

No. of Printed Pages : 48

DECE-02

**DIPLOMA IN EARLY CHILDHOOD CARE AND EDUCATION
(DECE)**

Term-End Examination, June, 2026

DECE-02 : CHILD HEALTH AND NUTRITION

Time : 3 hours

Maximum Marks : 100

प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा में डिप्लोमा

(डी.ई.सी.ई.)

सत्रांत परीक्षा, जून, 2026

डी.ई.सी.ई.-02 : बाल स्वास्थ्य एवं पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

General Instructions :

- (i) *This is an objective type question paper. Options for the correct answer must be marked only in the OMR sheet.*
- (ii) *All questions are **compulsory**.*
- (iii) *The question paper consists of **100** questions each of which carries **one** mark.*
- (iv) *Each question has four alternatives, one of which is correct. Write the Sl. No. of your correct alternative/answer below the corresponding question number in the OMR sheet and then mark the rectangle for the same number in that column. If you find that none of the given alternatives is correct, then write 0 and mark in column 0.*
- (v) *Do not waste time in reading the whole question paper. Go on solving questions one by one. You may come back to the left out questions, if you have time at the end.*

सामान्य निर्देश :

- (i) यह एक वस्तुनिष्ठ प्रश्न-पत्र है। प्रश्नों के सही विकल्प केवल OMR शीट में लिखिए।
- (ii) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
- (iii) इस प्रश्न-पत्र में 100 प्रश्न हैं जिनमें प्रत्येक प्रश्न एक अंक का है।
- (iv) प्रत्येक प्रश्न के साथ चार विकल्प हैं, जिनमें से एक सही है। ओ.एम.आर. शीट में निर्देशानुसार सही विकल्प/उत्तर का क्रमांक संगत प्रश्न संख्या के नीचे लिखें और फिर उसी क्रमांक के आयत पर उसी कॉलम में चिह्न लगाएँ। अगर आप पाएँ कि कोई भी विकल्प सही नहीं है तो 0 लिखें और कॉलम 0 में चिह्न लगाएँ।
- (v) पूरे प्रश्न-पत्र को पढ़ने में समय बर्बाद मत कीजिए। एक के बाद एक प्रश्न को करते जाइए। यदि बाद में समय रहे, तो बचे हुए प्रश्नों को दुबारा देखा जा सकता है।

1. The functions of food do NOT include :
 - (1) Physiological functions
 - (2) Psychological functions
 - (3) Social functions
 - (4) Genetic functions
2. In nutrition, the term 'balance' refers to :
 - (1) Eating equal quantities of all foods
 - (2) Supplying nutrients in the right proportions and amounts
 - (3) Avoiding spices in the diet
 - (4) Eating more macronutrients than micronutrients
3. Calcium and phosphorus interaction mainly influences :
 - (1) Blood pressure
 - (2) Bone and teeth health
 - (3) Vision
 - (4) Nerve conduction
4. Malnutrition refers to :
 - (1) Only undernutrition
 - (2) Only overnutrition
 - (3) Both undernutrition and overnutrition
 - (4) Lack of proteins only
5. The biomedical concept of health defines health as :
 - (1) Physical and spiritual well-being
 - (2) Absence of disease
 - (3) Harmony with environment
 - (4) Health insurance

1. भोजन के कार्यों में सम्मिलित नहीं है :
 - (1) शरीरक्रियात्मक कार्य
 - (2) मनोवैज्ञानिक कार्य
 - (3) सामाजिक कार्य
 - (4) आनुवंशिक कार्य

2. पोषण में, 'संतुलन' शब्द से आशय है :
 - (1) हर किस्म के आहार का समान मात्रा में सेवन
 - (2) पोषक तत्वों की सही अनुपात एवं सही मात्रा में आपूर्ति
 - (3) आहार में मिर्च-मसालों से परहेज
 - (4) सूक्ष्म पोषक तत्वों की तुलना में, स्थूल पोषक तत्वों का अधिक सेवन

3. कैल्शियम और फॉस्फोरस की अंतःक्रिया, मुख्य रूप से किसको प्रभावित करती है ?
 - (1) रक्तचाप
 - (2) हड्डियों एवं दाँतों की मजबूती
 - (3) दृष्टि
 - (4) तंत्रिका संचालन

4. कुपोषण से तात्पर्य है :
 - (1) केवल अल्पपोषण
 - (2) केवल अतिपोषण
 - (3) अल्पपोषण एवं अतिपोषण दोनों
 - (4) केवल प्रोटीन की कमी

5. स्वास्थ्य की जैवचिकित्सीय (biomedical) संकल्पना स्वास्थ्य को के रूप में परिभाषित करती है।
 - (1) शारीरिक और आध्यात्मिक कल्याण व तंदुरुस्ती
 - (2) किसी रोग का न होना
 - (3) पर्यावरण से सामंजस्य
 - (4) स्वास्थ्य बीमा

6. The concept of “sound mind in a sound body in a favourable family and a good environment” represents the concept of health.
- (1) Biomedical
 - (2) Holistic
 - (3) Psychosocial
 - (4) Preventive
7. Suicide, juvenile delinquency and drug abuse are examples of :
- (1) Health care delivery indicators
 - (2) Social and mental health indicators
 - (3) Economic indicators
 - (4) Indicators of quality of life
8. Life expectancy at birth indicates :
- (1) Number of pregnant women alive after child birth
 - (2) Average years a person is expected to live if current mortality continues
 - (3) Number of infants surviving upto five years
 - (4) Rate of immunization coverage
9. Hospitals in big cities belong to level of health care.
- (1) Primary
 - (2) Tertiary
 - (3) Secondary
 - (4) Preventive
10. The vitamin soluble in water is :
- (1) Vitamin A
 - (2) Vitamin B
 - (3) Vitamin D
 - (4) Vitamin E

6. “एक अनुकूल परिवार तथा अच्छे परिवेश में स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क” स्वास्थ्य की संकल्पना को दर्शाता है।
- (1) जैवचिकित्सीय (2) समग्र
(3) मनोसामाजिक (4) निवारक
7. आत्महत्या, किशोर अपराधवृत्ति और नशीले पदार्थों का सेवन किसके उदाहरण हैं ?
- (1) स्वास्थ्य देखभाल वितरण सूचक (2) सामाजिक और मानसिक स्वास्थ्य के सूचक
(3) आर्थिक सूचक (4) जीवन स्तर के सूचक
8. जन्म के समय जीवन प्रत्याशा दर्शाती है :
- (1) बच्चे को जन्म देने के बाद जीवित गर्भवती महिलाओं की संख्या
(2) यदि वर्तमान मृत्यु दर जारी रहती हो तो व्यक्तियों के औसत अपेक्षित जीवन वर्ष
(3) पाँच वर्ष की आयु तक जीवित रहने वाले शिशुओं की संख्या
(4) टीकाकरण कवरेज की दर
9. बड़े शहरों के अस्पताल, स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं के स्तर से संबंधित हैं।
- (1) प्राथमिक (2) तृतीयक
(3) द्वितीयक (4) निवारक
10. जल में घुलनशील विटामिन है :
- (1) विटामिन ‘ए’ (2) विटामिन ‘बी’
(3) विटामिन ‘डी’ (4) विटामिन ‘ई’

11. An example of micronutrient is :

- | | |
|------------------|-------------|
| (1) Carbohydrate | (2) Protein |
| (3) Mineral | (4) Fat |

