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*

அச்சிடப்பட்ட பக்கங்களின் எண்ணிக்கை : 48 **DECE–02**

ஆரம்பகால குழந்தை பராமரிப்பு மற்றும் கல்வியில் டிப்ளோமா **(DECE)**

கால-முடிவுத் தேர்வு, ஜூன் - 2026

DECE-02 : குழந்தை ஆரோக்கியம் மற்றும் ஊட்டச்சத்து

நேரம்: 3 மணி நேரம் *அதிகபட்ச மதிப்பெண்கள்: 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.

பொதுவான அறிவுறுத்தல்கள்:

(i) இது ஓர் பல தேர்வு வினாக்களின் வகையிலான கேள்வித்தாளாகும். சரியான பதிலுக்கான விருப்பத் தேர்வை *OMR* தாளில் மட்டுமே குறிக்க வேண்டும்.

(ii) எல்லா கேள்விகளுக்கும் கட்டாயமாக பதிலளிக்க வேண்டும்.

(iii) இந்த கேள்வித்தாளில் ***100*** கேள்விகள் அடங்கியுள்ளன, அவை ஒவ்வொன்றும் ஒரு மதிப்பெண்ணை கொண்டுள்ளன.

(iv) ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் நான்கு மாற்று பதில்கள் உள்ளன, அவற்றுள் ஒன்று சரியான பதிலாகும். *OMR* தாளில் தொடர்புடைய கேள்வி எண்ணின் கீழே உங்கள் சரியான மாற்று/ பதிலின் வரிசை எண்ணை எழுதி அதன்பிறகு அந்த கட்டத்தில் அதே எண்ணுக்காக செவ்வகத்தை குறியிடவும். தரப்பட்ட மாற்று பதில்களில் எதுவும் சரியானவையில்லை என்று உங்களுக்கு தோன்றினால் *0* என்று எழுதி கட்டம் *0*-வில் குறியிடவும்.

(v) முழு கேள்வித்தாளையும் படிப்பதற்காக உங்கள் நேரத்தை வீணாக்க வேண்டாம். ஒன்றன்பின் ஒன்றாக கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கவும். இறுதியில் நேரம் இருக்குமானால் அதன் பிறகு விடுபட்ட கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்க அந்த நேரத்தை திரும்பவும் நீங்கள் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

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. உணவின் செயல்பாடுகளில் இவை உள்ளடங்கவில்லை:

(1) உடலியல் செயல்பாடுகள் (2) உளவியல் செயல்பாடுகள்

(3) சமுதாயசெயல்பாடுகள் (4) மரபணுச் செயல்பாடுகள்

2. ஊட்டச்சத்தில் ‘சமச்சீர்‘ என்பது இதைக் குறிக்கிறது:

(1) எல்லா உணவுகளையும் சமஅளவில் உண்பது

(2) ஊட்டச்சத்துக்களை சரியான விகிதாச்சாரம் மற்றும் அளவில் ஸப்ளை செய்வது

(3) உணவில் மசாலாக்களை தவிர்ப்பது

(4) நுண்ணூட்டச்சத்துக்களை விட பேரூட்டச்சத்துக்களை அதிகமாக உண்பது

3. கால்சியம் மற்றும் பாஸ்பரசின் தொடர்பு முக்கியமாக இதில் தாக்கத்தை உண்டாக்குகிறது:

(1) இரத்த அழுத்தம்

(2) எலும்பு மற்றும் பல் ஆரோக்கியம்

(3) கண்பார்வை

(4) நரம்பு கடத்தல்

4. ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு இதைக் குறிக்கிறது:

(1) ஊட்டச்சத்து பற்றாக்குறை

(2) அதிகப்படியான ஊட்டச்சத்து

(3) ஊட்டச்சத்து பற்றாக்குறை மற்றும் அதிகப்படியான ஊட்டச்சத்து இரண்டுமே

(4) புரதக்குறைபாடு மட்டும்

5. ஆரோக்கியத்தின் உயிர் மருத்துவ கருத்து, ஆரோக்கியத்தை இவ்வாறு வரையறுக்கிறது:

(1) உடல் மற்றும் ஆன்மீக நலன்

(2) நோயின்மை

(3) சுற்றுச்சூழலுடன் நல்லிணக்கம்

(4) ஹெல்த் இன்ஷ்யூரன்ஸ்

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. “ஒரு சாதகமான குடும்பம் மற்றும் நல்ல சுற்றுச்சூழலில் ஆரோக்கியமான உடலில்தான் ஆரோக்கியமான மனம் இருக்கும்“ என்ற கருத்து ------------ ஆரோக்கியத்தின் முக்கிய அம்சத்தை பிரதிநிதித்துவப்படுத்துகிறது.

