



## BIOLOGY

### BOOKS - MITTAL BIOLOGY (HINDI)

#### भोजन एवं मानव स्वास्थ्य

पाठ्य पुस्तक के प्रश्नोत्तर बहुचयनात्मक प्रश्न

1. नारू रोग का रोगजनक है -

A. जीवाणु

B. कृमि

C. विषाणु

D. प्रोटोजोआ

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

2. स्वस्थ शरीर का सामान्य रक्तचाप होता है -

A. 120 / 80

B. 100 / 60

C. 140 / 100

D. इनमे से कोई नहीं

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

**3. तम्बाकू किस कुल का पादप है -**

A. मालवेसी

B. लिलिएसी

C. सोलेनेसी

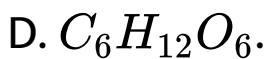
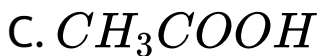
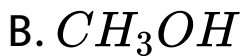
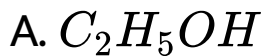
D. फेबेसी

**Answer:**



वीडियो उत्तर देखें

4. मदिरा का मुख्य घटक है -



**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

5. आयोडीन की कमी से रोग होता है -

A. रतौंधी

B. रिकेट्स

C. बाँझपन

D. घेंघा

**Answer:**



वीडियो उत्तर देखें

## पाठ्य पुस्तक के प्रश्नोत्तर अति लघुत्तरात्मक प्रश्न

1. अफीम के पादप का वैज्ञानिक नाम क्या है ?



वीडियो उत्तर देखें

2. वसीय यकृत रोग का कारण क्या है ?



वीडियो उत्तर देखें

3. तम्बाकू में कौन-सा हानिकारक तत्व पाया जाता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

4. रक्तचाप मापने वाले यन्त्र का नाम क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

5. नारू रोग के रोगजनक का नाम लिखो।

 वीडियो उत्तर देखें

## पाठ्य पुस्तक के प्रश्नोत्तर लघूत्तरात्मक प्रश्न

1. सन्तुलित भोजन व कुपोषण से क्या तात्पर्य है ?

 वीडियो उत्तर देखें

2. प्रोटीन की कमी से होने वाले रोगों का मानव शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है ?

 वीडियो उत्तर देखें



3. पीने योग्य जल के क्या गुण होने चाहिए ?



वीडियो उत्तर देखें

4. दूषित जल के दुष्प्रभाव लिखिए।



वीडियो उत्तर देखें

5. अफीम के दूध में कौन से एल्केलॉइड पाये जाते हैं ?



वीडियो उत्तर देखें

6. तम्बाकू से होने वाली हानियाँ लिखिए।



वीडियो उत्तर देखें

पाठ्य पुस्तक के प्रश्नोत्तर निबन्धात्मक प्रश्न

1. सबम्युकस फाईब्रोसिस रोग के लक्षण व कारण लिखिए।



वीडियो उत्तर देखें

2. क्वाशिओरकर रोग क्या है ? इसके लक्षण व रोकथाम के उपाय लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

3. समाज में अफीम चलन की प्रथा को आप कैसे रोक सकते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

4. विटामिन कुपोषण से होने वाले रोग एवं उनके लक्षण लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

5. कोल्डड्रिंक्स से हमारे शरीर पर पड़ने वाले हानिकारक प्रभाव का वर्णन कीजिए।

 वीडियो उत्तर देखें

6. खाद्य पदार्थों में मिलावट पर लेख लिखिए।



वीडियो उत्तर देखें

7. खनिज कुपोषण से होने वाली हानियों का वर्णन कीजिए।



वीडियो उत्तर देखें

अन्य महत्वपूर्ण प्रश्नोत्तर बहुचयनात्मक प्रश्न

1. विटामिन  $B_1$  की कमी से होने वाला रोग है -

A. क्वाशिओरकर

B. एनीमिया

C. बेरी - बेरी

D. घेंघा

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

2. हड्डियों और दाँतों को मजबूत बनाते है।

A. सोडियम - पोटैशियम

B. कैल्शियम - फास्फोरस

C. आयरन - आयोडीन

D. कार्बोहाइड्रेट्स - वसा

**Answer:**

 वीडियो उत्तर देखें

**3. निम्न में कौन-सा जलजन्य रोग है ?**

A. पीलिया (हेपेटाइटिस -A)

B. पोलिया

C. हैजा

D. उपर्युक्त सभी

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

**4. मोटापे से किस की संभावना बढ़ जाती है ?**

A. हृदय रोग

B. घुटनो का दर्द

C. मधुमेह

D. उपरोक्त सभी



**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

5. स्फिग्मोमैनोमीटर से क्या मापा जा सकता है ?

