

232. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : ভাত



Watch Video Solution

233. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : মুড়ি



Watch Video Solution

234. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : চিড়ে



Watch Video Solution

235. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : লুচি



Watch Video Solution

236. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : দই



Watch Video Solution

237. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
খাদ্য শনাক্ত করো : ঘোল



[Watch Video Solution](#)

238. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত
: পনির



[Watch Video Solution](#)

239. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত

: এগরোল



Watch Video Solution

240. নীচের খাদ্যটি প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত না সংশ্লেষিত

: আলুর চপ



Watch Video Solution

241. একটি সংশ্লেষিত খাদ্য হল --

A. আপেল

B. আম

C. মাছের ঝোল

D. কোল্ড ড্রিংকস

Answer:



Watch Video Solution

242. সস্তা বিরিয়ানিতে মেশানো থাকে --

A. আজিনোমোটো

B. সাইক্লোমেট

C. মেটানিল ইয়েলো

D. ব্রোমিনেটেড ভেজিটেবল অয়েল

Answer:



Watch Video Solution

243. হলদে রঙের লাড্ডুতে যে ক্ষতিকারক রং থাকে তা

হল --

A. ম্যালাকাইট গ্রীন

B. মেটানিল ইয়েলো

C. আজিনোমোটো

D. সাইক্লোমেট

Answer:



Watch Video Solution

244. চকোলেট, পেপ্সিতে, কোলা ড্রিংকস - এ বাদামী রং
মেশানো হয় --

A. মেটানিল ইয়েলো

B. ক্যারামেল

C. তেঁতুল বীজের গুঁড়ো

D. ফসফোলিপিড

Answer:



Watch Video Solution

245. ভুট্টার খই -এ অনেক ক্ষেত্রে মেশানো হয় --

A. মেটানিল ইয়েলো

B. ক্যারামেল

C. ড্রাঐ ফ্যাট

D. আজিনোমোটো

Answer:



Watch Video Solution

246. পট্যাটো চিপস ডুট্রার খই -এ যে ক্ষতিকারক পদার্থ

পাওয়া যায়, তার নাম হল --

A. মেটানিল ইয়েলো

B. ড্রাঐ ফ্যাট

C. স্যাকারিন

D. আজিনোমোটো

Answer:



Watch Video Solution

247. চাউমিন -এ মিশে থাকতে পারে --

A. মেটানিল ইয়েলো

B. ক্যারামেল

C. ট্রান্স ফ্যাট

D. আজিনোমোটো

Answer:



Watch Video Solution

248. আইসক্রিমে অনেক ক্ষেত্রে মেশানো হয় --

A. মেটানিল ইয়েলো

B. ব্রোমিনেটেড ভেজিটেবল অয়েল

C. আজিনোমোটো

D. ট্রান্স ফ্যাট

Answer:



Watch Video Solution

249. সাইক্লোমেট মেশানো হয় -

- A. চা, কফি আর নানা ফলের স্বাদের রসে
- B. মোমো ও চাউমিনে
- C. পট্যাটো চিপস এ
- D. সস্তা বিরিয়ানিতে

Answer:



Watch Video Solution

250. নীচে দেওয়া খাবারগুলির মধ্যে কোনটি প্রক্রিয়াজাত খাদ্য নয় --

A. আইসক্রিম

B. গুড়

C. ফল

D. রুটি

Answer:



251. ছানা হল একটি --

- A. প্রাকৃতিক খাদ্য
- B. প্রক্রিয়াজাত খাদ্য
- C. সংশ্লেষিত খাদ্য
- D. কৃত্রিম খাদ্য

Answer:



Watch Video Solution

252. আম, জাম, কাঁঠাল ইত্যাদি কী জাতীয় খাদ্য?



Watch Video Solution

253. জ্যাম, জেলি প্রভৃতি কী জাতীয় খাদ্য?



Watch Video Solution

254. প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত এবং কৃত্রিম এই তিনপ্রকার খাবারের মধ্যে কোনপ্রকার খাবারের পুষ্টিগুণ সবচেয়ে বেশি?



[Watch Video Solution](#)

255. কৃত্রিম ও প্রক্রিয়াজাত খাবার অতিরিক্ত খাওয়ার ফলে কোন্ কোন্ অঙ্গের ক্ষতি হতে পারে?



[Watch Video Solution](#)

256. হলেদে মিষ্টি ও সস্তা বিরিয়ানিতে কোন্ কৃত্রিম পদার্থ মেশানো হয়?



[Watch Video Solution](#)

257. চকলেটে যে বাদামি রং থাকে তার নাম কী?



Watch Video Solution

258. খাবার তৈরিতে আজিনোমোটো ব্যবহার করা হয় কেন?