12. The 'Vita' part of the word 'Vitamin' means :

- | | |
|------------|-----------|
| (1) Action | (2) Force |
| (3) Energy | (4) Life |

13. The food which is NOT the main food source of carbohydrate is :

- | | |
|----------|------------|
| (1) Egg | (2) Wheat |
| (3) Rice | (4) Millet |

14. To improve the protein quality of foods, one can use the combination of :

- | | |
|------------------|---------------------|
| (1) Cereal-Pulse | (2) Pulse-Vegetable |
| (3) Cereal-Oil | (4) Oil-Pulse |

15. One of the roles of carbohydrates is :

- | | |
|--------------------------------|----------------------|
| (1) Protection from infections | (2) Providing energy |
| (3) Insulation | (4) Body building |

16. One gram of fat produces energy.

- | | |
|------------|-------------|
| (1) 8 kcal | (2) 4 kcal |
| (3) 9 kcal | (4) 18 kcal |

11. सूक्ष्म पोषक तत्व का एक उदाहरण है :

- | | |
|--------------------|-------------|
| (1) कार्बोहाइड्रेट | (2) प्रोटीन |
| (3) खनिज तत्व | (4) वसा |

12. 'विटामिन' शब्द में 'विटा' से तात्पर्य है :

- | | |
|------------|----------|
| (1) क्रिया | (2) बल |
| (3) ऊर्जा | (4) जीवन |

13. वह भोजन जो कार्बोहाइड्रेट का मुख्य खाद्य स्रोत नहीं है :

- | | |
|----------|-------------------------|
| (1) अंडा | (2) गेहूँ |
| (3) चावल | (4) मिलेट (ज्वार-बाजरा) |

14. भोजन की प्रोटीन की गुणवत्ता को बेहतर बनाने के लिए, निम्नलिखित का मिला-जुला इस्तेमाल किया जा सकता है :

- | | |
|----------------|--------------------|
| (1) अनाज-दालें | (2) दालें-सब्जियाँ |
| (3) अनाज-तेल | (4) तेल-दालें |

15. कार्बोज (कार्बोहाइड्रेट्स) की एक भूमिका है :

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| (1) संक्रमणों से सुरक्षा | (2) ऊर्जा प्रदान करना |
| (3) अवरोधक (इंसुलेशन) | (4) शरीर निर्माण |

16. एक ग्राम वसा से, ऊर्जा प्राप्त होती है।

- | | |
|------------------|-------------------|
| (1) 8 किलोकैलोरी | (2) 4 किलोकैलोरी |
| (3) 9 किलोकैलोरी | (4) 18 किलोकैलोरी |

17. The full form of RDA is :
- (1) Regular Diet Amounts
 - (2) Recommended Dietary Allowances
 - (3) Routine Diet Allowances
 - (4) Recommended Daily Authorizations
18. The food which is NOT a rich source of Vitamin A is :
- (1) Amla
 - (2) Carrot
 - (3) Mango
 - (4) Fish
19. A good nutritious snack for the preschooler is :
- (1) Potato cutlet
 - (2) Bread with jam
 - (3) Ladoos made of atta powder and peanuts
 - (4) Chocolate bar
20. A scar on the upper arm shows that the child has been immunized for :
- (1) Typhoid
 - (2) Hepatitis B
 - (3) Tuberculosis
 - (4) Measles
21. Of the following, who will be classified as a 'high risk' category child at birth ?
- (1) A full term baby weighing 2.6 kg
 - (2) A preterm baby born at 32 weeks of pregnancy
 - (3) A child born through normal vaginal delivery with no complications under the supervision of a skilled birth attendant
 - (4) A newborn child who cried as soon as she was born

17. आर. डी. ए. का पूरा नाम है :

- | | |
|------------------------|--------------------------------|
| (1) नियमित आहार मात्रा | (2) प्रस्तावित दैनिक मात्रा |
| (3) दैनिक आहार मात्रा | (4) प्रस्तावित दैनिक प्राधिकार |

18. खाद्य पदार्थ, जो विटामिन 'ए' का एक घना स्रोत नहीं है :

- | | |
|-----------|----------|
| (1) आंवला | (2) गाजर |
| (3) आम | (4) मछली |

19. शालापूर्व बच्चे (प्रीस्कूलर) के लिए एक अच्छा पौष्टिक अल्पाहार है :

- | | |
|---------------------------------|----------------|
| (1) आलू से बना कटलेट | (2) जैम ब्रेड |
| (3) आटे और मूँगफली से बने लड्डू | (4) चॉकलेट बार |

20. बाजू के ऊपरी भाग पर निशान, बच्चे को कौन-सा टीका लगा होना दर्शाता है ?

- | | |
|---------------------|--------------------|
| (1) टायफॉयड | (2) हैपेटाइटिस बी |
| (3) तपेदिक (टी.बी.) | (4) खसरा (मीज़ल्स) |

21. निम्नलिखित में से किसे, जन्म के समय 'उच्च जोखिम' श्रेणी के रूप में वर्गीकृत किया जायेगा ?

- (1) सही समय पर पैदा होने वाला 2.6 किग्रा भार वाला शिशु
- (2) गर्भावस्था के 32वें हफ्ते (समय पूर्व) जन्म लेने वाले शिशु
- (3) किसी कुशल दाई/डॉक्टर की देख-रेख में बिना किसी जटिलता के योनि के माध्यम से सामान्य रूप में जन्मा शिशु
- (4) पैदा होते ही तेजी से रोने वाला नवजात शिशु

22. Deficiency of Vitamin D in children leads to :

- (1) Nightblindness (2) Polio
(3) Rickets (4) Scurvy

23. Which of the following is NOT a sign of lower respiratory tract infection ?

- (1) Fanning out of the sides of the nose
- (2) Bluish colour of the skin
- (3) Wheezing
- (4) Dry cough with no sputum

24. If a child has protein energy malnutrition, the child should be given more of :

- (1) Pulses and milk
- (2) Whole fruits like apple and banana
- (3) Green leafy vegetables like spinach
- (4) Fruit juices

25. Xerophthalmia is caused by the deficiency of:

- (1) Vitamin D
 - (2) Vitamin K
 - (3) Vitamin C
 - (4) Vitamin A

26. The two minerals present in the largest amount in the human body are :

- (1) Sodium and Potassium (2) Iron and Iodine
(3) Calcium and Phosphorus (4) Zinc and Copper

22. बच्चों में विटामिन 'डी' की कमी से पनपने वाला रोग है :

- | | |
|--------------------------------|-------------|
| (1) रात्रि में अँधापन (रतौंधी) | (2) पोलियो |
| (3) रिकेट्स | (4) स्कर्वी |

23. निम्नलिखित में से कौन-सा श्वसन-तंत्र के निचले हिस्से के संक्रमण का लक्षण नहीं है ?

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|
| (1) नासाद्वार के किनारों का फूलना | (2) बच्चे का नीला पड़ जाना |
| (3) साँस में घरघराहट (Wheezing) | (4) बिना बलगम की सूखी खाँसी |

24. यदि बच्चे को प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण हो, तो बच्चे को सर्वाधिक क्या दिया जाना चाहिए ?

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| (1) दालें और दूध | (2) सेब और केले जैसे साबुत फल |
| (3) पालक जैसी हरी पत्तेदार सब्जियाँ | (4) फलों का रस |

25. जीरोफथैलमिया (शुष्काक्षिपाक), किस विटामिन की कमी से होता है ?

