डी.एन.एच.ई –2

पोषण और स्वास्थ्य **शिक्षा में डिप्लोमा**

डी.एन.एच.ई –2

सत्रीय कार्य

जनवरी 2026 / जुलाई 2026

सतत् षिक्षा विद्यापीठ
इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विष्वविद्यालय
मैदान गढ़ी नई दिल्ली –110068

भोजन और पोषण में प्रमाण पत्र कार्यक्रम (डी.एन.एच.ई)
सत्रीय कार्य –2
2026

प्रिय छात्र / छात्राओ

आपको कुल तीन सत्रीय कार्य करने होगें। प्रत्येक सत्रीय कार्य 100 अंकों का है। प्रत्येक सत्रीय कार्य का खंड वार विभाजन निम्नलिखित हैः

सत्रीय कार्य	1	(टी एम.ए)	–	डी.एन.एच.ई–1 पर आधारित है
सत्रीय कार्य	2	(टी एम.ए)	–	डी.एन.एच.ई–2 पर आधारित है
सत्रीय कार्य	3	(टी.एम.ए)	–	डी.एन.एच.ई–3 पर आधारित है

निर्देश

सत्रीय कार्यों को करने से पहले कृप्या निम्नलिखित निर्देशोंको ध्यानपूर्वक पढ़िएः

1. कार्यक्रम दर्शिका में सत्रीय कार्यों के बारे में दिए गए विस्तृत निर्देशों को पढ़िए।
2. अपनी उत्तर शीट (शीटों) के पहले पृष्ठ पर सबसे ऊपर दाहिने कोने पर अपनी नामांकन संख्या, नाम पूरा पता और तारीख लिखें।
3. अपनी उत्तर शीट (शीटों) के पहले पृष्ठ के मध्य में पाठ्यक्रम शीर्षक, सत्रीय कार्य संख्या और उस अध्ययन केंद्र का नाम लिखें जिससे आप संबद्ध हैं।

आपकी उत्तर शीट के पहले पृष्ठ का सबसे ऊपरी भाग ऐसा होना चाहिए

नामांकन संख्या .... **नाम** ....

पाठयक्रम शीर्षक .... **पता** ....

सत्रीय कार्य संख्या ....

अध्ययन केंद्र .... **तारीख** ....

---

4. अपना उत्तर लिखने के लिए केवल फुलस्केप कागज का प्रयोग करें और सभी पृष्ठों को सावधनीपूर्वक बाँध दें।
5. प्रत्येक उत्तर के साथ उसकी प्रश्न संख्या लिखें।
6. अपनी लिखावट में ही लिखें।
7. प्रस्तुतिः सत्रीय कार्य को पूरा करके उस अध्ययन केंद्र के संचालक को भेजें, जो आपको आवंटित किया गयाहै। विशेष ध्यान देने योग्य बात :

यह बात सामने आई है कि कुछ छात्र बोध प्रश्नों के अभ्यास उत्तर, विश्वविद्यालय को मूल्यांकन के लिए भेज रहे है। कृप्या इन्हें हमारे पास मत भेजिए। ये अभ्यास आपको स्वयं अपनी उन्नति का निर्णय करने में सहायता करने के लिए दिए गए है। इस उद्देश्य हेतु हमने प्रत्येक इकाई के अंत में इन अभयासों के अत्तर दिए है। कार्यक्रम दर्शिका में हम यह बात पहले ही बता चुके हैं।

अपनी उत्तर पत्रिका भेजने से पहले कृपया यह सुनिश्चित कर लें कि आपने निम्नलिखित बातों का ध्यान रखा है।

- अपने अपनी नामांकन संख्या, नाम और पता सही–सही लिखा हैं।
- पाठयक्रम का शीर्षक और सत्रीय कार्य की संख्या स्पष्ट रूप से लिखी हैं।
- प्रत्यके सत्रीय कार्य अलग–अलग शीटों पर लिखा है और सही ढंग से बाँध दिया है।
- सत्रीय कार्यो के सभी प्रश्नों के उत्तर दिए है

अब प्रश्नों के उत्तर देने से पहले यह निर्देश पढ़ लें।

टी.एम.ए. के सत्रीय कार्य के लिए निर्देश

शिक्षक जाँच सत्रीय कार्य के दो भाग हैं।

भाग कः वर्णनात्मक प्रश्न **(60 अंक)**

इस भाग में, आपको वर्णनात्मक प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