- A. रक्त शर्करा स्तर
- B. भोजन में पोषक तत्व
- C. रक्तचाप
- D. खाद्य पदार्थ में मिलावट।

**Answer:**



वीडियो उत्तर देखें

6. इन्सुलिन का स्राव होता है -

- A. यकृत से
- B. अग्न्याशय से
- C. अमाशय से
- D. छोटी आँत से

**Answer:**



वीडियो उत्तर देखें

7. निकोटिन किस पादप का प्रमुख एल्केलॉइड है ?

A. तम्बाकू

B. अफीम

C. भाँग

D. तुलसी

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

8. किस पादप के फल के लेटेक्स में मारफीन पाया जाता है ?

A. नीम

B. अफीम

C. तम्बाकू

D. भाँग

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

9. एल० एस० डी० (LSD) का पूरा नाम है -

A. लाइसर्जित एसिड डाईएथाइलेमाइड

B. लाइसिन सल्फ्यूरिक एमाइड

C. लेसर सेंस एप्लीकेशन

D. लाइकोपीन सोम्रीफेरम एसिड

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

10. दाँतों को गलाने वाले फास्फोरिक अम्ल की मिलावट निम्नलिखित में से किसमें की जाती है ?

A. दालों में चमक हेतु

B. कोल्ड ड्रिंक्स में

C. दुग्ध उत्पादों में

D. सरसो के तेल में

**Answer:**



**वीडियो उत्तर देखें**

## अन्य महत्वपूर्ण प्रश्नोत्तर सुलेमन सम्बन्धी प्रश्न

1. कॉलम A के मदों का मिलान कॉलम B में दिये मदों से कीजिए -

कॉलम A	कॉलम B
(i) विटामिन A	(a) रिकेट्स
(ii) विटामिन C	(b) पेलेग्रा
(iii) विटामिन B <sub>1</sub>	(c) रतौंधी
(iv) विटामिन D	(d) एराइब्रोफ्लेविनोसिस
(v) विटामिन B <sub>2</sub>	(e) बेरी-बेरी
(vi) विटामिन B <sub>3</sub>	(f) स्कर्वी



वीडियो उत्तर देखें

2. कॉलम A के मर्दों का मलान कॉलम B में दलये मर्दों से कीजलए -

कॉलम A	कॉलम B
(i) क्वाशलओरकर	(a) आयरन की कमी
(ii) नारु रोग	(b) गुटका
(iii) घेघा	(c) प्रोटीन कुपोषण
(iv) पोलियो	(d) ड्रेकनकुलस मेडीनेसिस
(v) रक्ताल्पता	(e) वलषाणुजन्य रोग
(vi) सबम्युकस फाइब्रोसिस	(f) आयोडीन की कमी

 वीडियो उत्तर देखें

3. कॉलम A के मर्दों का मलान कॉलम B में दलये मर्दों से कीजलए -



कॉलम A	कॉलम B
(i) अरहर	(a) पेपेर सोम्नीफेरम
(ii) हल्दी	(b) मधुमेह
(iii) शीतल पेय	(c) खेसारी दाल
(iv) इंसुलिन	(d) एस्कार्बिक अम्ल
(v) कोडीन	(e) लेड क्रोमेट
(vi) विटामिन C	(f) फास्फोरिक अम्ल



वीडियो उत्तर देखें

4. कॉलम A के मदों का मिलान कॉलम B में दिये मदों से कीजिए -

कॉलम A	कॉलम B
(i) पी०एफ०ए०	(a) मोटापा जाँच
(ii) एल०एस०डी०	(b) प्रोटीन कुपोषण
(iii) बी०एम०आई०	(c) विटामिन D
(iv) पी०ई०एम०	(d) नशीली विभ्रमकारी ड्रग
(v) $C_2H_5OH$	(e) खाद्य पदार्थों में मिलावट की रोकथाम
(vi) कैल्सीफेरॉल	(f) मदिरा

 वीडियो उत्तर देखें

अन्य महत्वपूर्ण प्रश्नोत्तर अतिलघूत्तरात्मक प्रश्न

1. बच्चों में प्रोटीन और ऊर्जा दोनों की कमी से होने वाले रोग का नाम लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

2. B समूह की  $B_3$  विटामिन का क्या नाम है ?

 वीडियो उत्तर देखें

3. मसूड़ों से खून आना, त्वचा पर चकत्ते बनना व जोड़ों में दर्द  
किस विटामिन की कमी से होने वाले रोग के लक्षण है ?

