Roll No. …………………..

DPHCN–04

Nutrition Education

(पोषण शिक्षा)

Diploma in Public Health and Community Nutrition (DPHCN–10)

First Semester, Examination, 2017

Time : 3 Hours **Max. Marks : 40**

नोट : यह प्रश्न पत्र चालीस (40) अंकों का है जो तीन (03) खण्डों 'क', 'ख', तथा 'ग' में विभाजित है। शिक्षार्थियों को इन खण्डों में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों का चयन करना है।

खण्ड–क

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

नोट : खण्ड 'क' में चार (04) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए साढ़े नौ ($9\frac{1}{2}$) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. "प्रोटीन-ऊर्जा कुपोषण" से क्या अभिप्राय है ? इसके कारणों व रोकथाम पर चर्चा कीजिए।
2. संचार मे प्रयोग किए जाने वाले "श्रव्य-दृश्य सहायकों" (Audio-Visual aids) के फायदे व नुकसान को समझाइये।

3. पोषण कार्यक्रम की योजना के चरणों को उदाहरण सहित समझाइये।
4. विटामिन 'ए' की कमी के लक्षणों पर चर्चा कीजिए। विटामिन 'ए' की कमी की रोकथम के लिए राष्ट्रीय स्तर पर चलाए जा रहे कार्यक्रम पर विस्तार से चर्चा कीजिए।

खण्ड–ख

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए चार (04) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. संचार के "पारस्परिक माध्यम" व "सामूहिक मीडिया माध्यम" के अन्तर को समझाइये।
2. पोषण शिक्षा प्रदान करने की विधियों पर विस्तार से चर्चा कीजिए।
3. "प्रभावी व अच्छे संदेश" की विशेषताओं पर चर्चा कीजिए।
4. पोषण शिक्षा कार्यक्रम के सिद्धान्तों को समझाइये।
5. माताओं में "रक्ताल्पता" की रोकथाम हेतु एक पोषण शिक्षा कार्यक्रम तैयार कीजिए। गर्मी व सर्दी में उपलब्ध लौह तत्व/फोलिक एसिड व विटामिन बी$_{12}$ से भरपूर किन्हीं दस भोज्य पदार्थों की सूची दीजिए।
6. "सूखा रोग (Marasmus)" को विस्तार से समझाइये।
7. आयोडीन की कमी से होने वाले रोगों (IDD) के कारकों को समझाइये।

8. "राष्ट्रीय पोषक रक्ताल्पता नियंत्रण कार्यक्रम" पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

खण्ड–ग

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए आधा ($\frac{1}{2}$) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

सही उत्तर चुनिये :

1. इस स्थिति में शरीर में कोशिकाओं के मध्यस्थ स्थानों पर पानी व लवण जमा हो जाता है :
   (अ) एनोरैक्जिया
   (ब) शोफ (Oedema)
   (स) चम्मचनुमा आकार के नाखुन
   (द) घेंघा

2. एम. यू. ए. सी. का पूरा नाम है :
   (अ) मीडियम अपर आर्म सरकम्फरैन्स
   (ब) मैक्सीमम अपर आर्म सर्किल
   (स) मिड अपर आर्म सरकम्फरैन्स
   (द) मिड अपर आर्म सर्किल

3. रक्ताल्पता कम स्तर की मानी जाती है जब हीमोग्लोबिन हो :
   (अ) 7 ग्रा./डी. एल. से कम
   (ब) 7-10 ग्रा./डी. एल. के मध्य
   (स) 10 ग्रा./डी. एल. से सामान्य स्तर के मध्य
   (द) 12 ग्रा./डी. एल. से ऊपर

4. कुपोषण का "गोमेज वर्गीकरण" इस पर आधारित है :
   (अ) लम्बाई के अनुसार वजन
   (ब) उम्र के अनुसार वजन
   (स) उम्र के अनुसार लम्बाई
   (द) उपर्युक्त में से कोई नहीं

5. निम्नलिखित लक्षण दीर्घकालीन रक्ताल्पता में दिखता है :
   (अ) भूख न लगना
   (ब) पीलापन
   (स) चम्मचनुमा आकार के नाखून
   (द) चिड़चिड़ापन

6. राष्ट्रीय पोषण संस्थान (NIN) इस शहर में स्थित है :
   (अ) हैदराबाद
   (ब) मैसूर
   (स) दिल्ली
   (द) चेन्नई

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए :

7. उम्र के अनुसार लम्बाई कम होना .... दर्शाता है।
8. आई. डी. डी. से बचाव हेतु लोगों को .... नमक खाना चाहिए।
9. जीरोफ्थैल्मिया विटामिन .... की कमी से होने वाला रोग है।
10. वेस्टिंग .... का प्रमुख लक्षण है।