Watch Video Solution

259. আইসক্রিমে মেশানো হয়, এমন দুটি ক্ষতিকারক পদার্থের নাম লেখো।



Watch Video Solution

260. মোমো ও চাউমিনে মিশে থাকতে পারে এমন একটি ক্ষতিকারক পদার্থের নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

261. চা, কফি আর নানা ফলের স্বাদের রসে কোন্ কোন্ কৃত্রিম পদার্থ মেশানো থাকে?



[Watch Video Solution](#)

262. রোজ সকালে আমরা কী কী খেতে পারি?



[Watch Video Solution](#)

263. রোজ দুপুরে আমরা কী কী খেতে পারি?



[Watch Video Solution](#)

264. রোজ বিকেলে আমরা কী কী খেতে পারি?



[Watch Video Solution](#)

265. রোজ রাত্রে আমরা কী কী খেতে পারি?



Watch Video Solution

266. বন্ধুদের সঙ্গে ঘুরতে গিয়ে মাঝে মধ্যে কী কী খেতে পারি?



Watch Video Solution

267. রোগ এড়িয়ে চলতে গেলে কোন্ কোন্ খাবার না খাওয়াই উচিত?



Watch Video Solution

268. শূন্যস্থান পূরণ করো : প্রক্রিয়াজাত খাবারের
_____ তুলনামূলকভাবে কম, দাম কিছু বেশি।



Watch Video Solution

269. শূন্যস্থান পূরণ করো : পটাটো চিপস কি ধরনের
খাদ্য।



Watch Video Solution

270. শূন্যস্থান পূরণ করো : চা, কফি আর নানা _____

-এর স্বাদের রসে অ্যাস্পার্টেম মেশানো হয় |



[Watch Video Solution](#)

271. শূন্যস্থান পূরণ করো : মোমো ও চাউমিনে ব্যবহৃত
আজিনোমোটোর রাসায়নিক নাম _____ |



[Watch Video Solution](#)

272. শূন্যস্থান পূরণ করো : আলুর চপ একটি
_____ খাদ্য।



[Watch Video Solution](#)

273. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : প্রক্রিয়াজাত ও
খাবারের তুলনায় প্রাকৃতিক খাবারের পুষ্টিগুণ কম।



[Watch Video Solution](#)

274. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : কৃত্রিম খাবারের রং, স্বাদ, গন্ধ ইত্যাদি অনেকটাই প্রাকৃতিক খাবারের মতো হয়।



Watch Video Solution

275. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : পট্যাটো চিপস ও ভুট্টার খই -এ মেশানো থাকে ট্রান্স ফ্যাট।



Watch Video Solution

276. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : আইসক্রিমের স্বাদ বৃদ্ধি করার জন্য মেশানো হয় মেটানিল ইয়েলো।



Watch Video Solution

277. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : পট্যাটো চিপস -এ ক্যারামেল মেশানো হয়।



Watch Video Solution

278. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : চাউমিনে মেশানো হয় আজিনোমোটো নামক ক্ষতিকারক রাসায়নিক



Watch Video Solution

279. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : প্রাকৃতিক খাদ্য থেকে সংশ্লেষিত খাদ্য উৎপন্ন করা হয়।



Watch Video Solution

280. সত্য অথবা মিথ্যা নির্ণয় করো : চকলেট -এ বাদামী রং হিসেবে ক্যারামেল মেশানো হয়।



Watch Video Solution

281. টীকা লেখো: পৃথিবীতে মিষ্টিজলের হিসাবনিকাশ।



Watch Video Solution

282. কীভাবে বাড়িতে বিশুদ্ধ পানীয় জল তৈরি করা যায়?



Watch Video Solution

283. ফুসফুস, মস্তিষ্ক (মগজ), যকৃৎ (মেটে), অস্থি (হাড়),
পেশি (মাংস), ত্বক (চামড়া), হৃৎপিণ্ড, বৃক্ক, রক্ত, লালা—
জলের পরিমাণ অনুযায়ী, বিভিন্ন অঙ্গ ও তরল
পদার্থগুলিকে ক্রমানুসারে সাজাও।



Watch Video Solution

284. মানবদেহের বিভিন্ন অঙ্গে জল কী হিসেবে থাকে তা
নীচের শব্দভাণ্ডার থেকে বেছে নিয়ে তালিকাটি পূরণ

করো।[শব্দভান্ডার:পিচ্ছিল রস, ঘাম, অশ্রু, রক্ত, পিত্ত,
লালা, মূত্র, সেরিব্রোস্পাইনাল তরল]



[Watch Video Solution](#)

285. তোমার চোখে কোন্ তরল থাকে? চোখে পোকা
পড়লে চোখ থেকে কী বেরোয়? কেন বেরোয়? তাহলে
এখানে জলের কাজ কী?