(1) உயிரியல் மருத்துவம் (2) முழுமையானது

(3) உளவியல் (4) நோய்த்தடுப்பு

7. தற்கொலை, சிறார் குற்றம் மற்றும் போதைப்பொருள் துஷ்பிரயோகம் ஆகியவை இவற்றின் உதாரணங்களாகும்:

(1) ஆரோக்கிய பராமரிப்பு வழங்கல் குறிகாட்டிகள்

(2) சமூக மற்றும் மனநலன் குறிகாட்டிகள்

(3) பொருளாதார ரீதியிலான குறிகாட்டிகள்

(4) வாழ்க்கைத்தரத்தின் குறிகாட்டிகள்

8. பிறப்பில் ஆயுள் எதிர்பார்ப்பு இதை சுட்டிக்காட்டுகிறது:

(1) பிரசவத்திற்குப் பிறகு உயிர்வாழும் கர்ப்பிணிகளின் எண்ணிக்கை

(2) தற்போதைய இறப்பு விகிதம் தொடருமானால், ஒரு நபர் உயிர்வாழ்வதற்கு எதிர்பார்க்கப்படும் சராசரி ஆண்டுகள்

(3) ஐந்து ஆண்டுகள் வரை உயிர்வாழும் சிசுக்கள்

(4) தடுப்பூசி பாதுகாப்பின் விகிதாச்சாரம்

9. பெருநகரங்களிலுள்ள மருத்துவமனைகள் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு ------ அளவுக்கு உரியவை:

(1) ஆரம்ப நிலை (2) மூன்றாம் நிலை

(3) இரண்டாம் நிலை (4) நோய்த்தடுப்பு

10. தண்ணீரில் கரையக்கூடிய விட்டமின்:

(1) விட்டமின் A (2) விட்டமின் B

(3) விட்டமின் D (4) விட்டமின் E

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. நுண்ணூட்டச்சத்துக்களின் ஓர் உதாரணம்:

(1) கார்போஹைட்ரேட்டுகள் (2) புரோட்டீன்

(3) மினரல் (4) கொழுப்புச்சத்து

12. 'விட்டமின்' வார்த்தையின் 'விட்டா' பகுதியின் அர்த்தம்:

(1) செயல் (2) வலிமை

(3) சக்தி (4) வாழ்க்கை

13. கார்போஹைடிரேட்ஸின் முக்கிய உணவு ஆதாரமாக இல்லாத உணவு:

(1) முட்டை (2) கோதுமை

(3) அரிசி (4) சிறுதானியங்கள்

14. உணவின் புரோட்டீன் தரத்தை மேம்படுத்த நீங்கள் இந்த கலவையை உபயோகிக்கலாம்:

(1) தானியங்கள்- பருப்புகள் (2) பருப்புகள்- காய்கறிகள்

(3) தானியங்கள் - எண்ணெய் (4) எண்ணெய்- பருப்புகள்

15. கார்போஹைடிரேட்டுகளின் செயல்பாடுகளில் ஒன்று:

(1) நோய்த்தொற்றுகளிலிருந்து பாதுகாப்பு

(2) எனர்ஜியை அளிப்பது

(3) இன்சுலேஷன்

(4) உடல் கட்டமைப்பு

16. ஒரு கிராம் கொழுப்புச்சத்து ----------- எனர்ஜியை உற்பத்தி செய்கிறது.

(1) 8 kcal (2) 4 kcal

(3) 9 kcal (4) 18 kcal

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. RDA-வின் முழு வடிவம்:

(1) ரெகுலர் டயட் அலவன்ஸ்

(2) ரெகமெண்டட் டயட்ரி அலவன்சஸ்

(3) ருட்டீன் டயட் அலவன்ஸ்

(4) ரெகமெண்ட்ட் டெய்லி ஆதரைசேஷன

18. விட்டமின் A சத்தின் வளமான ஆதாரமில்லாத உணவு:

(1) நெல்லிக்காய் (2) கேரட்

(3) மாம்பழம் (4) மீன்

19. மழலையர் பள்ளி குழந்தைகளுக்கான நல்ல ஊட்டச்சத்து சிற்றுண்டி:

(1) உருளைக்கிழங்கு கட்லெட்

(2) ரொட்டியில் ஜாம்

(3) கோதுமை மாவு மற்றும் மணிலாவில் தயாரித் லட்டு

(4) சாக்லேட் பார்

20. தோள்பட்டையின் மேலுள்ள தழும்பு, குழந்தைக்கு இதற்காக தடுப்பூசி போட்டிருப்பதை காட்டுகிறது:

(1) டைப்பாயிடு (2) ஹெப்பாடீடீஸ் B

(3) காச நோய் (4) அம்மை

21. கீழ்க்கண்டவற்றுள், யார் 'அதிக ஆபத்துள்ள பிரிவைச் சேர்ந்த குழந்தை' என்று வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது?

(1) 2. 6 கிலோ எடையோடு பிறக்கும் நிறைமாதக் குழந்தை

(2) கர்ப்பத்தின் 32 வாரங்களில் பிறக்கும் குறைமாதக் குழந்தை

(3) திறமையான பிரசவ உதவியாளரின் மேற்பார்வையின் கீழ் சிக்கல்கள் இல்லாமல் இயல்பாக பிறப்புறுப்பு வழியாக பிறக்கும் குழந்தை

(4) பிறந்தவுடன் அழும் புதிதாக பிறக்கும் குழந்தை

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. குழந்தைகளில் விட்டமின் B பற்றாக்குறை இருந்தால் அது இதற்கு வழி செய்து விடும்:

(1) மாலைக்கண் (2) போலியோ

(3) எலும்புருக்கி நோய் (4) ஸ்கர்வி

23. கீழ்க்கண்டவற்றுள் எது கீழ் சுவாசக் குழாய் நோய்தொற்றின் அறிகுறி அல்ல?