- | | |
|------------------|------------------|
| (1) विटामिन 'डी' | (2) विटामिन 'के' |
| (3) विटामिन 'सी' | (4) विटामिन 'ए' |

26. मानव शरीर में सबसे अधिक मात्रा में मौजूद दो खनिज तत्व हैं :

- | |
|-------------------------------|
| (1) सोडियम और पोटैशियम |
| (2) आयरन (लौह तत्व) और आयोडीन |
| (3) कैल्शियम और फॉस्फोरस |
| (4) जिंक और कॉपर |

27. An excellent source of calcium is :

- | | |
|-------------|-------------|
| (1) Cabbage | (2) Ragi |
| (3) Rice | (4) Jaggery |

28. The role of haemoglobin in the body is to :

- (1) Regulate fluid balance
- (2) Prevent goitre
- (3) Transport oxygen to cells in the body
- (4) Increasing the person's appetite

29. The food which helps in absorption of iron is :

- | | |
|-----------|------------|
| (1) Wheat | (2) Orange |
| (3) Oil | (4) Tea |

30. A balanced diet provides a “safety margin” or “a little extra” of nutrients so as to :

- (1) Compensate for overeating on a given day
- (2) Reduce the need for eating next day and save cooking time
- (3) Ensure a person enjoys the meal fully
- (4) Provide for short periods when the diet may not be adequate to meet nutrient needs

27. कैल्शियम का उत्कृष्ट स्रोत है :

- | | |
|-------------|----------|
| (1) बंदगोभी | (2) रागी |
| (3) चावल | (4) गुड़ |

28. शरीर में हीमोग्लोबिन का कार्य है :

- (1) तरल पदार्थों के संतुलन को बनाए रखना
- (2) गलगंड होने से बचाना
- (3) शरीर की कोशिकाओं तक ऑक्सीजन को पहुँचाना
- (4) व्यक्ति की भूख बढ़ाना

29. शरीर में लौह तत्वों के अवशोषण में सहायक खाद्य पदार्थ है :

- | | |
|-----------|-----------|
| (1) गेहूँ | (2) संतरा |
| (3) तेल | (4) चाय |

30. संतुलित आहार में पोषक तत्वों की मात्रा, सामान्य आवश्यकता की दृष्टि से थोड़ी अधिक (अतिरिक्त) होती है ताकि :

- (1) किसी दिन अधिक खाने पर पोषक तत्वों की कमी की प्रतिपूर्ति संभव हो।
- (2) अगले दिन खाना खाने की आवश्यकता कम हो और खाना बनाने का समय बचे।
- (3) व्यक्ति को भोजन से पूर्ण संतुष्टि मिले।
- (4) जब आहार पर्याप्त ना हो, तो ऐसे थोड़े समय के दौरान पोषक तत्वों की पूर्ति हो सके।

31. The RDA for energy for a pregnant woman is :
- (1) The RDA of her activity level plus an additional 350 kcal
 - (2) The RDA of a woman doing heavy work
 - (3) The RDA of her activity level plus an additional 600 kcal
 - (4) 2250 kcal for all pregnant women
32. The RDA for protein for a man doing sedentary work is :
- (1) 55 g
 - (2) 60 g
 - (3) 51.9 g
 - (4) 55.5 g
33. A common problem in late pregnancy that can be prevented by a diet rich in fibre and water is :
- (1) Morning sickness
 - (2) Heartburn
 - (3) Constipation
 - (4) Anaemia
34. Anaemia during pregnancy can be caused due to deficiency of :
- (1) Thiamine
 - (2) Riboflavin
 - (3) Niacin
 - (4) Folic acid
35. The best indicator of the baby's health during pregnancy is :
- (1) Amount of food eaten by the mother
 - (2) Amount of weight gain of the mother
 - (3) The amount of exercise done by the mother
 - (4) Duration of sleep of the mother

31. एक गर्भवती महिला के लिए ऊर्जा की प्रस्तावित दैनिक मात्रा (आर. डी. ए.) है :

- (1) महिला के दैनिक सक्रियता स्तर की आर. डी. ए. तथा अतिरिक्त 350 किलोकैलोरी
- (2) भारी कामकाज करने वाली महिला की आर. डी. ए.
- (3) महिला के दैनिक सक्रियता स्तर की आर. डी. ए. तथा अतिरिक्त 600 किलोकैलोरी
- (4) सभी गर्भवती महिलाओं के लिए 2250 किलोकैलोरी

32. अल्प श्रम करने वाले एक पुरुष की प्रोटीन की जरूरत हेतु आर. डी. ए. है :

- (1) 55 ग्राम
- (2) 60 ग्राम
- (3) 51.9 ग्राम
- (4) 55.5 ग्राम

33. गर्भावस्था के तीसरे त्रिमास में होने वाली एक आम समस्या जिससे रेशे और पानी से भरपूर आहार के सेवन से बचा जा सकता है :

- (1) सुबह उठने के बाद होने वाली परेशानी
- (2) सीने में जलन
- (3) कब्ज़
- (4) खून की कमी

34. गर्भावस्था के दौरान खून की कमी होने का कारण है, शरीर में की कमी।

- (1) थायमिन
- (2) रिबोफ्लेविन
- (3) नाइसिन
- (4) फॉलिक एसिड

35. गर्भावस्था के दौरान गर्भ में पल रहे शिशु के स्वास्थ्य का एक अच्छा सूचक है :

- (1) माँ के द्वारा खाए गए आहार की मात्रा
- (2) माँ का वजन कितना बढ़ा है, उसकी मात्रा
- (3) माँ ने कितना व्यायाम किया है
- (4) माँ के सोने की अवधि

36. Identify the INCORRECT statement regarding a pregnant woman's diet :

- (1) Include more of cereals and proteins
- (2) Serve large quantities of food at one time
- (3) Use iodized salt
- (4) Restrict the use of fried foods

37. Post natal care is provided to :

- (1) New born child only
- (2) Mother only
- (3) Both new born child and the mother
- (4) New born baby, mother and other family members in the house

38. During antenatal visits, the pregnant woman is given :

- (1) Polio vaccine
- (2) Measles vaccine
- (3) Tetanus vaccine
- (4) Hepatitis vaccine

39. The first stage of labour lasts from :

- (1) Delivery of baby to delivery of placenta
- (2) Beginning of contractions to full opening of cervix
- (3) Dilatation of cervix to delivery of baby
- (4) 1 hour after delivery of placenta

36. एक गर्भवती महिला के आहार के संबंध में निम्नलिखित में से गलत कथन की पहचान कीजिए :

- (1) आहार में अनाज और प्रोटीन का अधिक समावेशन
- (2) एक समय में बड़ी मात्रा में आहार खाना
- (3) आयोडीनयुक्त नमक का इस्तेमाल
- (4) तले आहार कम खाना

37. प्रसवोपरांत देखभाल प्रदान की जाती है :

- (1) केवल नवजात शिशु को
- (2) केवल माँ को
- (3) नवजात शिशु और माँ दोनों को
- (4) नवजात शिशु, माँ और घर में रह रहे अन्य परिवार के सदस्यों को

38. प्रसवपूर्व दौरों (Visits) के दौरान, गर्भवती महिला को दी जाती है :