[Watch Video Solution](#)

286. পা কেটে যাওয়ায় ডাক্তারবাবু হাতে ওষুধ ইনজেকশন দিলেন। ওষুধ রক্তস্থিত জলের মাধ্যমে কাটা ঘা-এ পৌঁছোল। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

287. একটা বড়ো বিস্কুট একবারে চিবিয়ে খেলে মুখের ভিতরটা শুকনো লাগে ও গিলতে কষ্ট হয়। এবার জল খাওয়া হল। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

288. ঘাম জড়ানো গায়ে বাতাস দিলে আরাম লাগে। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

289. দুটি হাড়ের জোড়ে থাকা পিচ্ছিল রসে জল থাকে। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

290. পেট খারাপ হলে অনেক দরকারি জিনিস জল বা বমির সঙ্গে বেরিয়ে যায়। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

291. খাদ্যগ্রহণের পর মুখবিবরে খাদ্য হজম করার প্রক্রিয়া শুরু হয়। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

292. খাদ্যের যে অংশ হজম হয় না, তা নরম মলরূপে শরীর থেকে বেরিয়ে যায়। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

293. ম্যালেরিয়া বা নিউমোনিয়ার মতো রোগে প্রবল জ্বর আসে। জলপটি দিলে বা স্নান করলে ঘাম দিয়ে রোগীর জ্বর ছাড়ে। এই ঘটনাগুলিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

294. পাচনের পর খাদ্যের সারাংশ ক্ষুদ্রান্ত্রের প্রাচীর বরাবর শোষিত হয়। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

295. খাদ্য সংশ্লেষের সময় জল ব্যবহৃত হয়। এই ঘটনাটিতে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

296. তোমার নিশ্বাস একটি আয়নার ওপর ফেলে দ্যাখো, আয়নায় কীসের দাগ পড়ছে? নিশ্বাসের মধ্যে এই জল কোথা থেকে এল? তাহলে এখানে জলের কী কাজ আছে?



Watch Video Solution

297. তোমার দুটো হাড়ের জোড়ে থাকা পিচ্ছিল রসে জল আছে সেটা জেনেছ। ওই জল কী কাজ করে?



Watch Video Solution

298. ম্যালেরিয়া বা নিউমোনিয়ার মতো রোগে প্রবল জ্বর আসে। ঘাম দিয়ে জ্বর ছাড়ার সময় বা প্রবল জ্বরে স্নান করানোর সময় জল কী কাজ করে?



Watch Video Solution

299. খাদ্যের অপাচিত অংশ নরম মলরূপে শরীর থেকে বেরিয়ে যায়। তাহলে বলোতো জল এখানে কীসের ভূমিকা পালন করে?



Watch Video Solution

300. গরমকালে তোমাদের দেহ থেকে বর্জিত জলের পরিম হকের মাধ্যমে দেখাও।



Watch Video Solution

301. তোমার দেহ রোজ যতটা জল হারায় তুমি কি তার থেকে বেশি জল পান করো? যদি না করে তাহলে কী হতে পারে?



Watch Video Solution

302. শরীরে জলহীনতার প্রভাবজনিত চারটি লক্ষণ উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

303. জীবদেহে জলের ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

304. উদ্ভিদ এবং প্রাণীদেহে জলের একটি ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

305. জলের অপর নাম 'জীবন' বলা হয় কেন?



Watch Video Solution

306. উদ্ভিদ খাদ্য তৈরির সময় কী কী উৎপন্ন করে?



Watch Video Solution

307. সালোকসংশ্লেষের পর কী কী উৎপন্ন হয়?



Watch Video Solution

308. খাবার তৈরি করতে গাছ পরিবেশ থেকে কোন্ কোন্
উপাদান গ্রহণ করে?



Watch Video Solution

309. স্থলজ ও জলজ উদ্ভিদেরা কীভাবে জল জল
শোষণ করে লেখো।



Watch Video Solution

310. পাতাকে গাছের রান্নাঘর বলা হয় কেন?



Watch Video Solution

311. উদ্ভিদের খাদ্য তৈরিতে জল ও আলোর ভূমিকা লেখো।



Watch Video Solution

312. গাছের খাবার তৈরির প্রক্রিয়াকে কী বলে? এই প্রক্রিয়ায় প্রয়োজনীয় আলোর উৎস কী?



[Watch Video Solution](#)

313. সালোকসংশ্লেষ কাকে বলে?



[Watch Video Solution](#)

314. সালোকসংশ্লেষের উপাদানগুলির নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

315. খাদ্য তৈরি করতে গাছের কী কী প্রয়োজন হয়?