भाग ख प्रयोगात्मक अभ्यास **(40 अंक)**

यह भाग प्रयोगात्मक कार्यो की नियमावली पर आधारित है।

ध्यान रखने योग्य बातें

निम्नलिखित बातों को ध्यान रखना आपके लिए उपयोगी सिद्ध होगा :

1. **योजना बनाना :** सत्रीय कार्यों को ध्यानपूर्वक पढ़ें। वे जिन इकाइयों पर आधरित हैंउनका अध्ययन ध्यानपूर्वक करें। प्रत्यके प्रश्न से संबंधित कुछ बातें नोट करे और तत्पश्चात उन्हें तर्क संगत क्रम में व्यवस्थित करें।

2. **संगठन :** अपने उत्तर की कच्ची रूपरेखा बनाने से पहले उसके चयन और विश्लेषण पर थोड़ा अधिक ध्यान दें। किसी प्रश्न का उत्तर देते समय प्रस्तावना और निष्कर्ष पर पर्याप्त ध्यान दें। प्रस्तावना में संक्षेप में प्रश्न की व्याख्या करें और बताएँ कि आप विस्तार से इसको कैसे स्पष्ट करेंगे। निष्कर्ष में आपको प्रश्न के उत्तर का सारांश प्रस्तुत करना चाहिए।

   यह निश्चित कर ले किः
   क) आपका उत्तर तर्क संगत और सुसंगत हैं।
   ख) उत्तर के वाक्यों और अनुच्छेदों/पैराग्राफों के बीच स्पष्ट संबंध है।
   ग) आपने अपनी अभिव्यक्ति, शैली और प्रस्तुति को उपयुक्त महत्व देते हुए उत्तर सही–सही लिखा हुआ है।
   घ) आपके उत्तर प्रश्न में निर्दिष्ट शब्दों की संख्या से ज्यादा नहीं है।

3. **प्रस्तुतीकरणः** जब आपको अपने उत्तर संतोषजनक लगें तो आप उन्हें भेजने के लिए अंतिम रूप देकर लिख लें। प्रत्येक उत्तर स्पष्ट रूप से लिखें और जिन बातो पर आप विशेष बल देना चाहते है उन्हें रेखांकित कर दें।

सत्रीय कार्य –2

(टी एम ए –2)

पाठ्यक्रम कोड : डी.एन.एच.ई –2
सत्रीय कार्य कोड : डी.एन.एच.ई.–2/ए.एस.टी.–2/टी.एम.ए 2/2026
जनवरी 2026 सत्र के लिए जमा कराने की अंतिम तिथि : 30 जुलाई, 2026
जुलाई 2026 सत्र के लिए जमा कराने की अंतिम तिथि : 30 जनवरी, 2027

अधिकतम अंकः 100

सत्रीय कार्य –2 में दो भाग हैं और यह 100 अंकों का है। प्रत्येक भाग के अंक उनके सामन दिये गये हैं।

(क) वर्णनात्मक प्रश्न **(60 अंक)**

(ख) प्रयोगात्मक अभ्यास **(40 अंक)**

भाग क : वर्णनात्मक प्रश्न

सभी प्रश्न अनिवार्य हैं

1) क) आपके विचार में क्या जन्म मृत्यु आंकडे एशियाई देशों की जन स्वास्थ्य नीतियों की योजना बनाने में सहायक हो सकती है? उपयुक्त उदाहरण दीजिए। (3)

ख) भारत में परिवार नियोजन कार्यक्रम के विकास पर संक्षेप में चर्चा कीजिए। (3)

2) क) संक्रमण के प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष संचरण की विधियों पर उपयुक्त उदाहरणों सहित संक्षेप में चर्चा कीजिए। (3)

ख) ग्रामीण क्षेत्रों में सुरक्षित जल आपूर्ति और अपशिष्ट के निपटान के लिए अपनाई गई विधियों को सूचीबद्ध कीजिए। (3)

3) क) संक्षिप्त टिप्पणी लिखिएः (3)

i) जन सुरक्षा

ii) नशीली पदार्थो का दुरूपयोग

ख) "पोषणात्मक आवश्यकताऐं रोग से कैसे प्रभावित होती है"। इस कथन को उपयुक्त उदाहरणों सहित सिद्ध कीजिए। (3)

4) क) निम्नलिखित रोगों/स्थितियों के लक्षणों, कारणों एवं रोकथाम का वर्णन कीजिए। (3X2)

i) संक्रामक हेपेटाइटिस

ii) हुककृमि ग्रसन

iii) आर्जेमोन विषाक्तता

5) क) पोषण देखभाल की अवधारणा को संक्षेप में समझाइए। (3)