- (1) पोलियो वैक्सीन
- (2) खसरा वैक्सीन
- (3) टिटनेस वैक्सीन
- (4) हैपेटाइटिस वैक्सीन

39. प्रसव के पहले चरण में सम्मिलित है :

- (1) शिशु के जन्म से लेकर प्लेसेंटा के बाहर आने तक का समय
- (2) संकुचन की शुरुआत से लेकर गर्भाशय ग्रीवा (Cervix) के पूर्ण रूप से खुलने तक का समय
- (3) गर्भाशय ग्रीवा (Cervix) के फैलने से शिशु के जन्म तक का समय
- (4) प्लेसेंटा के बहार आने के बाद एक घंटे के बाद तक का समय

40. The baby should be bathed with warm water and mild soap :

- (1) Immediately after birth (2) Within 2-3 hours of birth
- (3) After 12-24 hours of birth (4) After 3 days

41. The “first milk” or colostrum is important because it :

- (1) Increases weight quickly (2) Prevents infection in the infant
- (3) Improves digestion of solids (4) Provides extra calories

42. A 10-month-old baby can be given :

- (1) Only liquids
- (2) Only semi-solid smooth liquidy foods
- (3) Finely chopped semi-solid or solid foods
- (4) Only breast milk

43. A 6-month-old baby accepts cereal and milk porridge well. The next step in feeding should be :

- (1) Continue the cereal and milk porridge only until 9 months
- (2) Introduce cereal-pulse mix such as wheat flour with Bengal gram flour in milk
- (3) Start semi-solid chopped food immediately
- (4) Give only fruit juices and soups

40. शिशु को हल्के (Mild) साबुन और गर्म पानी से स्नान कराना चाहिए :

- (1) जन्म के तुरंत बाद
- (2) जन्म के 2-3 घंटों के भीतर
- (3) जन्म के 12-24 घंटों के बाद
- (4) 3 दिन के बाद

41. “नवदुग्ध” या कोलोस्ट्रम महत्वपूर्ण है क्योंकि :

- (1) इससे शिशु का भार तेजी से बढ़ने लगता है
- (2) यह शिशु को संक्रमण से बचाता है
- (3) यह ठोस पदार्थों के पाचन को बेहतर बनाता है
- (4) यह अतिरिक्त कैलोरी प्रदान करता है

42. 10 माह के शिशु के आहार में शामिल हो सकता है :

- (1) केवल तरल पदार्थ
- (2) केवल अर्ध ठोस पतला तरल आहार
- (3) बारीक कटा हुआ (chopped) अर्ध-ठोस या ठोस आहार
- (4) केवल माँ का दूध

43. एक छह माह का शिशु अनाज (गेहूँ, चावल आदि) व दूध से बना पतला व तरल अर्ध ठोस दलिया आसानी से खा लेता है। शिशु के लिए आहार संबंधी अगला कदम होना चाहिए :

- (1) 9 माह की आयु तक शिशु को अनाज का दलिया ही खिलाते रहना
- (2) अनाज-दाल से बने आहार देना शुरू करना जैसे कि दूध में गेहूँ और चने की दाल का आटा मिला आहार
- (3) शिशु को तुरंत बारीक कटे हुए खाद्य पदार्थ खिलाने की शुरुआत
- (4) केवल फलों के रस और सब्जी का सूप देना

44. A woman develops painful stitches, fever, and dizziness during the postnatal period. The best immediate advice is :
- (1) Ignore it as it is a normal change
 - (2) Do home remedy only such as apply hot compresses
 - (3) Report to a health worker/doctor immediately
 - (4) Reduce breastfeeding to avoid discomfort
45. Beri-beri is caused due to deficiency of :
- (1) Vitamin B1
 - (2) Vitamin K
 - (3) Vitamin D
 - (4) Vitamin E
46. The primary symptom of thrush in children is :
- (1) Red gums
 - (2) Cracked lips
 - (3) White coating on tongue
 - (4) Bad breath
47. An early indicator of problems in the alimentary system is :
- (1) Sore throat
 - (2) Coated tongue
 - (3) Painful gums
 - (4) Tooth decay
48. When babies rub their ears, it could be due to :
- (1) Excessive hunger
 - (2) Pain of teething
 - (3) Loneliness
 - (4) Headache which travels to the ear

44. प्रसवोपरांत महिला को टाँकों में दर्द, बुखार और चक्कर की शिकायत है। उसके लिए सबसे उचित सलाह है :

- (1) इसे अनदेखा करना क्योंकि यह आम बात है
- (2) घरेलू उपचार करना जैसे गर्म सेक
- (3) स्वास्थ्य कार्यकर्ता को तुरंत बताना
- (4) माँ को स्तनपान कराने के लिए मना करना ताकि कम तकलीफ हो

45. बेरी-बेरी रोग होने का कारण है :

- (1) विटामिन 'बी1' की कमी
- (2) विटामिन 'के' की कमी
- (3) विटामिन 'डी' की कमी
- (4) विटामिन 'ई' की कमी

46. बच्चों में मुँह पकना (फफूँदी होना) के प्राथमिक लक्षण हैं :

- (1) लाल मसूड़े
- (2) होंठों में दरारें
- (3) जीभ पर सफेद परत
- (4) साँस में बदबू

47. आहार तंत्र में समस्याओं का आरंभिक सूचक है :

- (1) गले में खराश/गले की खराबी
- (2) जीभ पर परत जमना
- (3) मसूड़ों में दर्द
- (4) दाँतों में सड़न

48. शिशुओं का अपने कानों को बेचैनी से रगड़ने का कारण होता है :

- (1) गहरी भूख
- (2) दाँत निकलने का दर्द
- (3) अकेलापन महसूस करना
- (4) सिरदर्द जो कान तक पहुँचता है

49. in the inner ear helps to maintain bodily balance.
- (1) Ear drum (2) Semicircular canals
(3) Nerves (4) Membrane
50. The most severe consequence of iodine deficiency during pregnancy is :
- (1) Headache in the mother (2) Cretinism in the child
(3) High blood sugar in the child (4) Fever in the mother
51. The programme “National Iron Plus Initiative” in India primarily targets :
- (1) Only infants (2) Women and children
(3) Elderly men (4) Only patients in hospitals
52. A symptom of severe iron-deficiency anaemia (besides paleness) is :
- (1) Red spots on skin (2) Swollen stomach
(3) Brittle and spoon-shaped nails (4) High blood pressure
53. Ariboflavinosis is a deficiency of :
- (1) Vitamin B1 (2) Vitamin B2
(3) Vitamin C (4) Vitamin D
54. Symptom of rickets does NOT include :
- (1) Bow legs (2) Knock knees
(3) Swollen gums (4) Pigeon chest

49. आंतरिक कान में , शारीरिक संतुलन को बनाए रखने में सहायक होती हैं।

- | | |
|------------------|---------------------------|
| (1) कान का पर्दा | (2) अर्धवृत्ताकार नलिकाएँ |
| (3) तंत्रिकाएँ | (4) झिल्ली |

50. गर्भावस्था के दौरान आयोडीन की कमी का सर्वाधिक घोर परिणाम है :

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|
| (1) महिला को सिरदर्द | (2) बच्चे में क्रेटीनिता (Cretinism) |
| (3) बच्चे में हाई ब्लड शुगर | (4) महिला को बुखार |

51. भारत “राष्ट्रीय आयरन प्लस पहल कार्यक्रम” मूलरूप से लक्षित है :

- | | |
|------------------------|---------------------------------|
| (1) केवल शिशुओं पर | (2) महिलाओं और बच्चों पर |
| (3) बुजुर्ग पुरुषों पर | (4) केवल अस्पताल में रोगियों पर |

52. लौह तत्वों की घोर कमी का लक्षण (पीलेपन के अलावा) है :

- (1) त्वचा पर लाल धब्बे
- (2) पेट सूज जाना
- (3) नाखूनों का टूटना (भुर-भुरे हो जाना) और चमचे जैसे आकार के हो जाना
- (4) उच्च रक्तचाप

53. राइबोफ्लेविनहीनता किसकी कमी से होता है ?