Watch Video Solution

316. মানুষ বা অন্যান্য প্রাণীর শক্তির মূল উৎস কী?



Watch Video Solution

317. জল একটি—

A. যৌগিক পদার্থ

B. মৌলিক পদার্থ

C. মিশ্র পদার্থ

D. খনিজ পদার্থ

Answer:



Watch Video Solution

318. উদ্ভিদের ব্যবহার্য একমাত্র জল হল—

A. মিষ্টি জল

B. লবণাক্ত জল

C. পরিশ্রুত জল

D.

Answer:



Watch Video Solution

319. দূষিত জল দ্বারা সৃষ্ট যকৃতের একটি ব্যাধি হল—

- A. কলেরা
- B. জন্ডিস
- C. টাইফয়েড
- D. টিটেনাস

Answer:



Watch Video Solution

320. একজন ব্যক্তির ওজন যদি 60kg হয়, তার দেহে জল আছে—

A. 43.2 kg

B. 49 kg

C. 48 kg

D. 42 kg

Answer:



321. রক্তের মধ্যে জলের পরিমাণ—

A. 0.9

B. 0.95

C. 0.85

D. 0.75

Answer:



Watch Video Solution

322. মানুষের শরীরে অস্থিসন্ধিতে জল অবস্থান করে
___ হিসেবে।

A. অশ্রু

B. মূত্র

C. ঘাম

D. পিচ্ছিল রস

Answer:



Watch Video Solution

323. মানবদেহের যে অংশে জলের পরিমাণ সবচেয়ে কম সেটি হল—

A. ফুসফুস

B. বৃক্ক

C. রক্ত

D. অস্থি

Answer:



Watch Video Solution

324. গড়ে মোট কত পরিমাণ জল সারাদিনে একজন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তির দেহ থেকে বেরিয়ে যায়?

A. 6 লিটার

B. 2 লিটার

C. 4.65 লিটার

D. 5.65 লিটার

Answer:



Watch Video Solution

325. মানুষের শ্বাসবায়ুর মাধ্যমে ফুসফুস থেকে প্রতিদিন গড়ে ___ পরিমাণ জল নির্গত হয়, তা হল—

- A. 100 মিলিলিটার
- B. 400 মিলিলিটার
- C. 800 মিলিলিটার
- D. 1500 মিলিলিটার

Answer:



Watch Video Solution

326. মূত্রের মাধ্যমে প্রতিদিন গড়ে দেহ থেকে জল বেরোয়

____ লিটার—

A. 1.5-2

B. 2.5-3

C. 4.4-2.8

D. 2.5-3.5.

Answer:



Watch Video Solution

327. মলত্যাগের ফলে দৈনিক যে পরিমাণ জল মানবদেহ থেকে নির্গত হয়, তা হল—

- A. 200 মিলিলিটার
- B. 400 মিলিলিটার
- C. 800 মিলিলিটার
- D. 1000 মিলিলিটার

Answer:



Watch Video Solution

328. একজন সুস্থ ব্যক্তির দেহ-ওজনের কেজি প্রতি যে পরিমাণ জলপান করা দরকার, তা হল—

A. 50 মিলিলিটার

B. 55 মিলিলিটার

C. 60 মিলিলিটার

D. 65 মিলিলিটার।

Answer:



Watch Video Solution

329. গাছের তৈরি খাদ্যের নাম—

A. গ্লুকোজ

B. ক্লোরোফিল

C. CO_2

D. প্রোটিন

Answer:



Watch Video Solution

330. গাছের খাবার তৈরি করার প্রক্রিয়াটির নাম—

A. সালোকসংশ্লেষ

B. শ্বসন

C. লিপিড

D. প্রোটিন

Answer:



Watch Video Solution

331. স্থলজ উদ্ভিদের জলশোষণকারী অঙ্গটি হল—

A. কান্ডরোম

B. পাতা

C. মূলরোম

D. মূলত্র

Answer:



Watch Video Solution

332. ORS খাওয়ানো হয় ____ রোগীকে।

A. পোলিও

B. বসন্ত

C. যক্ষ্মা

D. কলেরা

Answer:



Watch Video Solution

333. এক লিটার পানীয় জলে ____ মিলিগ্রামের বেশি

ফ্লুরাইড থাকলে দাঁত ও হাড়ের নানা সমস্যা দেখা যায়।

A. 2.5

B. 1.5

C. 0.05

D. 0.5

Answer:



Watch Video Solution

334. পৃথিবীতে মিষ্টি জলের শতকরা পরিমাণ কত?



Watch Video Solution

335. পৃথিবীতে প্রাপ্ত মোট জলের শতকরা কত ভাগ নোনা জল?