 वीडियो उत्तर देखें

4. उन दो पोषक तत्वों के नाम लिखिए जिनकी कमी बच्चों में सूखा रोग (रिकेट्स) पैदा होती है

 वीडियो उत्तर देखें

5. कौन - सा खनिज हीमोग्लोबिन का प्रमुख संघटक है ?

 वीडियो उत्तर देखें

6. कौन-सा खनिज थाइराइड हार्मोन थाइरॉक्सिन बनने हेतु आवश्यक होता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

7. उस पदार्थ का नाम लिखिए जो पृथ्वी पर प्राकृतिक रूप से ठोस, द्रव व गैस तीनों अवस्थाओं में हर समय उपस्थित रहता है।

 वीडियो उत्तर देखें

8. पीने योग्य जल का pH मान कितना होना चाहिए ?

 वीडियो उत्तर देखें

9. प्रोटोजोआ से होने वाले एक जलजन्य रोग का नाम लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

10. ड्रेकनकुलस मेडीनेंसिस क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

11. ऐसे तीन रोगों के नाम लिखिए जिनसे हमेशा उबालकर ठण्डा किया पानी पीने से बचा जा सकता है ?

 वीडियो उत्तर देखें



वीडियो उत्तर देखें

12. विषाणुओं से होने वाले दो जलजन्य रोगों के नाम लिखें।



वीडियो उत्तर देखें

13. मोटापे के सन्दर्भ में BMI का पूरा नाम लिखिए।



वीडियो उत्तर देखें

14. मोटापे का प्रमुख कारण क्या है ?





वीडियो उत्तर देखें

15. एक सामान्य व्यक्ति का डायस्टोलिक रक्तचाप कितना होता है ?



वीडियो उत्तर देखें

16. एक सामान्य व्यक्ति का डायस्टोलिक रक्तचाप कितना होता है?



वीडियो उत्तर देखें



17. शरीर की कौन-सी ग्रन्थि इन्सुलिन का स्राव करती है ?



वीडियो उत्तर देखें

18. उस हार्मोन का नाम लिखिए जो शरीर की कोशिकाओं में ग्लूकोज का उपयोग बढ़ाकर रक्त में ग्लूकोज स्तर सामान्य बनाये रखता है ?



वीडियो उत्तर देखें

19. सामान्य स्वस्थ मनुष्य के रक्त में भोजन से पूर्व ग्लूकोज का स्तर क्या होना चाहिए ?



वीडियो उत्तर देखें

20. एक मनुष्य के रक्त में भोजन करने के पश्चात ग्लूकोज का स्तर हमेशा 180/mg डे० ली० से अधिक बना रहता है ? क्या यह स्तर सामान्य है या व्यक्ति किसी रोग से पीड़ित है ?



वीडियो उत्तर देखें

21. किस प्रकार के मधुमेह को टाइप II मधुमेह कहा जाता है ?



वीडियो उत्तर देखें

22. आधुनिक जीवनचर्या में रहने वाले तनाव, व्यायाम की कमी व खान - पान के कारण होने वाले दो प्रमुख रोगों के नाम लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

23. गुटखा खाने वालो में मुँह का पूर्ण रूप से न खुल पाना किस रोग के कारण आता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

24. निकोटिना टैबेकम तकनीकी नाम वाले पौधे को सामान्यतः किस नाम से जाना जाता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

25. अपने देश में मुख्य कैंसर का प्रमुख कारण क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

26. कौन-सी प्रदूषण गैस हीमोग्लोबिन की ऑक्सीजन परिवहन क्षमता कम कर देती है ?

 वीडियो उत्तर देखें

27. शरीर के किस अंग में एल्कोहॉल विषैल एसीटेल्डिहाइड में बदल जाता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

28. सभी प्रकार की मदिराओं का प्रमुख घटक क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

**29.** मार्फीन का प्रयोग किस प्रकार की दवा बनाने में किया जाता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

**30.** नशीले पदार्थ हेरोइन को किस पादप से प्राप्त किया जाता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

**31.** लत पैदा करने वाले किन्ही 4 नशीले पदार्थों के नाम लिखें।

 वीडियो उत्तर देखें

**32.** नाइट्राजिपाम, डाएजीपाम किस प्रकार की दवा है ?

 वीडियो उत्तर देखें

**33.** कोल्ड ड्रिंक्स में पाये गये पीड़क नाशियों का मानव स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

34. पी० एफ० ए० का पूरा नाम लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

35. संश्लेषित दूध बनाने में किन खतरनाक रसायनों का प्रयोग किया जाता है ?