ख) निम्नलिखित से ग्रस्त रोगियों को आप आहार संबंधी क्या सुझाव देंगे: (3)

i) उच्च रक्त चाप

ii) मधुमेह

6) क) निम्नलिखित कृमि ग्रसनों की रोकथाम, नियंत्रण एवं प्रबंधन आप कैसे करेंगे: (3x2)

i) टीनियता (फीता कृमि रोग)

ii) एन्किलोस्टोमता (अंकुंश कृमि रोग)

iii) ऑक्सीयूरिसता (पिन कृमि रोग)

7) निम्नलिखित रोगों के कारणों लक्षणों, जटिलताएँ एवं फैलने के तरीकों का वर्णन कीजिए। रोकथाम एवं नियंत्रण के उपयोगों का भी उल्लेख कीजिए: (3x2)

i) मलेरिया

ii) पोलियोमायलाइटिस

iii) क्षय रोग

8) क) प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल क्या है? इसके अनिवार्य घटकों को सूचीबद्ध कीजिए। (3)

ख) राष्ट्रीय स्वास्थ्य नीति की कुछ प्रमुख विशेषताओं को सूची बद्ध कीजिए। (3)

9) क) निम्नलिखित के नियंत्रण के लिए राष्ट्रीय कार्यक्रमों के नाम लिखिए : (3)

i) एड्स

ii) क्षय रोग

iii) अरक्तता

iv) विटामिन 'ए' की कमी

v) मधुमेह

vi) मानसिक विकार

ख) आशा (ASHA) कौन है? समुदाय में आशा के प्रमुख कार्यों का उल्लेख कीजिए। (3)

10) क) मातृ–शिशु स्वास्थ्य और उनके पोषणात्मक स्तर के विकास हेतु किसी एक कार्यक्रम के लाभार्थियों, उद्देश्यों एवं गतिविधियों पर संक्षेप में चर्चा कीजिए। (3)

ख) भारत में ग्रामीण निर्धनों के लिए गरीबी उन्मूलन कार्यक्रमों की सूची बनाइए। (3)

भाग ख – प्रयोगात्मक अभ्यास **(40 अंक)**

1) अपने पड़ोस में जाकर मधुमेह से पीड़ित पाँच व्यक्तियों का चयन कीजिए। उनके नाम, आयु, लिंग, लक्षण एवं दैनिक आहार को रकॉर्ड। मीठे खाद्य पदार्थो के सेवन की आवृत्ति भी लिखिए। उत्तर सारणीबद्ध रूप में प्रस्तुत कीजिए। (देखे डी एन एच ई 2, खण्ड 1, इकाई 9) (10)

2) अपने क्षेत्र में एक सर्वेक्षण कर यह जानिए कि घर पर (प्री स्कूल बच्चों के लिए) दस्त को नियंत्रित करने हेतु कौन–सी विधियाँ अपनाई जाती हैं। पाँच उत्तरदाताओं के विचार दर्ज कीजिए। साथ ही उन्हें ओ आर एस (ORS) के बारे में शिक्षित कीजिए तथा घर पर ओ आर एस बनाने की विधि बताइए। ओ आर एस के बारे में लक्षित समूह को शिक्षित करने के लिए आप किन बातों को बताऐय उनकी सूची बनाइए। (देखे डी एन एच ई 2, खण्ड 1, इकाई 11) (10)

3) नजदीकी आंगनवाड़ी केंद्र में जाकर टीकाकरण सुविधा प्राप्त कर रहे दस लाभार्थियों का चयन कीजिए। प्रत्येक का नाम, आयु, लिंग एवं दिया गया टीका दर्ज कीजिए। भारतीय राष्ट्रीय टीकाकरण अनुसूची तैार कीजिए तथा लाभार्थियों से छूटे हुए टीकों का लिखिए। (देखे डी एन एच ई 2, खण्ड 2, इकाई 22) (10)

4) बुजुर्गों की घरेलू सुरक्षा को बढ़ावा देने हुतु पाँच संदेश लिखिए। साथ ही घर में सामान्यत : उपयोग होने वाली उन वस्तुओं पर चर्चा कीजिए जिनसे दुर्घटना की संभावना होती है। (देखे डी एन एच ई 2, खण्ड 1, इकाई 7) (10)