Watch Video Solution

336. আমরা খাবার জল কোথা কোথা থেকে পাই?



Watch Video Solution

337. পৃথিবীর কত শতাংশ জল পানযোগ্য?



Watch Video Solution

338. জলকে তাড়াতাড়ি জীবাণুমুক্ত করতে কোন্ ট্যাবলেট ব্যবহার করা হয়?



Watch Video Solution

339. ওজন হিসাবে জেলিফিশে জলের পরিমাণ কত?



Watch Video Solution

340. ওজন হিসাবে ডিমে জলের পরিমাণ কত?



[Watch Video Solution](#)

341. ওজন হিসাবে শসায় জলের পরিমাণ কত?



[Watch Video Solution](#)

342. কাঠের মধ্যে কত শতাংশ জল থাকে?



[Watch Video Solution](#)

343. তোমার দেহে জল কোথায় কোথায় থাকে?



[Watch Video Solution](#)

344. তোমার দেহ থেকে জল কীভাবে বেরিয়ে যায়?



[Watch Video Solution](#)

345. মানুষের অঙ্গের তরল পদার্থের মধ্যে জলের পরিমাণ সবচেয়ে বেশি কীসে?



[Watch Video Solution](#)

346. মানুষের কোন্ অঙ্গে জল পিণ্ডরূপে অবস্থান করে?



Watch Video Solution

347. CSF (Cerebro Spinal Fluid)-এর অবস্থান লেখো।



Watch Video Solution

348. মূত্রের মাধ্যমে আমাদের শরীর থেকে প্রতিদিন গড়ে কত লিটার জল নির্গত হয়?



[Watch Video Solution](#)

349. সারাদিনে মোট কত লিটার জল আমাদের দেহ থেকে নির্গত হয়?



[Watch Video Solution](#)

350. পানীয় জলে আর্সেনিকের গ্রহণ মাত্রা কত?



[Watch Video Solution](#)

351. ORS-এর পুরো কথাটি কী?



Watch Video Solution

352. কোন্ কোন্ অবস্থায় দেহে জলের চাহিদা বৃদ্ধি পায়?



Watch Video Solution

353. জলের একটি ধর্ম লেখো।



Watch Video Solution

354. জলের কোন্ ধর্মের জন্য জলের নীচে থাকা সবুজ উদ্ভিদ খাদ্য তৈরি করতে পারে?



Watch Video Solution

355. সবুজ উদ্ভিদের খাদ্য তৈরি করতে কোন্ রঙ্গক কণা ব্যবহৃত হয়?



Watch Video Solution

356. উদ্ভিদের খাবার তৈরির জন্য কী কী লাগে?



[Watch Video Solution](#)

357. উদ্ভিদের খাবার তৈরির সময় কোন্ গ্যাস পাওয়া যায়?



[Watch Video Solution](#)

358. গাছ খাদ্য পায় কোথা থেকে?



[Watch Video Solution](#)

359. সালোকসংশ্লেষের পর কী কী উৎপন্ন হয়?



Watch Video Solution

360. উদ্ভিদের খাবার তৈরির সময় নির্গত হওয়া গ্যাস হল?



Watch Video Solution

361. সালোকসংশ্লেষ' কথাটির অর্থ কী?



Watch Video Solution

362. গাছের খাদ্য তৈরি করার প্রক্রিয়াটির নাম কী?



Watch Video Solution

363. শূন্যস্থান পূরণ করো: আমাদের দেহতরলের প্রধান
উপাদান হল ____।



Watch Video Solution

364. শূন্যস্থান পূরণ করো: মাটির নীচের জল হল ____
জল।



Watch Video Solution

365. শূন্যস্থান পূরণ করো:পৃথিবীর বৃহত্তম জলের উৎস হল ___।



Watch Video Solution

366. শূন্যস্থান পূরণ করো:প্রাণধারণের জন্য অক্সিজেনের পরেই দ্বিতীয় প্রয়োজনীয় উপাদানটি হল ___।



Watch Video Solution

367. শূন্যস্থান পূরণ করো:যদিও পৃথিবীর প্রায় $3/4$ ভাগ জলে ঢাকা, কিন্তু এই জলের ___% জলই পান করার উপযোগী।



Watch Video Solution

368. শূন্যস্থান পূরণ করো:পৃথিবীর মোট স্বাদু জলের ___ শতাংশই মেরু অঞ্চল ও হিমবাহে জমাট বেঁধে রয়েছে।



Watch Video Solution

369. শূন্যস্থান পূরণ করো:খুব তাড়াতাড়ি জলকে জীবাণুমুক্ত করতে হলে ___ ট্যাবলেট দিয়ে জলকে শোধন করতে হয়।



