

No. of Printed Pages : 6

ANC-1(Oriya)

**BACHELOR'S DEGREE
PROGRAMME (BDP)**

Term-End Examination

June, 2025

(Application Oriented Course)

ANC-1 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

ମୁଦ୍ରଣ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା : 6

ANC-1

ସ୍ନାତକ ତିରୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ (BDP)

ଚର୍ମ-ସମାପ୍ତି ପରୀକ୍ଷା

ଜୁନ୍ - 2025

(ପ୍ରୟୋଗୀକ କୋର୍ସ)

ANC-1 : ଗୋଷ୍ଠସମାଜ ପାଇଁ ପୁଷ୍ଟିସାର

ସମୟ : 3 ଘଣ୍ଟା

ସର୍ବାଧିକ ନମ୍ବର : 100

ନୋଟ : (i) ପ୍ରଶ୍ନ ସଂଖ୍ୟା ହେଉଛି ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ ।

(ii) ସମସ୍ତ ପାଞ୍ଚୋଟି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦିଅ ।

(iii) ସମସ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନରୁ ଚିକିତ୍ସା ମୂଲ୍ୟ ସମାନ ।

1. (a) ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର :

10×1=10

(i) ଏକ ରେସିପି, ଯେତେବେଳେ ହିଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ, ଲଗାତାର ଭାବରେ ସମାନ ପଳାଫଳ ଦେଇଥାଏ, ଏହା ----- ରେସିପି ନାମରେ ଜଣାଶୁଣା

(ii) ବୟସ ଅନୁସାରେ ଅଳ୍ପ ଉଚ୍ଚତା ----- ର ଏକ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ

(iii) ----- ର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଆମ ଶରୀରରେ ଏକ କିମ୍ବା ଏକାଧିକ ପୃଷ୍ଠିସାରର ଅଭାବ କିମ୍ବା କମ୍ କରିମାଣରେ ଉପସ୍ଥିତ ।

(iv) ----- ଏଞ୍ଜାଇମ୍ ଆମ ପାଟିରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍‌କୁ ଆଂଶିକ ଭାବରେ ହଜମ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

(v) ଘିଅ ଏବଂ ଲହୁଣୀ ----- ପ୍ରାଚୀ ଏସିଡ୍‌ରେ ଭରପୁର ।

(vi) ଆମ ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ଜମାଟ ବାନ୍ଧିବାରେ ----- ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଏବଂ ଏହା “ରକ୍ତସ୍ରାବ-ବିରୋଧୀ ଭିଟାମିନ୍” ଭାବରେ ଜଣାଶୁଣା

(vii) କେତେକ ଉଦ୍ଭିଦଜାତ ଖାଦ୍ୟରେ ----- ଥାଏ ଏବଂ ଶରୀରର ଥାଇରକ୍ସାଇନ୍ ଉତ୍ପାଦନ ଏବଂ ବ୍ୟବହାର ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ, ଯାହାକି ହେଉଛି ଏକ ଆୟୋଡିନ୍‌ଯୁକ୍ତ ହରମୋନ୍ ।

(viii) ଖାଦ୍ୟପଦାର୍ଥ ଯାହାକି ସହଜରେ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ତାହାକୁ ----
--- ଖାଦ୍ୟ କୁହାଯାଏ ।

(ix) ----- ହେଉଛି ଏକ ଶାରୀରିକ ଅବସ୍ଥା ଯାହାକି ଥିଆମାଇନ୍ ଅଭାବରୁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।

(x) ----- ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରକାର ଖାଦ୍ୟ ବିଶାଳକରଣ ଯାହାକି ଆମେ ସେହି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାବେଳେ ସେଥିରେ ଥିବା ମାଇକ୍ରୋ-ଅଗ୍ନିଜିମ୍ ପାଇଁ ହୋଇଥାଏ ।

(b) ନିମ୍ନଲିଖିତଗୁଡ଼ିକ 2-3 ବାକ୍ୟରେ ଉଦାହରଣ ସହ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ ।

2×5=10

(i) ଖାଦ୍ୟର ଶରୀରଗଠନ କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା

(ii) ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହେବାର କାରଣ

(iii) ଉପଲବ୍ଧ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍

(iv) ଖାଦ୍ୟ ଅପମିଶ୍ରଣ

(v) କ୍ୱାଶିଅର୍କର

2. (a) ଆମ ଆହାରରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ। ଆମ ଶରୀରରେ ଉପଲବ୍ଧ ନ ଥିବା କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଡୁମିକା କଣ?