- | | |
|-----------------|-----------------|
| (1) विटामिन बी1 | (2) विटामिन बी2 |
| (3) विटामिन सी | (4) विटामिन डी |

54. रिकेट्स के लक्षणों में क्या सम्मिलित नहीं है ?

- (1) टाँगों का धनुषाकार होना (धनुजंघा अथवा बो लेग़)
- (2) घुटने अंदर की ओर होना और आपस में टकराना (संघट्ट अथवा नॉक नीज़)
- (3) मसूड़ों में सूजन
- (4) छाती की हड्डी बाहर की ओर उभरी होना (कपोत वक्ष अथवा पिजन चेस्ट)

55. The Mid-day Meal Scheme covers children in classes.

- | | |
|-------------|---------------|
| (1) I to V | (2) I to VIII |
| (3) VI to X | (4) IX to XII |

56. Excess Vitamin A is stored in :

- | | |
|-------------|-------------|
| (1) Liver | (2) Kidneys |
| (3) Muscles | (4) Bones |

57. Squint in children occurs due to weakness in which part of the eye ?

- | | |
|-----------------|-----------------|
| (1) Cornea | (2) Retina |
| (3) Eye muscles | (4) Conjunctiva |

58. The cells in the retina send messages to the brain through :

- | | |
|-----------------|------------|
| (1) Iris | (2) Pupil |
| (3) Optic nerve | (4) Cornea |

59. An infection of the skin is :

- | | |
|----------------------------------|---------------|
| (1) Cracked corners of the mouth | (2) Urticaria |
| (3) Scurvy | (4) Pellagra |

60. A bruise occurs due to :

- | | |
|---------------------|-----------------------------------|
| (1) Injury to bones | (2) Accumulation of blood in skin |
| (3) Poisoning | (4) Insect bite |

55. मिड डे मील योजना के अंतर्गत, कक्षा तक के बच्चे सम्मिलित हैं।

- | | |
|-------------|---------------|
| (1) I से V | (2) I से VIII |
| (3) VI से X | (4) IX से XII |

56. अतिरिक्त विटामिन 'ए' में भंडारित होता है।

- | | |
|-----------------|--------------|
| (1) लीवर | (2) किडनी |
| (3) माँसपेशियों | (4) हड्डियों |

57. बच्चों में भेंगापन (Squint) का कारण, आँख के किस भाग की कमजोरी है ?

- | | |
|------------------------|----------------|
| (1) कॉर्निया | (2) रेटिना |
| (3) आँख की माँसपेशियाँ | (4) कंजंक्टिवा |

58. रेटिना की कोशिकाएँ किसके माध्यम से मस्तिष्क को संदेश भेजती हैं ?

- | | |
|----------------------------------|---------------------|
| (1) आइरिस (परितारिका) | (2) पुतली (प्यूपिल) |
| (3) नेत्र तंत्रिका (ऑप्टिक नर्व) | (4) कॉर्निया |

59. त्वचा का एक संक्रमण है :

- | | |
|--|-----------------------|
| (1) मुख के दोनों ओर के किनारों का फटना | (2) पित्ती (शीतपित्त) |
| (3) स्कर्वी | (4) पेलेग्रा |

60. ब्रूज (नील पड़ने) का कारण है :

- | | |
|--------------------------|------------------------------|
| (1) हड्डियों को चोट लगना | (2) त्वचा में खून एकत्र होना |
| (3) विषाक्तता | (4) कीड़े का काट लेना |

61. Which of the following can cause blindness if untreated ?
- (1) Conjunctivitis
 - (2) Keratomalacia
 - (3) Stye
 - (4) Corneal ulcer
62. A general symptom of mild/moderate illness in a child is :
- (1) Indifference to surroundings
 - (2) Continuous play
 - (3) Increased appetite
 - (4) Overactivity
63. When collecting information from the mother about a child's illness, the purpose is to :
- (1) Give accurate details to health workers
 - (2) Replace medical treatment
 - (3) Avoid calling the doctor
 - (4) Helping the mother to remain calm
64. An indicator of serious illness in the child is :
- (1) Fits
 - (2) Mild tiredness
 - (3) Not eating one meal
 - (4) Occasional crying
65. Signs of moderate dehydration do NOT include :
- (1) Very thirsty
 - (2) Restless and irritable
 - (3) Regular urine output
 - (4) Loss of skin turgor

61. यदि इसका इलाज ना हो तो इससे अँधापन हो सकता है :

- (1) कंजंक्टवाइटिस (नेत्रश्लेष्मा शोथ)
- (2) कैरेटोमलेशिया
- (3) स्टाई अथवा बिलनी (पलकों की सूजन)
- (4) कॉर्नियल अल्सर

62. बच्चे में हल्की/मध्यम रुग्णता (बीमारी) का एक सामान्य लक्षण है :

- (1) आस-पास के वातावरण में रुचि न रखना
- (2) निरंतर खेलते रहना
- (3) भूख का बढ़ना
- (4) अतिसक्रियता

63. बच्चे की बीमारी के बारे में माँ से जानकारी प्राप्त करने का लक्ष्य है :

- (1) स्वास्थ्य कर्मियों को सही ब्यौरा प्रदान करना
- (2) मौजूदा चिकित्सीय उपचार को बदलना
- (3) डॉक्टर को बुलाने से परहेज करना
- (4) माता को शांत रखना

64. बच्चे में घोर बीमारी का सूचक है :

- (1) दौरे पड़ना
- (2) हल्की सी थकान
- (3) एक समय का भोजन न करना
- (4) कभी-कभी रोना

65. मध्यम निर्जलीकरण (डिहाइड्रेशन; शरीर में पानी की कमी) के लक्षणों में क्या सम्मिलित नहीं है ?

- (1) बार-बार प्यास लगना
- (2) बैचेनी और चिड़चिड़ापन
- (3) सामान्य मात्रा में मूत्र आना
- (4) त्वचा में लोच (लचीलेपन) की कमी

66. Blood in stools is a symptom of :

- | | |
|---------------|---------------|
| (1) Typhoid | (2) Cholera |
| (3) Diarrhoea | (4) Dysentery |

67. The wheezing sound during respiratory distress is produced mainly at the time of :

- | | |
|---------------------|----------------|
| (1) Swallowing food | (2) Exhalation |
| (3) Speaking | (4) Urination |

68. Antenatal Care (ANC) services should be provided to the woman during pregnancy.

- | | |
|------------------------------------|-------------------------|
| (1) At least two times | (2) Once every month |
| (3) Only during the last trimester | (4) At least four times |

69. Itchy lesions between fingers is indication of :

- | | |
|-------------|-------------|
| (1) Allergy | (2) Scabies |
| (3) Measles | (4) Mumps |

70. For a woman with a pre-pregnancy weight of 50-55 kg, the approximate total weight gain during pregnancy should be :

- | | |
|-----------|-----------|
| (1) 5 kg | (2) 8 kg |
| (3) 10 kg | (4) 12 kg |

66. मल में खून किसका लक्षण है ?