Watch Video Solution

370. শূন্যস্থান পূরণ করো:_____ প্রোটোপ্লাজমের গঠনে ও নানাপ্রকার শারীরবৃত্তীয় কাজে সহায়তা করে।



Watch Video Solution

371. শূন্যস্থান পূরণ করো: সাগর-মহাসাগর পৃথিবীর
ওপরকার ___% দখল করে আছে।



Watch Video Solution

372. শূন্যস্থান পূরণ করো: আমাদের দেহের মধ্যে পেশিতে
প্রায় ___ শতাংশ জল থাকে।



Watch Video Solution

373. শূন্যস্থান পূরণ করো:যকৃতে জল ____ হিসেবে থাকে।



Watch Video Solution

374. শূন্যস্থান পূরণ করো:মস্তিস্কে উপস্থিত তরলটি হল ____।



Watch Video Solution

375. শূন্যস্থান পূরণ করো:মুখবিবরে উপস্থিত তরল বা
রসকে ___ বলে।



[Watch Video Solution](#)

376. শূন্যস্থান পূরণ করো:একটি বড়ো গ্লাসে প্রায় ___
মিলিলিটার জল ধরে।



[Watch Video Solution](#)

377. শূন্যস্থান পূরণ করো:50 কেজি ওজনের একজন মানুষের দৈনিক জলের চাহিদা ____ লিটার।



[Watch Video Solution](#)

378. শূন্যস্থান পূরণ করো:দৈনিক দেহে গৃহীত জলের পরিমাণ ____ মিলিলিটার হওয়া উচিত।



[Watch Video Solution](#)

379. শূন্যস্থান পূরণ করো:গাছের খাবার তৈরির প্রক্রিয়ায়
পাওয়া যায় ____ গ্যাস।



Watch Video Solution

380. শূন্যস্থান পূরণ করো:স্থলজ উদ্ভিদ ____ সাহায্যে
মাটি থেকে খনিজ মৌলযুক্ত জল শোষণ করে।



Watch Video Solution

381. শূন্যস্থান পূরণ করো: সবুজ উদ্ভিদ ____ প্রক্রিয়ায়
নিজেদের খাদ্য তৈরি করে।



Watch Video Solution

382. শূন্যস্থান পূরণ করো: সবুজ উদ্ভিদের খাদ্য তৈরিতে
____ রঙ্গক কণা ব্যবহৃত হয়।



Watch Video Solution

383. শূন্যস্থান পূরণ করো:দেহে জলের পরিমাণ নির্দিষ্ট
রাখে ____ নামক খনিজ মৌল।



Watch Video Solution

384. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: পৃথিবীপৃষ্ঠের
প্রায় 0.73% জল পান করার উপযোগী।



Watch Video Solution

385. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: সাগর-মহাসাগর পৃথিবীর ওপরকার 70% দখল করে আছে।



Watch Video Solution

386. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: মানুষের ফুসফুসে জলের পরিমাণ হল 73%।



Watch Video Solution

387. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: মানুষের শরীরে প্রায় 30% জল থাকে।



Watch Video Solution

388. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লিখি: মানুষের রক্তে প্রায় 55 ভাগ জল থাকে।



Watch Video Solution

389. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: ঘরের উষ্ণতায় জল তরল থাকে।



Watch Video Solution

390. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: জলের একটি নির্দিষ্ট রং থাকে।



Watch Video Solution

391. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: গাছের খাবার তৈরির প্রক্রিয়ায় পাওয়া যায় হাইড্রোজেন গ্যাস।



Watch Video Solution

392. নীচের বিবৃতিটি সত্য না মিথ্যা লেখো: গাছ সালোকসংশ্লেষ প্রক্রিয়ায় প্রয়োজনীয় আলো পায় সূর্যালোক থেকে।



Watch Video Solution

393. তোমরা বিভিন্নপ্রকার খাদ্য উপাদান সম্পর্কে জেনেছ। এবার, কোন্ খাদ্যে কোন্ খাদ্য উপাদান থাকতে পারে তার একটি তালিকা তৈরি করো। প্রয়োজনে শিক্ষক/শিক্ষিকার সাহায্য নাও।



Watch Video Solution

394. নীচের খাদ্যগুলিতে কার্বোহাইড্রেট উপস্থিত না অনুপস্থিত তা সারণি আকারে লেখো। প্রয়োজনে শিক্ষক/শিক্ষিকার সাহায্য নাও। কুমড়া, কিশমিশ, আতা, জাম, ডিম, জিরা, দই, কেক, ঘি, চিঁড়ে।