(1) மூக்கின் பக்கவாட்டுகள் விரிவடைதல்

(2) சருமம் நீல நிறம் படுதல்

(3) மூச்சிரைப்பு

(4) சளி இல்லாமல் வறட்டு இருமல்

24. குழந்தைக்கு புரோட்டீன் சத்து குறைபாடு இருந்தால் அந்த குழந்தைக்கு இவற்றை அதிக அளவில் தரவேண்டும்:

(1) பருப்புகள் மற்றும் பால்

(2) ஆப்பிள் மற்றும் வாழை போன்ற முழுசத்துள்ள பழங்கள்

(3) பசலைக்கீரை போன்ற பச்சையிலைக் காய்கறிகள்

(4) பழச்சாறுகள்

25. கண் வறட்சி இதன் பற்றாக்குறையால் ஏற்படுகிறது:

(1) விட்டமின் D (2) விட்டமின் K

(3) விட்டமின் C (4) விட்டமின் A

26. மனித உடலில் பெருமளவில் இருக்கும் இரண்டு தாதுக்கள்:

(1) சோடியம் மற்றும் பொட்டாசியம்

(2) அயர்ன் மற்றும் அயோடின்

(3) கால்சியம் மற்றும் பாஸ்பரஸ்

(4) ஜிங்க் மற்றும் காப்பர்

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 apetite

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. கால்சியம் சத்தின் அதிநேர்த்தியான ஆதாரம்:

(1) முட்டைக்கோஸ் (2) கேழ்வரகு

(3) அரிசி (4) வெல்லம்

28. உடலில் ஹீமோகுளோபினின் செயல்பாடு:

(1) உடல் நீர் சமநிலையை ஒழுங்குபடுத்துவது

(2) முன்கழுத்துக் கழலை நோய் வராமல் தடுப்பது

(3) உடலிலுள்ள அணுக்களுக்கு ஆக்ஸிஜனை எடுத்துச் செல்வது

(4) ஒருவரின் பசி வேட்கையை அதிகரிக்கச் செய்வது

29. இரும்புச் சத்தை உட்கிரகிப்பதில் உதவும் உணவு:

(1) கோதுமை (2) ஆரன்ஜ்

(3) எண்ணெய் (4) டீ

30. ஒரு சமச்சீர் உணவு, ஊட்டச்சத்துக்களின் "பாதுகாப்பு அளவு" அல்லது "கொஞ்சம் கூடுதல்" அளவை தருகிறது. அதனால் அது:

(1) தரப்பட்ட ஒரு நாளில் அதிகமாக உண்பதை ஈடு செய்கிறது

(2) அடுத்த நாள் சாப்பிடும் தேவையை குறைக்கிறது மற்றும் சமைக்கும் நேரத்தை மிச்சப்படுத்துகிறது

(3) ஒருவர் உணவை முழுமையாக அனுபவித்து உண்பதை உறுதிபடுத்துகிறது

(4) ஊட்டச்சத்து தேவைகள் நிறைவு செய்யும் அளவுக்கு உணவு போதுமானதாக இல்லாதபோது குறுகிய காலத்தை தருகிறது

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. எனர்ஜிக்காக ஒரு கர்ப்பிணி பெண்ணுக்கான RDA:

(1) அவளது செயல்பாட்டு நிலையின் RDA அதோடு கூடுதலாக 350 kcal

(2) கடுமையாக உழைக்கும் ஒரு பெண்ணின் RDA

(3) அவளது செயல்பாட்டு நிலையின் RDA அதோடு கூடுதலாக 600 kcal

(4) எல்லா கர்ப்பிணி பெண்களுக்கும் 2250 kcal

32. உட்கார்ந்தபடியே வேலை செய்யும் ஒரு ஆணுக்கு தேவையான புரோட்டீனுக்கான RDA:

(1) 55 g (2) 60 g

(3) 51.9 g (4) 55.5 g

33. தாமதமான கர்ப்பத்தில் எழக்கூடிய பொதுவான பிரச்சனையை நார்ச்சத்து மற்றும் தண்ணீர் வளம் நிரம்பிய உணவால் தடுக்கக் கூடியது:

(1) மசக்கை (2) நெஞ்செரிச்சல்

(3) மலச்சிக்கல் (4) இரத்தசோகை

34. கர்ப்பத்தின்போது இரத்தசோகை இதன் குறைபாட்டால் உண்டாகிறது:

(1) தியாமைன் (2) ரிபோஃப்ளாவின்

(3) நியாசின் (4) ஃபோலிக் ஆஸிட்

35. கர்ப்பத்தின்போது சிசுவின் ஆரோக்கியத்திற்கான மிகச் சிறந்த குறிகாட்டி:

(1) தாய் உண்ணும் உணவின் அளவு

(2) தாய்க்கு கூடும் உடல் எடையின் அளவு

(3) தாய் செய்யும் உயற்பயிற்சியின் அளவு

(4) தாயின் தூக்கத்தின் கால அளவு

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. கர்ப்பிணி பெண்ணின் உணவு குறித்த தவறான அறிக்கையை கண்டுபிடிக்கவும்:

(1) அதிக அளவில் தானியங்கள் மற்றும் புரோட்டீனை சேர்ப்பது

(2) ஒரே நேரத்தில் அதிக அளவு உணவை உண்பது

(3) அயோடைஸ்டு உப்பின் உபயோகம்

(4) பொறித்த உணவுகளுக்கு கட்டுப்பாடு

37. பேறுகாலத்திற்கு பின் கவனிப்பு இதற்காக வழங்கப்படுகிறது:

(1) புதிதாக பிறந்துள்ள குழந்தைக்கு மட்டும்

(2) தாய்க்கு மட்டும்

(3) புதிதாக பிறந்துள்ள குழந்தை மற்றும் தாய் இருவருக்கும்

(4) புதிதாக பிறந்துள்ள குழந்தை, தாய் மற்றும் வீட்டிலிருக்கும் எல்லா குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கும்

38. பிரசவத்திற்கு முந்தைய மருத்துவ சந்திப்புகளில், கர்ப்பிணிப் பெண்ணுக்கு தரப்படுகிறது:

(1) போலியோ தடுப்பூசி (2) தட்டம்மை தடுப்பூசி

(3) டெட்டனஸ் தடுப்பூசி (4) ஹெப்பாடீடிஸ் தடுப்பூசி

39. பிரசவ வலியின் முதல் நிலை இதிலிருந்து நீடிக்கிறது:

(1) குழந்தை பிறப்பது முதல் நஞ்சுக்கொடி வெளியேறுவது வரை

(2) கருப்பை சுருக்கம் தொடங்கி, கருப்பை வாய் முழுமையாக விரிவடைவது வரை

(3) கர்ப்பப்பை வாய் விரைவடைவது முதல் குழந்தை பிறப்பது வரை

(4) நஞ்சுக்கொடி வெளியேறிய 1 மணி நேரத்திற்குப் பிறகு

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. குழந்தையை கதகதப்பான தண்ணீர் மற்றும் லேசான சோப்பால் குளிப்பாட்ட வேண்டும்:

(1) குழந்தை பிறந்த உடனே

(2) குழந்தை பிறந்த 2-3 மணி நேரத்திற்குள்

(3) குழந்தை பிறந்த 12-24 மணி நேரத்திற்குப் பிறகு

(4) 3 நாட்களுக்குப் பிறகு

41. "முதல் பால் எனப்படும் சீம்பால்" அல்லது கொல்ஸ்ட்ரம் மிகவும் முக்கியமானது, காரணம் அது:

(1) உடல் எடையை சட்டென்று அதிகரிக்கச் செய்கிறது

(2) சிசுவுக்கு நோய்த்தொற்று ஏற்படாமல் தடுக்கிறது

(3) திண்ம உணவு செரிமானத்தை மேம்படுத்துகிறது

(4) கூடுதல் கலோரிகளை வழங்குகிறது

42. 10- மாத குழந்தைக்கு கொடுக்கலாம்:

(1) திரவங்கள் மட்டும்

(2) பகுதி திடமான, மிருதுவான கூழ் போன்ற உணவுகள் மட்டும்

(3) பொடியாக நறுக்கிய பகுதி திட உணவு அல்லது திண்ம உணவுகள்

(4) தாய்ப்பால் மட்டுமே

43. 6-மாத குழந்தை தானியம் மற்றும் பால் கஞ்சியை நன்றாக ஏற்றுக் கொள்கிறது. ஊட்டத்தின் அடுத்து இருக்க வேண்டிய வழிமுறை:

(1) 9 மாதங்கள் வரை மட்டும் தானியம் மற்றும் பால் கஞ்சியை தொடர்ந்து கொடுங்கள்

(2) பாலில் கோதுமை மாவோடு, கடலைப்பருப்பு மாவு சேர்த்தது போன்ற தானியம்-பருப்பு கலவையை கொடுக்க தொடங்குங்கள்

(3) பகுதி-திண்ம நறுக்கிய உணவுகளை உடனடியாக கொடுங்கள்

(4) பழச்சாறுகள் மற்றும் ஜூஸ்களை மட்டுமே கொடுங்கள்

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. பிரசவத்துக்கு பிந்தைய காலத்தில் பெண்ணுக்கு வலிமிகுந்த குடைச்சல், காய்ச்சல் மற்றும் தலைசுற்றல் உண்டாகிறது. இதற்கான மிகச்சிறந்த அறிவுரை:

(1) அதை கண்டுகொள்ள வேண்டாம். அது இயல்பாக ஏற்படும் மாற்றம்தான்

(2) சூடாக ஒத்தடம் கொடுப்பது போன்ற வீட்டு நிவாரணிகளை மட்டுமே பயன்படுத்துங்கள்

(3) உடனடியாக சுகாதார ஊழியர் / மருத்துவருக்கு தெரிவியுங்கள்

(4) அசௌகரியத்தை குறைக்க தாய்ப்பால் கொடுப்பதை குறைத்துக் கொள்ளுங்கள்

45. பெபி-பெரி நோய் இதன் பற்றாக்குறையால் உண்டாகிறது:

(1) விட்டமின் B1 (2) விட்டமின் K

(3) விட்டமின் D (4) விட்டமின் E

46. குழந்தைகளில் வாய் வெண்புண் ஏற்பட்ட முதன்மை அறிகுறி:

(1) சிவந்த ஈறுகள் (2) உதடுகளில் வெடிப்பு

(3) நாக்கில் வெண்படலம் (4) சுவாச துர்நாற்றம்

47. செரிமான மண்டலத்தில் கோளாறு இருப்பதை ஆரம்பத்தில் காட்டும் குறிகாட்டி:

(1) தொண்டைப்புண் (2) படலம் படிந்த நாக்கு

(3) ஈறுகளில் வலி (4) பற்கள் அழுகுதல்

48. குழந்தைகள் தங்கள் காதுகளை தேய்க்கும்போது, அது இதனால் ஏற்பட்டிருக்க கூடும்:

(1) மிகுதியான பசி (2) பல் முளைப்பதற்கான வலி

(3) தனிமை (4) காது வரை செல்லும் தலைவலி

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. காதுக்குள் இருக்கும் ------------ உடல்ரீதியான சமச்சீர் நிலையை பராமரிக்க உதவுகிறது:

(1) செவிப்பறை (2) அரைவட்டக் குழாய்கள்

(3) நரம்புகள் (4) மென்படலம்

50. கர்ப்பகாலத்தில் ஏற்படும் அயோடின் பற்றாக்குறையால் ஏற்படும் மிகவும் கடுமையான பின்விளைவு:

(1) தாய்க்கு தலைவலி

(2) குழந்தைக்கு மந்தபுத்தி

(3) குழந்தைக்கு உயர் இரத்த சர்க்கரை

(4) தாய்க்கு காய்ச்சல்

51. இந்தியாவில் "நேஷனல் அயர்ன் பிளஸ் இனிஷியேடிவ்" திட்டத்தின் முதன்மை இலக்கு:

(1) சிசுக்கள் மட்டுமே

(2) பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள்

(3) முதிய ஆண்கள்

(4) மருத்துவமனைகளில் இருக்கும் நோயாளிகள் மட்டும்

52. கடுமையான அயர்ன் சத்து பற்றாக்குறையின் அறிகுறி (வெளிறிய நிலை அல்லாமல்):

(1) சருமத்தின் மேல் சிவப்பு புள்ளிகள்

(2) வயிறு வீக்கம்

(3) உடையக்கூடிய மற்றும் ஸ்பூன் வடிவிலான நகங்கள்

(4) உயர் இரத்த அழுத்தம்

53. ஏர்போ..ப்ளாவினோசிஸ் இதன் பற்றாக்குறையாகும்:

(1) விட்டமின் B1 (2) விட்டமின் B2

(3) விட்டமின் C (4) விட்டமின் D

54. ரிக்கெட்ஸ் நோய் அறிகுறிகளில் இது சேர்க்கவில்லை:

(1) வளைந்த கால்கள்

(2) உள்நோக்கி வளைந்த முழங்கால்

(3) ஈறுகளில் வீக்கம்

(4) புறா மார்பு

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. மதிய உணவுத்திட்டம் ---- வகுப்பு பிள்ளைகளுக்கு வழங்கப்படுகிறது

(1) I முதல் V வரை (2) I முதல் VIII வரை

(3) VI முதல் X வரை (4) IX முதல் XII வரை

56. அளவுக்கதிகமான விட்டமின் A ஸ்டோர் செய்யப்படுகிறது:

(1) கல்லீரல் (2) சிறுநீரகங்கள்

(3) தசைகள் (4) எலும்புகள்

57. குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் ஓரக்கண் பார்வை கண்ணின் எந்த பாகத்தின் பலவீனத்தால் உண்டாகிறது?

(1) விழி வெண்படலம் (2) விழித்திரை

(3) விழி தசைகள் (4) வெளிவிழிப்படலம்

58. விழித்திரையின் அணுக்கள் இதன் மூலமாக மூளைக்கு செய்திகளை அனுப்புகிறது:

(1) கண்ணின் கருவிழி (2) கண்ணின் கண்மணி

(3) விழி நரம்பு (4) விழி வெண்படலம்

59. சருமத்தில் நோய்த்தொற்று என்பது:

(1) வாயின் ஓரங்களில் ஏற்படும் வெடிப்புகள்

(2) படை நோய்

(3) சொறிகரப்பான் நோய்

(4) பெல்லாக்ரா

60. காயம் இதனால் ஏற்படுகிறது:

(1) எலும்புகளுக்கு காயம் (2) சருமத்தில் இரத்தக் கசிவு

(3) விஷமூட்டல் (4) பூச்சிக்கடி

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. கீழ்க்கண்டவற்றில் எதற்கு சிகிச்சையளிக்கப்படாவிட்டால் அது கண்பார்வை இழப்பை உண்டாக்கும்?

(1) கண்வலி (2) கெரடோமலாசியா

(3) கண்கட்டி (4) கார்னியல் அல்சர்

62. குழந்தைக்கு ஏற்படும் லேசான/ மிதமான காய்ச்சலின் பொதுவான அறிகுறி:

(1) சுற்றுச்சூழல் மீது அலட்சியம்

(2) தொடர்ச்சியாக விளையாடுவது

(3) பசி அதிகரிப்பு

(4) அதிகப்படியான செயல்பாடு

63. குழந்தையின் சுகவீனம் குறித்த விவரங்களை தாயிடமிருந்து சேகரிக்கும்போது, அதன் நோக்கம்:

(1) சுகாதார பணியாளர்களிடம் துல்லியமான விவரங்கள் தருவது

(2) மருத்துவ சிகிச்சை மாற்று

(3) மருத்துவரை அழைப்பதை தவிர்ப்பது

(4) தாயை பதட்டப்படாமல் அமைதியாக இருக்க உதவுவது

64. குழ்ந்தையின் மோசமான சுகவீனத்தை காட்டும் குறிகாட்டி:

(1) வலிப்பு

(2) லேசான சோர்வு

(3) ஒருவேளை உணவை உண்ணாமல் இருப்பது

(4) எப்போதாவது அழுகை

65. மிதமான நீரிழப்பு அறிகுறிகளில் இவை சேர்க்கப்படவில்லை:

(1) அதிக தாகம் எடுப்பது

(2) அமைதியின்மை மற்றும் கடுகடுப்பான மனநிலை

(3) சிறுநீர் வழக்கமாக வெளியேற்றம்

(4) சருமம் நெகிழ்வுத்தன்மையை இழத்தல்

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. மலத்தில் இரத்தம் இதன் அறிகுறியாகும்:

(1) டைப்பாய்டு (2) காலரா

(3) வயிற்றப்போக்கு (4) வயிற்றுக்கடுப்பு

67. மூச்சுத் திணறலின்போது ஏற்படும் மூச்சிரைப்பு சத்தம் முக்கியமாக இந்த நேரத்தில் உண்டாகிறது:

(1) உணவை விழுங்கும்போது (2) மூச்சு வெளியேற்றம்

(3) பேசும்போது (4) சிறுநீர் கழிக்கும்போது

68. பிரசவத்துக்கு முந்தைய பராமரிப்பு (ANC) பெண்ணுக்கு --------------- கர்ப்பத்தின்போது தரப்பட வேண்டும்.

(1) குறைந்தபட்சம் இருமுறை

(2) மாதந்தோறும் ஒருமுறை

(3) கடைசி மூன்று மாதங்களில் மட்டும்

(4) குறைந்தபட்சம் நான்கு முறை

69. விரல்களுக்கு இடையில் அரிப்புப் புண்கள் இதை சுட்டிக்காட்டுகிறது:

(1) ஒவ்வாமை (2) சொறி சிரங்கு

(3) தட்டம்மை (4) பொன்னுக்கு வீங்கி

70. ஒரு பெண்ணுக்கு 50-55 கிலோ கர்ப்ப எடையோடு, கர்ப்பத்தின்போது இருக்க வேண்டிய தோராயமான மொத்த எடை அதிகரிப்பு:

(1) 5 கிலோ (2) 8 கிலோ

(3) 10 கிலோ (4) 12 கிலோ

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. நடு மேல் கையின் சுற்றளவு இதற்கு இடையே அந்தளவுக்கு அதிகமாக மாறாது:

(1) பிறப்பு முதல் ஐந்து ஆண்டுகள் வரை

(2) ஒன்று முதல் ஐந்தாண்டுகள் வரை

(3) ஐந்து முதல் பத்து ஆண்டுகள் வரை

(4) ஒன்று முதல் பத்து ஆண்டுகள் வரை

72. நடு மேல் கையின் சுற்றளவு 11.5 செமீ-க்கும் குறைவாக இருப்பது சுட்டிக்காட்டுவது:

(1) இயல்பான வளர்ச்சி

(2) லேசான ஊட்டச்சத்து குறைபாடு

(3) மிதமான ஊட்டச்சத்து குறைபாடு

(4) கடுமையான ஊட்டச்சத்து குறைபாடு

73. பிட்டோட் புள்ளிகள் இதை சுட்டிக்காட்டுகிறது:

(1) ரிக்கெட்ஸ் (2) க்வாஷியோர்கோர்

(3) அயோடின் பற்றாக்குறை (4) விட்டமின் A பற்றாக்குறை

74. நேஷனல் ஹெல்த் மிஷனின் கீழ் இயங்கும் RMNCH +A -யின் முக்கிய இலக்கு:

(1) மக்கள் தொகையை அதிகரிக்கச் செய்வதற்கு

(2) பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளிடையே இறப்பு விகிதத்தைக் குறைப்பதற்கு

(3) இலவச கல்வியை வழங்குவதற்கு

(4) பெண்களின் வருமானத்தை மேம்படுத்துவதற்கு

75. ICDS திட்டத்தில் குழந்தைகளுக்கு தரப்படும் இணை உணவு அவர்களுக்கு இதை வழங்குகிறது:

(1) 500 kcal (2) 600 kcal

(3) 700 kcal (4) 800 kcal

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. உலகின் மிகப்பெரிய பள்ளி மதிய உணவுத் திட்டம்:

(1) ICDS திட்டம்

(2) மதிய உணவுத் திட்டம்

(3) அயர்ன் பிளஸ் திட்டம்

(4) பள்ளிக்குப் பிந்தைய உணவுத் திட்டம்

77. ஆஸ்துமா, கக்குவான், மற்றும் காசநோயால் உடலின் எந்த பாகம் முக்கியமாக பாதிக்கப்படுகிறது?

(1) சுற்றோட்டம் (2) உணவுப் பாதை

(3) சுவாசம் (4) நரம்புகள்

78. பிரசவத்திற்குப் பிறகு முதல் மாதத்தில் தாயிடம் சுரக்கும் தாய்ப்பாலின் அளவு:

(1) 200 மிலி (2) 500 மிலி

(3) 700 மிலி (4) 1 லிட்டர்

79. இந்நிலையில் இரத்தம் நஞ்சாகி விடுகிறது:

(1) குழந்தை அசுத்தமான உணவை உண்ணும்போது

(2) நோய்த்தொற்று சருமத்திலிருந்து இரத்த ஓட்டத்தில் பிரவேசிக்கும்போது

(3) குழந்தைக்கு எலும்பு ஏற்பட்டிருக்கிறது

(4) குழந்தைக்கு ஜலதோஷம் மற்றும் இருமல் இருக்கிறது

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 முதல் 10 மாத சிசுவுக்கு உணவு ஊட்டும்போது பழங்கள் மற்றும் காய்களின் தோல்கள் நீக்கப்பட வேண்டும், காரணம்:

(1) அதில் நோய்த்தொற்றை ஏற்படுத்தும் பாக்டீரியா உள்ளது

(2) அதில் நார்ச்சத்து இருப்பதால் ஜீரணிப்பது கடினம்

(3) அதில் ருசி இருக்காது

(4) அதை சுத்தம் செய்வது கடினம்

81. எக்ஸிமா எனும் தோலரிப்பு அழற்சி இதன்மேல் ஏற்படுகிறது:

(1) உடலின் ஒரு புறத்தில்

(2) உடலின் இருபுறங்களிலும் சமமான அளவில் திட்டுகள்

(3) உடலின் மேற்புற பாகத்தில் மட்டும்

(4) உடலின் கீழ்ப்புற பாகத்தில் மட்டும்

82. குழந்தையிடம் பிரதி நிமிடத்துக்கு 40 சுவாசத்திற்கும் அதிகமான சுவாச விகிதம் சுட்டிக்காட்டுவது:

(1) இயல்பான சுவாசம் (2) லேசான சுவாசம்

(3) வேகமான சுவாசம் (4) சுவாசக் கோளாறு

83. உணவில் இரும்புச்சத்தின் ஆதாரங்கள்:

(A) பச்சையிலைக் காய்கறிகள் (B) வெல்லம்

(C) இறைச்சி (D) பால்

சரியான பதிலை தேர்வு செய்யவும்:

(1) (A) மற்றும் (D) மட்டும் (2) (B), (C) மற்றும் (D) மட்டும்

(3) (A), (B) மற்றும் (C) மட்டும் (4) இவை எல்லாமே

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. பருப்புகள் முளைவிடுவது அதில் அடங்கியுள்ள அம்சத்தை அதிகரிக்கிறது:

(A) விட்டமின் A (B) விட்டமின் C

(C) விட்டமின் E (D) விட்டமின் B

கீழே தரப்பட்டிருக்கும் ஆப்ஷன்களிலிருந்து சரியான பதிலை தேர்வு செய்யவும்:

(1) (A), (B) மற்றும் (D) மட்டும் (2) (B), (C) மற்றும் (D) மட்டும்

(3) (C) மற்றும் (D) மட்டும் (4) (B) மற்றும் (D) மட்டும்

85. கீழ்க்கண்ட நிலவரங்களில் மருத்துவரின் ஆலோசனை தேவை?

(A) வலிப்புடன் கூடிய அதிக காய்ச்சல்

(B) குழந்தை திரவங்களை தக்கவைத்துக் கொள்வதில்லை

(C) காய்ச்சலோடு ஊட்டச்சத்து குறைபாடுள்ள குழந்தை

(D) காரணம் அறியாமல் 2 நாட்களுக்கும் அதிகமாக நீடிக்கும் காய்ச்சல்.

ஆப்ஷன்கள்:

(1) (A) மற்றும் (B) மட்டும் (2) (A), (B) மற்றும் (D) மட்டும்

(3) (B) மற்றும் (C) மட்டும் (4) இவை எல்லாமே

86. கீழ்க்கண்டவற்றுள் எவையெல்லாம் இணை உணவுத் திட்டங்களாகும்?

(A) தேசிய அயர்ன் பிளஸ் முன்முயற்சி

(B) தேசிய விட்டமின் A நோய்த்தடுப்பு திட்டம்

(C) ஒருங்கிணைந்த குழந்தைகள் மேம்பாட்டு சேவைகள் திட்டம்

(D) மதிய உணவுத் திட்டம்

கீழே தரப்பட்டிருக்கும் ஆப்ஷன்களிலிருந்து சரியான பதிலை தேர்வு செய்யவும்:

(1) (A), (B) மற்றும் (D) மட்டும் (2) (B), (C) மற்றும் (D) மட்டும்

(3) (C) மற்றும் (D) மட்டும் (4) (B) மற்றும் (D) மட்டும்

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. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: விட்டமின் A மாலைக்கண் நோயைத் தடுக்கிறது

அறிக்கை B: விட்டமின் A பற்றாக்குறையின் அறிகுறிகள் தெரியும்போதுதான் விட்டமின் A குழந்தைகளுக்குத் தரப்படுகிறது.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

88. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: ஃபைபர் எனும் நார்ச்சத்து நமது உடலில் ஓர் முக்கியமான செயல்பாட்டை வழங்குவதில்லை

அறிக்கை B: இரசாயன ரீதியாக உடலில் ஃபைபர் உடைபடுவதில்லை, அதாவது அது செரிமானம் ஆகாமலேயே மலத்தில் வெளியேறி விடுகிறது.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

89. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: இணை உணவுத் திட்டம் தினமும் உண்ணும் உணவில் ஏற்படும் எனர்ஜி மற்றும் புரோட்டீன் இடைவெளியை நிரப்பும் நோக்கத்தைக் கொண்டிருக்கிறது.

அறிக்கை B: இணை உணவுத் திட்டம் மக்கள் ஊட்டச்சத்துள்ள உணவுகளை வாங்குவதற்காக வழங்கப்படுகிறது

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

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. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: காய்ச்சல் கண்ட குழந்தைகளுக்கு வழக்கமான உணவு அளவைத் தரக்கூடாது.

அறிக்கை B: காய்ச்சல் கண்ட சிசுவுக்கு தாய்ப்பாலூட்டுவதை தொடர வேண்டும்.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

91. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: கொக்கிப் புழுக்கள் அனீமியா எனும் இரத்த சோகையை ஏற்படுத்துகின்றன.