- | | |
|-------------------|-----------|
| (1) टायफॉइड | (2) हैजा |
| (3) अतिसार (दस्त) | (4) पेचिश |

67. श्वसन संकट में साँस में घरघराहट की आवाज (Wheezing sound) मुख्य रूप से कब आती है ?

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| (1) खाना निगलते समय | (2) साँस बाहर छोड़ते समय |
| (3) बात करते समय | (4) मूत्र करते समय |

68. महिला को प्रसवपूर्व देखभाल (ए.एन.सी.) सेवाएँ, गर्भावस्था के समय प्रदान की जानी चाहिए।

- | | |
|---------------------------------|----------------------|
| (1) कम से कम दो बार | (2) प्रति माह एक बार |
| (3) केवल अंतिम त्रिमास के दौरान | (4) कम से कम चार बार |

69. उँगलियों के बीच घाव या खुजली के दाने (विक्षत) दर्शाते हैं :

- | | |
|------------|-------------|
| (1) एलर्जी | (2) स्कैबीज |
| (3) खसरा | (4) मम्पस |

70. पूर्व-गर्भावस्था की अवस्था में, यदि किसी महिला का भार, 50-55 किग्रा हो तो, गर्भावस्था के दौरान लगभग कितना भार बढ़ना चाहिए ?

- | | |
|---------------|---------------|
| (1) 5 किग्रा | (2) 8 किग्रा |
| (3) 10 किग्रा | (4) 12 किग्रा |

71. Mid upper arm circumference does not change much between :

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| (1) Birth to five years | (2) One to five years |
| (3) Five to ten years | (4) One to ten years |

72. A mid upper arm circumference less than 11.5 cm indicates :

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| (1) Normal growth | (2) Mild malnutrition |
| (3) Moderate malnutrition | (4) Severe malnutrition |

73. Bitot spots is indicative of :

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| (1) Rickets | (2) Kwashiorkor |
| (3) Iodine deficiency | (4) Vitamin A deficiency |

74. The main goal of RMNCH+A under National Health Mission is :

- (1) To increase the population
- (2) To reduce the mortality rate among women and children
- (3) To provide free education
- (4) To promote mother's income

75. The supplementary food provided to children in the ICDS programme provides them :

- | | |
|--------------|--------------|
| (1) 500 kcal | (2) 600 kcal |
| (3) 700 kcal | (4) 800 kcal |

71. किस उम्र के दौरान ऊपरी भुजा के मध्य भाग का घेरा, ज्यों का त्यों ही रहता है ?

- | | |
|---------------------------------|-------------------------------|
| (1) जन्म से पाँच वर्ष की आयु तक | (2) एक से पाँच वर्ष की आयु तक |
| (3) पाँच से दस वर्ष की आयु तक | (4) एक से दस वर्ष की आयु तक |

72. ऊपरी भुजा के मध्य भाग का घेरा यदि 11.5 सेमी. से कम हो तो यह दर्शाता है :

- | | |
|--------------------|------------------|
| (1) सामान्य वृद्धि | (2) हल्का कुपोषण |
| (3) मध्यम कुपोषण | (4) गंभीर कुपोषण |

73. बिटोट बिंदु (स्पॉट) किसका सूचक है ?

- | | |
|-------------------|----------------------|
| (1) रिकेट्स | (2) क्वाशियोकोर |
| (3) आयोडीन की कमी | (4) विटामिन ए की कमी |

74. राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत आर. एम. एन. सी. एच. + ए. का मुख्य लक्ष्य है :

- (1) आबाद में वृद्धि पर जोर
- (2) महिलाओं और बच्चों की मृत्यु दर में गिरावट लाना
- (3) निःशुल्क शिक्षा प्रदान करना
- (4) माँ की आमदनी बढ़ाना

75. आई. सी. डी. एस. कार्यक्रम के अंतर्गत बच्चों को दिए जाने वाले पूरक आहार से, उन्हें प्राप्त होता है :

- | | |
|--------------------|--------------------|
| (1) 500 किलोकैलोरी | (2) 600 किलोकैलोरी |
| (3) 700 किलोकैलोरी | (4) 800 किलोकैलोरी |

76. The world's largest school feeding programmes is the :

- (1) ICDS Programme
- (2) Mid Day Meal Scheme
- (3) Iron Plus Programme
- (4) After School Feeding Programme

77. Which system of the body is mainly affected in asthma, whooping cough, and tuberculosis ?

- (1) Circulatory
- (2) Alimentary
- (3) Respiratory
- (4) Nervous

78. The amount of breast milk secreted by the mother in the first month after delivery is :

- (1) 200 ml
- (2) 500 ml
- (3) 700 ml
- (4) 1 litre

79. Septicaemia occurs when :

- (1) The child eats contaminated food
- (2) The infection from skin enters blood stream
- (3) The child has a fracture
- (4) The child has cold and cough

76. विश्व का सबसे बड़ा कार्यक्रम जिसके अंतर्गत बच्चों को स्कूल में पूरक आहार दिया जाता है, वह है :

- (1) आई. सी. डी. एस. कार्यक्रम
- (2) मध्याह्न भोजन योजना (मिड डे मील स्कीम)
- (3) आयरन प्लस प्रोग्राम
- (4) स्कूल उपरांत भोजन योजना

77. दमा, काली खाँसी और तपेदिक जैसे रोगों से मुख्य रूप से प्रभावित तंत्र है :

- (1) परिसंचरण तंत्र
- (2) आहार तंत्र
- (3) श्वसन तंत्र
- (4) तंत्रिका तंत्र

78. प्रसव के बाद के पहले माह में माँ द्वारा स्रावित दुग्ध की मात्रा होती है :

- (1) 200 मिलीलीटर
- (2) 500 मिलीलीटर
- (3) 700 मिलीलीटर
- (4) 1 लीटर

79. सेप्टीसेमिया होता है जब :

- (1) बच्चे ने संदूषित आहार का सेवन किया हो
- (2) त्वचा से संक्रमण रक्त प्रवाह में प्रवेश करता हो
- (3) बच्चे की हड्डी टूटी हो
- (4) बच्चे को सर्दी/जुकाम और खाँसी हो

80. When feeding the infant between 6 to 10 months, the skin of fruits and vegetables must be removed as :

- (1) It contains bacteria that can cause infection
- (2) It is difficult to digest due to fibre
- (3) It is unappealing
- (4) It is difficult to clean

81. Eczema occurs on :

- (1) One side of the body
- (2) Symmetrical patches on both sides of the body
- (3) Upper half of the body only
- (4) Lower half of the body only

82. A breathing rate of more than 40 breaths per minute in a child indicates :

- (1) normal breathing
- (2) slow breathing
- (3) fast breathing
- (4) respiratory distress

83. Sources of iron in diet are :

- (A) Green leafy vegetables
- (B) Jaggery
- (C) Meat
- (D) Milk

Choose the correct answer :

- (1) (A) and (D) only
- (2) (B), (C) and (D) only
- (3) (A), (B) and (C) only
- (4) All of these