3+3

(b) ଆମର ଶରୀରରେ ଖାଦ୍ୟର ଚିନୋଟି କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ଲେଖନ୍ତୁ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକକୁ ସଂକ୍ଷିପ୍ତରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ ।

1+3

(c) ଆମ ଆହାରରେ କାଲ୍‌ସିଅମ୍‌ର ସ୍ତର ଉଲ୍ଲେଖ କରନ୍ତୁ । ଆମ ଶରୀରରେ

ଭିଟାମିନ୍ D ର ଅଭାବର ପରିଣାମ କଣ ହୋଇଥାଏ ? 2+4

(d) ନିମ୍ନଲିଖିତ ଗୁଡ଼ିକର ସ୍ତର ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ଉଲ୍ଲେଖ କରନ୍ତୁ: 2+2

(i) ଫେଲିକ୍ ଏସିଡ୍

(ii) ଭିଟାମିନ୍ B₁₂

3. (a) ମିଲ୍ ଯୋଜନା କରିବା ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରନ୍ତୁ । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଜ୍ଞର ମିଲ୍ ଯୋଜନା କଲାବେଳେ ଆମେ ଧ୍ୟାନରେ ରଖୁଥିବା ଯେ କୌଣସି ଦୁଇଟି ବିଷୟ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ । 2+3+3

(b) ସନ୍ତୁଳିତ ଆହାର ତତ୍ତ୍ୱ ବିସ୍ତାର ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ, ଉପଯୁକ୍ତ ଉଦାହରଣ ଦିଅନ୍ତୁ । 7

(c) ଆମ ଶରୀରରେ ଫାଟ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ । 5

4. (a) ନିମ୍ନଲିଖିତଙ୍କ ପାଇଁ ମିଲ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତି କଲାବେଳେ କେଉଁ ସବୁ ଆହାରଗତ ବିଷୟ ଆମ ଧ୍ୟାନକୁ ନେବା ଉଲ୍ଲେଖ କରନ୍ତୁ 8+7

(i) 6-12 ମାସ ବୟସର ଛୋଟ ଶିଶୁ

(ii) କିଶୋର/କିଶୋରୀ

(b) ଫୁଡ୍ ବଜେଟିଙ୍ଗ୍ କଣ ? ଏହା ପ୍ରସ୍ତୁତ କଲାବେଳେ ପରିବାରର ଆୟ ଭୂମିକା ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ । 1+4

5. (a) ନିମ୍ନଲିଖିତ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଚୟନ କଲାବେଳେ କେଉଁ ସବୁ ପଦାର୍ଥ ଆପଣ ବିଚାରକୁ ନେବେ ? 5+5

(i) ଦୁଗ୍ଧ ଏବଂ ଦୁଗ୍ଧଜାତ ପଦାର୍ଥ

(ii) ପନିପରିବା ଏବଂ ଫଳ

(b) ନିମ୍ନଲିଖିତ ପ୍ରଶାଳୀରେ ସଂପୃକ୍ତ ଥିବା ଖାଦ୍ୟ ସଂରକ୍ଷଣ ନିୟମାବଳୀ ବିସ୍ତାର ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ । 5

(i) ଦୁଗ୍ଧ ର ପାଖିରାଜ୍ଞେସନ

(ii) ଆମ୍ବୁ ଖରାରେ ଶୁଖାଇବା

(iii) ଆଚାର ତିଆରି ବେଳେ ଅଧିକ ଲୁଣ ମିଶାଇବା

(iv) ଜାମ୍ରେ ସୋଡିୟମ୍ ବେଙ୍ଗୋଏଟ୍ ମିଶାଇବା

(v) ମାଛକୁ ନିଆଁରେ ଶୁଖାଇବା

(c) ନଷ୍ଟଶୀଳତା ଉପରେ ଆଧାର କରି ଖାଦ୍ୟର ଶ୍ରେଣୀଭୁକ୍ତକରଣ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ । 5

6. ନିମ୍ନଲିଖିତ ଗୁଡ଼ିକୁ ଉଦାହରଣ ସହ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ : 5+5+5+5

(a) ଖାଦ୍ୟ ନିୟମ

(b) PEM ର ନୈଦାନିକ ବିଶେଷତା

(c) ଫୋରୋସିସ୍

(d) ମାତୃ ପୃଷ୍ଠାନତା

7. (a) “ଓବେସିଟି” କଣ ବ୍ୟାଧି ? ଓବେସିଟି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ଆହାରଗତ ପରିଚାଳନା ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ ? 1+5
- (b) ହୃତ୍ପିଣ୍ଡଜନିତ ରୋଗ ପାଇଁ ଥିବା ବିପଦ ସମ୍ଭାବନାର କାରଣଗୁଡ଼ିକ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ । 7
- (c) ରକ୍ତହୀନତା ନ ହେବା ପାଇଁ ଆମେ କେଉଁସବୁ ପ୍ରତିରକ୍ଷାମୂଳକ ପଦକ୍ଷେପ ନେବା ଉଚିତ୍ ? ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତୁ । 7

8. ନିମ୍ନଲିଖିତ ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସି ଚାରୋଟି ବିଷୟରେ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ନୋଟ୍ ଲେଖନ୍ତୁ :

5+5+5+5

- (a) ଆହାର ସର୍ବେକ୍ଷଣ ପଦ୍ଧତି(ଯେ କୌଣସି ଦୁଇଟି)
- (b) ଖାଦ୍ୟ ସେବା ସଂସ୍ଥାର ପରିଚାଳନାଗତ ଫ୍ଲୋଚାର୍ଟ୍
- (c) କାର୍ଯ୍ୟସୂଚୀ
- (d) ICDS ର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଏବଂ ଉପାଦାନ
- (e) ହଇଜାର ଆହାରଗତ ପରିଚାଳନା

× × × × ×