Watch Video Solution

395. নীচের খাদ্যগুলিতে প্রোটিন উপস্থিত না অনুপস্থিত তা সারণি আকারে লেখো। প্রয়োজনে শিক্ষক/শিক্ষিকার সাহায্য নাও। চাল, গম, ঘি, চিনাবাদাম, তিল, কলা, মাশরুম, সুজি, পিঁপড়ের ডিম।



Watch Video Solution

396. নীচের খাদ্যগুলিতে লিপিড উপস্থিত না অনুপস্থিত তা সারণি আকারে লেখো। ফল ও শাকসবজি, দানাশস্য,

সর ওঠানো দুধ, পপকর্ন, আলু, আখের রস, লেবু, গম,
ভুট্টা, চাল, মাশরুম, মুরগির মাংস, খেজুর।



[Watch Video Solution](#)

397. নিম্নলিখিত কোন্ খাদ্যগুলিতে জলে দ্রাব্য ভিটামিন
আছে তা नीচে দেওয়া সারণিতে লেখো। রুটি, ভুট্টা, পটল,
ঝিঙে, কলমি শাক, লাউ পাতা, স্কোয়াশ, পাকা পেঁপে,
জাম, তরমুজ, শসা, আলু, ডিমের সাদা অংশ, পনির
মেটে।



[Watch Video Solution](#)

398. মানুষের নিম্নলিখিত শারীরিক সমস্যাগুলি এড়াতে কোন্ কোন্ খাদ্য খাওয়া উচিত তা নিচের ছকে লেখো।
মাড়ি ফুলে রক্ত ঝরছে, দেহে রক্তাল্পতা হয়েছে, হাড়গুলি দুর্বল ও বাঁকা, কোষ্ঠকাঠিন্য, রাতে কম দেখতে পাচ্ছে, মুখে অরি জিভে ঘা, চামড়া কুঁচকে গেছে, রক্তচাপ হঠাৎ বেড়ে গেছে।



Watch Video Solution

399. প্রথম শ্রেণীর প্রোটিন এবং দ্বিতীয় শ্রেণীর প্রোটিন কাকে বলে?



Watch Video Solution

400. দেহে জলের পরিমাণ নির্দিষ্ট রাখে কোন মৌল?

জিংক বা দস্তার একটি গুরুত্বপূর্ণ কাজ উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

401. নীচে কতকগুলি খাদ্যের নাম দেওয়া আছে এগুলি থেকে তুমি কোন্ কোন্ খাদ্য উপাদান পেতে পারো তা লেখো। প্রয়োজনে শিক্ষক/শিক্ষিকার সাহায্য নাও। পাকা আম, দুধ, বাদাম, বিন, পেয়ারা, দই, টম্যাটো, চাল, পালং শাক, আমলকী।



[Watch Video Solution](#)

402. হাত পা বাঁকা উপসর্গ ভিটামিন D উপাদানের অভাবে ঘটে। কোন্ কোন্ খাদ্য খেলে এই সমস্যাগুলির হাত থেকে রক্ষা পাওয়া যায় তা লেখো।



[Watch Video Solution](#)

403. চোখের মণিতে সাদা দাগ উপসর্গ ভিটামিন A উপাদানের অভাবে ঘটে। কোন্ কোন্ খাদ্য খেলে এই সমস্যাগুলির হাত থেকে রক্ষা পাওয়া যায় তা লেখো।



 Watch Video Solution

404. পেছনের সারি থেকে ব্ল্যাকবোর্ডের লেখা পড়তে পারে না উপসর্গ ভিটামিন A উপাদানের অভাবে ঘটে। কোন্ কোন্ খাদ্য খেলে এই সমস্যাগুলির হাত থেকে রক্ষা পাওয়া যায় তা লেখো।



Watch Video Solution

405. জিভে, মুখের কোণে ঘা, মাড়ি ফোলা উপসর্গ ভিটামিন B কমপ্লেক্স উপাদানের অভাবে ঘটে। কোন্

কোন্ খাদ্য খেলে এই সমস্যাগুলির হাত থেকে রক্ষা
পাওয়া যায় তা লেখো।



[Watch Video Solution](#)

406. ফোলা মুখ উপসর্গ প্রোটিন উপাদানের অভাবে ঘটে।
কোন্ কোন্ খাদ্য খেলে এই সমস্যাগুলির হাত থেকে
রক্ষা পাওয়া যায় তা লেখো।



[Watch Video Solution](#)

407. ভাঙা নখ উপসর্গ ক্যালশিয়াম উপাদানের অভাবে ঘটে। কোন্ কোন্ খাদ্য খেলে এই সমস্যাগুলির হাত থেকে রক্ষা পাওয়া যায় তা লেখো।