80. 6 से 10 माह के शिशु के आहार में, फल और सब्जियों का छिलका उतारना आवश्यक होता है क्योंकि :

- (1) इसमें संक्रमण के जीवाणु होते हैं।
- (2) रेशा पचाना, शिशु के लिए कठिन होता है।
- (3) छिलका देखने में आकर्षक नहीं लगता।
- (4) छिलके को साफ करना कठिन होता है।

81. एग्जिमा के चकते :

- (1) शरीर के एक तरफ दाएँ या बाएँ उभरते हैं
- (2) शरीर के दोनों तरफ एक समान उभरते हैं
- (3) शरीर के केवल ऊपरी आधे भाग में उभरते हैं
- (4) शरीर के केवल निचले आधे भाग में उभरते हैं

82. बच्चे में प्रति मिनट 40 से अधिक श्वास लेने की श्वासन दर दर्शाती है :

- (1) सामान्य श्वासन क्रिया
- (2) मंद श्वासन क्रिया
- (3) तीव्र श्वासन क्रिया
- (4) श्वासन संकट

83. आहार में लौह तत्वों के स्रोत हैं :

- (A) हरी पत्तेदार सब्जियाँ
- (B) गुड़
- (C) मांस
- (D) दूध

सही उत्तर का चयन कीजिए :

- (1) केवल (A) और (D)
- (2) केवल (B), (C) और (D)
- (3) केवल (A), (B) और (C)
- (4) उपर्युक्त सभी

84. Sprouting of pulses increases the content of :

- (A) Vitamin A
- (B) Vitamin C
- (C) Vitamin E
- (D) Vitamin B

Choose the correct answer from the options given below :

- (1) (A), (B) and (D) only
- (2) (B), (C) and (D) only
- (3) (C) and (D) only
- (4) (B) and (D) only

85. In which of the following cases referral to doctor is needed ?

- (A) Very high fever with fits
- (B) Child not retaining fluids
- (C) Malnourished child with fever
- (D) Fever lasting more than 2 days without known cause

Options :

- (1) (A) and (B) only
- (2) (A), (B) and (D) only
- (3) (B) and (C) only
- (4) All of these

86. Which of the following are food supplementation programmes ?

- (A) National Iron plus Initiative
- (B) National Vitamin A prophylaxis programme
- (C) Integrated Child Development Services programme
- (D) Mid Day Meal scheme

Choose the correct answer from the options given below :

- (1) (A), (B) and (D) only
- (2) (B), (C) and (D) only
- (3) (C) and (D) only
- (4) (B) and (D) only

84. दालों को अंकुरित करने से, इनमें विटामिन की मात्रा बढ़ जाती है।

- (A) विटामिन 'ए' (B) विटामिन 'सी'
(C) विटामिन 'ई' (D) विटामिन 'बी'

नीचे दिए गए विकल्पों से सही उत्तर का चयन कीजिए :

- (1) केवल (A), (B) और (D) (2) केवल (B), (C) और (D)
(3) केवल (C) और (D) (4) केवल (B) और (D)

85. निम्नलिखित में से किस मामले में, डॉक्टर को दिखाना आवश्यक है ?

- (A) तेज बुखार के साथ दौरे पड़ना
(B) बच्चे के शरीर में तरल का निकास होना
(C) कुपोषण और बुखार से ग्रस्त बच्चा
(D) बिना किसी ज्ञात कारण के बच्चे को 2 से अधिक दिन तक बुखार होना

विकल्प :

- (1) केवल (A) और (B) (2) केवल (A), (B) और (D)
(3) केवल (B) और (C) (4) ये सभी

86. निम्नलिखित में से कौन-से पूरक आहार कार्यक्रम हैं ?

- (A) राष्ट्रीय आयरन प्लस पहल
(B) राष्ट्रीय विटामिन ए प्रोफिलैक्सिस कार्यक्रम
(C) समेकित (एकीकृत) बाल विकास सेवाएँ कार्यक्रम
(D) मध्याह्न भोजन योजना

विकल्प :

- (1) केवल (A), (B) और (D) (2) केवल (B), (C) और (D)
(3) केवल (C) और (D) (4) केवल (B) और (D)

87. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Vitamin A prevents nightblindness.

Statement B : Vitamin A is given only to children with Vitamin A deficiency signs.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

88. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Fibre does not play an important role in our body.

Statement B : Fibre cannot be broken down chemically in the body, *i. e.* it passes out in the stool undigested.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

89. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Food supplementation programmes aim to fill the energy and protein gap in the day's food intake.

Statement B : Food supplementation programmes provide money to people to buy nutritious food.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

87. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : विटामिन 'ए' रतौंधी (रात्रि में अंधापन) से बचाता है।

कथन B : विटामिन 'ए' केवल विटामिन 'ए' की कमी के लक्षण दर्शाने वाले बच्चों को ही दिया जाता है।

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| (1) केवल A सही है। | (2) केवल B सही है। |
| (3) A और B दोनों सही हैं। | (4) A और B दोनों गलत हैं। |

88. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : हमारे शरीर में रेशा (फाइबर) कोई महत्वपूर्ण भूमिका नहीं निभाता है।

कथन B : फाइबर हमारे शरीर में रासायनिक रूप से भी पच नहीं सकता अर्थात् बिना पचे मल से बाहर निकल जाता है।

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| (1) केवल A सही है। | (2) केवल B सही है। |
| (3) A और B दोनों सही हैं। | (4) A और B दोनों गलत हैं। |

89. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : पूरक आहार कार्यक्रम, भोजन की दैनिक मात्रा में ऊर्जा और प्रोटीन की कमी को पूरा करने पर लक्षित हैं।

कथन B : पूरक आहार कार्यक्रम के अन्तर्गत पौष्टिक पदार्थ खरीदने की दृष्टि से लोगों को पैसे दिए जाते हैं।

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| (1) केवल A सही है। | (2) केवल B सही है। |
| (3) A और B दोनों सही हैं। | (4) A और B दोनों गलत हैं। |

90. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Children with fever should not be given the normal amount of food.

Statement B : Infants with fever should continue breastfeeding.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

91. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Hookworms can cause anaemia.

Statement B : Hookworms suck blood from the wall of the intestine.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

92. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Accidents in children are unavoidable and these cannot be prevented.

Statement B : Children are naturally curious and explore environment.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

90. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : बुखार से ग्रस्त बच्चों को सामान्य मात्रा में आहार नहीं दिया जाना चाहिए।

कथन B : बुखार से ग्रस्त शिशुओं को स्तनपान कराना निरंतर जारी रखना चाहिए।

(1) केवल A सही है।

(2) केवल B सही है।

(3) A और B दोनों सही हैं।

(4) A और B दोनों गलत हैं।

91. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : अंकुश कृमि (हुकवर्म) के कारण शरीर में खून की कमी होती है।

कथन B : अंकुश कृमि आँत की दीवार से खून चूसते हैं।

(1) केवल A सही है।

(2) केवल B सही है।

(3) A और B दोनों सही हैं।

(4) A और B दोनों गलत हैं।

92. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : बच्चों के साथ दुर्घटनाएँ होनी ही हैं और इन दुर्घटनाओं को रोका नहीं जा सकता।

कथन B : बच्चे स्वभाव से जिज्ञासु होते हैं और अपने आस-पास के परिवेश की छानबीन करते रहते हैं।

(1) केवल A सही है।

(2) केवल B सही है।

(3) A और B दोनों सही हैं।

(4) A और B दोनों गलत हैं।

93. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Salt is fortified with iodine to prevent deficiency.