அறிக்கை B: கொக்கிப் புழுக்கள் குடல் சுவரிலிருந்து இரத்தத்தை உறிஞ்சுகின்றன.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

92. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் விபத்துகள் தடுக்க முடியாதவை மற்றும் அவற்றை தவிர்க்கவும் முடியாது.

அறிக்கை B: குழந்தைகள் இயல்பாகவே ஆர்வமுள்ளவர்களாகவும், சுற்றுச்சூழலை ஆராய்ந்து அறிந்து கொள்பவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள்.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

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. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: பற்றாக்குறையை தடுப்பதற்காக உப்பு அயோடினால் செறிவூட்டப்படுகிறது

அறிக்கை B: உப்பில் அயோடினை சேர்ப்பது அதன் சுவையையும், நிறத்தையும் மாற்றி விடுகிறது.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

94. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: டைப்பாயிடு ஓர் சுவாச மண்டல நோயாகும்.

அறிக்கை B: உணவுக்குழாயில் ஏற்படக்கூடிய பெரும்பாலான இடையூறுகளை, தூய்மையாக்கப்பட்ட தண்ணீர், சுத்தமான உணவு மற்றும் சுத்தம்-சுகாதாரமாக இருப்பது மூலம் தடுக்க முடியும்.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

95. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: மலச்சிக்கல், போதுமான அளவில் நார்ச்சத்துள்ள உணவுகளை எடுத்துக் கொள்ளாததால் ஏற்படுகிறது.

அறிக்கை B: பால், இறைச்சி மற்றும் சாக்லேட்டுகளில் நார்ச்சத்து அதிக அளவில் அடங்கியுள்ளது.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

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. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: கர்ப்பிணி பெண், அதிகுறிப்பாக முதல் மூன்று மாதங்களில் நோய்த்தொற்றுக்கு உள்ளானால் ருபேலா கருவுக்கு அசாதரணமான வளர்ச்சியை ஏற்படுத்தும்.

அறிக்கை B: கர்ப்பிணி பெண்ணுக்கு ருபேலாவுக்கு எதிராக தடுப்பூசி போட முடியும்.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

97. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: பரிந்துரைக்கப்பட்ட டயட்ரி அலவன்ஸ் (RDA) அந்த ஊட்டச்சத்தின் குறைந்தபட்ச தேவையை தெரிவிக்கிறது.

அறிக்கை B: RDA, குறைந்தபட்ச தேவையின் அதற்கும் கூடுதலான பாதுகாப்பு அளவை சேர்க்கிறது.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

98. கீழ்க்கண்டவற்றில் எந்த அறிக்கை/ அறிக்கைகள் சரியானது/ சரியானவை?

அறிக்கை A: ஓர் இளவயது கர்ப்பிணிப் பெண்ணின் ஊட்டச்சத்து தேவைகள், வயது வந்த கர்ப்பிணி பெண்ணை விட அதிகமாக இருக்கிறது.

அறிக்கை B: ஓர் இளவயது பெண்ணுக்கு அவளது உடல் வளர்ச்சி தேவைகள் அதோடு கர்ப்பத்தின் காரணத்தால் அதிகரிக்கப்பட்ட ஊட்டச்சத்து தேவைகளை நிறைவு செய்வதற்கு கூடுதல் ஊட்டச்சத்து தேவைப்படுகிறது.

(1) A மட்டுமே சரி

(2) B மட்டுமே சரி

(3) A மற்றும் B இரண்டுமே சரி

(4) A மற்றும் B இரண்டுமே தவறானவை

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. வெட்டுக்காயங்களுக்கு தேவைப்படும் முதலுதவி நிலைகளை சரியாக வரிசைப் படுத்தவும்:

(A) பாண்டேஜை இறுக்கமாக கட்டுவது

(B) ஆன்டிசெப்டிக் கிரீமை தடவுவது

(C) மாசு அற்ற மலட்டு நீர்

(D) வெட்டுக்காயம் ஆழமாக இருந்தால் அல்லது இரத்தம் அதிக அளவில் வெளியேறுகிறது என்றால் டூர்னிக்விட்டைப் பூசவும்.

கீழே தரப்பட்டிருக்கும் ஆப்ஷன்களிலிருந்து சரியான பதிலை தேர்வு செய்யவும்:

(1) (C), (B), (A), (D) (2) (B), (C), (A), (D)

(3) (D), (C), (B), (A) (4) (C), (D), (A), (B)

100. பட்டியல் I-ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தவும்

பட்டியல்-**I** (ஊட்டச்சத்து வளமுள்ள உணவுகள்)		பட்டியல் - **II** (உதாரணங்கள)	
(A)	கால்சியம் வளம் நிறைந்த உணவுகள்	(I)	கொழுப்புச்சத்து மற்றும் எண்ணெய்கள்
(B)	இரும்புச்சத்தி வளம் நிறைந்த உணவுகள்	(II)	பால் தயாரிப்புகள்
(C)	எனர்ஜி வளம் நிறைந்த உணவுகள்	(III)	முட்டை
(D)	புரோட்டீன் வளம் நிறைந்த உணவுகள்	(IV)	பச்சையிலைக் காய்கறிகள்

கீழே தரப்பட்டிருக்கும் ஆப்ஷன்களிலிருந்து சரியான பதிலை தேர்வு செய்யவும்:

(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

தற்காலிக பயன்பாட்டிற்கான தாள்