Watch Video Solution

408. খসখসে চামড়া উপসর্গ ভিটামিন A উপাদানের অভাবে ঘটে। কোন্ কোন্ খাদ্য খেলে এই সমস্যাগুলির হাত থেকে রক্ষা পাওয়া যায় তা লেখো।



Watch Video Solution

409. তোমার সারাদিনের খাবার তালিকায় থাকা প্রাকৃতিক, প্রক্রিয়াজাত আর সংশ্লেষিত খাবারগুলির নাম আলাদা করে লেখো।



Watch Video Solution

410. তোমরা বন্ধুরা কতজন কোন্ কোন্ উৎস থেকে জল ব্যবহার করো, ওই জলের রং, গন্ধ, তার স্বাদ কেমন আর কী কী কাজে তা ব্যবহার করো তা সারণি আকারে লেখো।



Watch Video Solution

411. গত কয়েক মাস তোমাদের কার কী পেটের রোগ আর চামড়ার রোগ হয়েছে এবং তারা কোন্ উৎসের জল খায় সবাই আলোচনা করে লেখো।



Watch Video Solution

412. শরীর সুস্থ রাখতে প্রতিদিন পরিমাণ মতো জল খাওয়া দরকার। গরমকালে তুমি রোজ কতটা জল খাও? তোমার বন্ধুরা বা কতটা খায়? সবাই মিলে একসঙ্গে সারণিতে লেখো।



Watch Video Solution

413. একজন সুস্থ ব্যক্তি যদি তার দেহ-ওজনের কেজি প্রতি 50 মিলিলিটার জল পান করেন তবে তার দেহের দৈনিক জলের চাহিদা পূরণ হয়। নীচে বিভিন্ন শিশু। প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তির দেহের ওজন দেওয়া হল। তাদের জলের চাহিদা হিসাব, করো। [দেহের ওজন—[i] 20 কেজি, [ii] 30 কেজি, [iii] 40 কেজি, [iv] 50 কেজি, [v] 70 কেজি] যদি 1 গ্লাসে প্রায় 200 মিলি জল ধরে, তবে দৈনিক কত গ্লাস জল পান করা প্রয়োজন তা হিসাব করো।



Watch Video Solution

414. 1 একটা টবের গাছকে বেশ কয়েকদিন ধরে সূর্যের আলোতে, জল না দিয়ে রেখে দিলে কী হবে? 2 কেন এরকম হল? 3 ওই কয়েকদিন গাছটা যদি সূর্যের আলো না পেত তাহলে কী হত?



Watch Video Solution

415. 1 একটা টবের গাছকে যেখানে কোনো আলোই পৌঁছায় না, এমন অন্ধকার ঘরে বেশ কয়েকদিন (10-15 দিন) রেখে দেওয়া হল। কয়েকদিন পরে টবের গাছটার কী অবস্থা হতে পারে বলে তোমার মনে হয়? 2 এমন হওয়ার

কারণ কী? ওই কয়েকদিন গাছটাকে যদি অন্ধকারে রেখে
নিয়মিত জল দেওয়া হতো তাহলে কি গাছটার পরিণতি
অন্যরকম কিছু হত? টবের গাছটাকে জল দিয়ে পর্যাপ্ত
সূর্যালোকে রেখে দেওয়া হল। তুমি কী দেখতে পাবে?



[Watch Video Solution](#)

416. খাদ্যতালিকাতে পাকা ফল রাখার প্রয়োজনীয়তা
কী?



[Watch Video Solution](#)

417. খাদ্যতন্তু পাচিত হয় না কেন?



Watch Video Solution

418. খাবার থেকে হওয়া অ্যালার্জির দুটি লক্ষণ লেখো।



Watch Video Solution

419. খাদ্যতন্তুর প্রধান ভূমিকা বা কাজ লেখো।



Watch Video Solution

420. তোমরা ইতিমধ্যে কার্বোহাইড্রেট, প্রোটিন ও লিপিড-জাতীয় খাদ্য সম্পর্কে জেনেছ। তোমরা এই পাঠ্যাংশে ভিটামিন, খনিজ মৌল, জল, খাদ্যতন্তু এবং ফাইটোকেমিক্যালস বা উদ্ভিজ্জ রাসায়নিক সম্পর্কে জানবে। এখানে তোমাদের দশটি খাদ্যের নাম দেওয়া হয়। নিজেদের মধ্যে আলোচনা করে কোন্ খাদ্যে কোন্ ধরনের খাদ্য উপাদান থাকে তা লেখো। চা, ডাঁটা শাক, পানীয় জল, নুন, গুড়, আমলকী, টম্যাটো, পেঁপে, পাকা আম, দুধ।



Watch Video Solution