Statement B : Addition of iodine to salt changes its taste and colour.

(1) Only A is correct

(2) Only B is correct

(3) Both A and B are correct

(4) Both A and B are incorrect

94. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Typhoid is a disease of the respiratory system.

Statement B : Most disturbances of the alimentary canal can be prevented by
purified water, clean food, and hygiene.

(1) Only A is correct

(2) Only B is correct

(3) Both A and B are correct

(4) Both A and B are incorrect

95. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Constipation is caused due to inadequate intake of roughage.

Statement B : Milk, meat and chocolate are high in fibre content.

(1) Only A is correct

(2) Only B is correct

(3) Both A and B are correct

(4) Both A and B are incorrect.

93. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : आयोडीन की कमी से बचाव के लिए नमक को आयोडीनयुक्त बनाया जा सकता है।

कथन B : नमक में आयोडीन मिलाने से इसका स्वाद और रंग बदल जाता है।

(1) केवल A सही है।

(2) केवल B सही है।

(3) A और B दोनों सही हैं।

(4) A और B दोनों गलत हैं।

94. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : टायफॉइड, श्वसन तंत्र का एक रोग है।

कथन B : आहार तंत्र की अधिकांश बीमारियों की कीटाणुरहित स्वच्छ जल, स्वच्छ भोजन और स्वच्छता के रखरखाव से रोकथाम की जा सकती है।

(1) केवल A सही है।

(2) केवल B सही है।

(3) A और B दोनों सही हैं।

(4) A और B दोनों गलत हैं।

95. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : भोजन में रेशे की अपर्याप्त मात्रा के कारण शरीर में कब्ज की समस्या उत्पन्न होती है।

कथन B : दूध, मांस और चॉकलेट में रेशे की उच्च मात्रा पाई जाती है।

(1) केवल A सही है।

(2) केवल B सही है।

(3) A और B दोनों सही हैं।

(4) A और B दोनों गलत हैं।

96. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : Rubella can cause abnormal development of the foetus if a pregnant woman gets infected particularly in first three months.

Statement B : The pregnant woman can be immunized against Rubella.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

97. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : The Recommended Dietary Allowance (RDA) states the minimum requirement for that nutrient.

Statement B : The RDA includes a safety margin over and above the minimum requirement.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

98. Of the following, which statement/statements is/are correct ?

Statement A : The nutritional needs of a pregnant adolescent girl are higher than those of an adult pregnant woman.

Statement B : An adolescent girl needs extra nutrition to meet her own body's growth needs as well as the increased nutrient needs due to pregnancy.

- (1) Only A is correct (2) Only B is correct
(3) Both A and B are correct (4) Both A and B are incorrect

96. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : यदि कोई गर्भवती महिला विशेष रूप से पहले त्रिमास में रुबेला से संक्रमित हो तो इससे गर्भस्थ शिशु के असामान्य विकास की संभावना हो सकती है।

कथन B : गर्भवती महिला को रुबेला से बचाव की वैक्सीन दी जा सकती है।

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| (1) केवल A सही है। | (2) केवल B सही है। |
| (3) A और B दोनों सही हैं। | (4) A और B दोनों गलत हैं। |

97. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : प्रस्तावित दैनिक मात्रा (आर. डी. ए.) पोषक तत्वों की न्यूनतम आवश्यकता को व्यक्त करता है।

कथन B : आर. डी. ए. में न्यूनतम मात्रा से अधिक और अतिरिक्त पोषक तत्वों की मात्रा (सुरक्षा मार्जिन) सम्मिलित हैं।

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| (1) केवल A सही है। | (2) केवल B सही है। |
| (3) A और B दोनों सही हैं। | (4) A और B दोनों गलत हैं। |

98. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं ?

कथन A : एक गर्भवती किशोरी की पोषणिक आवश्यकताएँ, एक वयस्क गर्भवती महिला से अधिक होती हैं।

कथन B : एक किशोरी को गर्भावस्था के कारण बढ़ती हुई पोषणिक आवश्यकताओं के साथ अपनी शारीरिक वृद्धि के लिए भी अतिरिक्त पोषण की आवश्यकता होती है।

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| (1) केवल A सही है। | (2) केवल B सही है। |
| (3) A और B दोनों सही हैं। | (4) A और B दोनों गलत हैं। |

99. Arrange the stages of first aid for cuts in the correct order :

- (A) Bandage firmly
- (B) Apply antiseptic cream
- (C) Clean with sterile water
- (D) Apply tourniquet if cut is deep or there is too much bleeding

Choose the correct answer from the options given below :

- (1) (C), (B), (A), (D)
- (2) (B), (C), (A), (D)
- (3) (D), (C), (B), (A)
- (4) (C), (D), (A), (B)

100. Match List-I with List-II

List-I (Nutrient rich foods)	List-II (Examples)
(A) Calcium-rich foods	(I) Fats and oils
(B) Iron-rich foods	(II) Milk products
(C) Energy-rich foods	(III) Egg
(D) Protein-rich foods	(IV) Green leafy vegetables

Choose the correct answer from the options given below :

- (1) (A)-(III), (B)-(I), (C)-(IV), (D)-(II)
- (2) (A)-(IV), (B)-(II), (C)-(III), (D)-(I)
- (3) (A)-(II), (B)-(IV), (C)-(I), (D)-(III)
- (4) (A)-(III), (B)-(IV), (C)-(II), (D)-(I)

99. शरीर पर घाव होने/कट पड़ने की स्थिति में प्राथमिक सहायता के चरणों को सही क्रम में व्यवस्थित कीजिए :

- (A) कसकर पट्टी बाँधना
- (B) एंटीसेप्टिक क्रीम लगाना
- (C) कीटाणुरहित जल से साफ करना
- (D) टॉरनिकेट लगाएँ, यदि घाव गहरा हो या रक्तस्राव अधिक हो।

सही विकल्प का चयन कीजिए :

- (1) (C), (B), (A), (D)
- (2) (B), (C), (A), (D)
- (3) (D), (C), (B), (A)
- (4) (C), (D), (A), (B)

100. सूची-I और सूची-II का मिलान कीजिए :

सूची-I (पोषक तत्वों से भरपूर आहार)	सूची-II (उदाहरण)
(A) कैल्शियम से भरपूर खाद्य पदार्थ	(I) वसा और तेल
(B) आयरन (लौह तत्व) से भरपूर खाद्य पदार्थ	(II) दुग्ध उत्पाद
(C) ऊर्जा से भरपूर खाद्य पदार्थ	(III) अंडे
(D) प्रोटीन से भरपूर खाद्य पदार्थ	(IV) हरी पत्तेदार सब्जियाँ

नीचे दिए गए विकल्पों से सही उत्तर का चयन कीजिए :

- (1) (A)-(III), (B)-(I), (C)-(IV), (D)-(II)
- (2) (A)-(IV), (B)-(II), (C)-(III), (D)-(I)
- (3) (A)-(II), (B)-(IV), (C)-(I), (D)-(III)
- (4) (A)-(III), (B)-(IV), (C)-(II), (D)-(I)

SPACE FOR ROUGH WORK

रफ़ कार्य के लिए जगह