 वीडियो उत्तर देखें



**36. PEM का शब्द विस्तार कीजिए।**



**वीडियो उत्तर देखें**

**37. किस मसाले में पीले रंग के लैड क्रोमेट की मिलावट की जाती है ?**



**वीडियो उत्तर देखें**

**38. सत्यानाशी या आर्जीमोन के बीज किसके बीजों में मिलावट हेतु प्रयोग होते हैं ?**

 वीडियो उत्तर देखें

39. विटामिन  $B_1$  का वैज्ञानिक नाम क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

40. अनुकुंचन गति किस पौधे पर प्रमाणित की जाती है ?

 वीडियो उत्तर देखें

अन्य महत्वपूर्ण प्रश्नोत्तर लघूत्तरात्मक प्रश्न

1. युवा नशीले पदार्थों का सेवन क्यों करते लगते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

2. डॉक्टर के पर्चे पर लिखी जाने वाली निद्राकारी व दर्द निवारक नशीली दवाओं के दुरुपयोग से मानव स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

3. रतौंधी व स्कर्वी रोगों के कारण व प्रमुख लक्षण लिखिए।



 वीडियो उत्तर देखें

4. कुपोषण के प्रमुख कारण क्या हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

5. शरीर में लौह तत्व की कमी से होने वाले रोग का नाम व उसके प्रमुख लक्षण लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

6. क्या कारण है कि घेंघा रोग समुद्र तटीय इलाको में नहीं पाया जाता ?

 वीडियो उत्तर देखें

7. केवल मक्का का बहुतायत से प्रयोग करने वाले लोगो में पेलेग्रा रोग हो जाता है। समझाइये।

 वीडियो उत्तर देखें

8. शरीर में जल के कार्यों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।

 वीडियो उत्तर देखें

9. जलजन्य बीमारियों से बचाव के उपाय बताइये।

 वीडियो उत्तर देखें

10. जलजन्य संक्रामक रोगों के रोगकारी जीव के अनुसार एक सूची बनाइये।

 वीडियो उत्तर देखें

11. नारु रोग का संचरण किस प्रकार होता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

12. शरीर भार सूचकांक पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

 वीडियो उत्तर देखें

13. उच्च रक्तचाप क्या है ? इसके क्या प्रमुख कारण हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

14. मोटापे और उच्च रक्तचाप से बचे रहने के उपाय लिखिए।



वीडियो उत्तर देखें

अन्य महत्वपूर्ण प्रश्नोत्तर निबन्धात्मक प्रश्न

1. दिये गये चित्र में a, b, c को पहचान कर नामांकन कीजिए।



वीडियो उत्तर देखें



2. दिये गये चित्र में a, b, c को पहचान कर नामांकन कीजिए।



वीडियो उत्तर देखें

3. नीचे दिये चित्रों A,B,C व D में अलग-अलग रोगों से पीड़ित 4 रोगियों के चित्र दिये गये हैं। प्रत्येक रोग को पहचान कर उसका नाम लिखिए।



इन सभी रोगों के लिए कौन-सा सामान्य नाम प्रयोग किया जा सकता है ?



**उत्तर देखें**

4. दिये गये चित्र में a, b, c को पहचान कर नामांकन कीजिए। खिए।

 वीडियो उत्तर देखें

5. शरीर में भोजन का क्या कार्य है ? संतुलित भोजन के सभी घटकों के नाम व उनका एक-एक प्रमुख कार्य बताइये।

 वीडियो उत्तर देखें

6. तीन ऐसे कुपोषण जनित रोगों के नाम लिखिए जो एक से अधिक पोषको की कमी से होते हैं।

 वीडियो उत्तर देखें

7. सभी प्रकार की मदिराओं में कौन - सा पदार्थ पाया जाता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

8. मदिराओं की भिन्नता किस बात पर निर्भर करती है ?



वीडियो उत्तर देखें

9. मदिरा सेवन से होने वाले दुष्प्रभावों का वर्णन कीजिए।



वीडियो उत्तर देखें