

Higher Secondary Examination, 2008

Nutrition (New Syllabus)

(Bengali Version)

১. নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির উত্তর দাওঃ

১x১০=১০

উপযুক্ত একটি শব্দের দ্বারা শূন্যস্থান পূরণ করঃ

ক) উদরাময় হলে দেহে.....জলসাম্য ঘটে ।

অথবা, গেঁটে বাতেযুক্ত খাদ্য কম দিতে হয় ।

খ) ডায়াবেটিসকার্বোহাইড্রেটের বিপাকীয় ত্রুটিজনিত অসুখ ।

অথবা, গর্ভবতী নারীর খাদ্যে বাড়তি.....মিলিগ্রাম লোহার প্রয়োজন ।

গ)নিয়ন্ত্রিত খাদ্য উচ্চরক্তচাপ, নেফ্রাইটিস ও গর্ভকালীন টক্সিমিয়াতে আক্রান্ত রোগীদের দেওয়া হয় ।

ঘ) প্রস্রাবে চিনির উপস্থিতিতে.....বলে ।

সম্পূর্ণ বাক্যটিসহ সত্য অথবা অসত্য নির্দেশ করঃ

ঙ) HCL একটি উৎসেচক ।(চ) একটি সরল প্রোটিনের নাম অ্যালবুমিন ।(ছ) ক্ষুদ্রান্ত্রের প্রথম অংশকে জেজু নাম বলে । (জ) টায়ালিন সিদ্ধ শ্বেতসারের ওপর কাজ করে ।

অথবা, গ্লাইকোজেন যকৃৎ –এ সঞ্চিত থাকে ।

ঞ) মাতৃদুগ্ধে ক্যালসিয়াম ও ফসফরাসের অনুপাত ২:১ ।

অথবা, জনডিস কোনো রোগ নয়- এটি লিভারের রোগের লক্ষণ মাত্র ।

২. নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির উত্তর দাওঃ

২x৭=১৪

ক) পরিপাক কাকে বলে ? অথবা, বিপাক ক্রিয়া কী ?

খ) জিহ্বার কাজ কী ? অথবা, হাইপারগ্লাইসিমিয়া কি ?

গ) পথ্য কাকে বলে ? অথবা, স্থূলতার মান কিরূপ নির্ণয় করবে ?

ঘ) কোলোস্ট্রাম কি ? অথবা, মাতৃদুগ্ধের চারটি অনাক্রম্যতাজনিত উপাদানের নাম লেখ যা শরীরে রোগ প্রতিরোধকারী ক্ষমতা বাড়ায় ।

ঙ) খাদ্য সংরক্ষণের চারটি উদ্দেশ্য কী কী ?

চ) নিম্নলিখিত ক্ষেত্রগুলিতে দৈনিক ক্যালোরির চাহিদা কত লেখঃ (i) একটি 16 বছর বয়সী ছেলে (ii) একটি 1 বছরের শিশু (iii) একজন 25 বছরের কঠোর পরিশ্রমী মহিলা (iv) একজন 70 বছরের বৃদ্ধা ।

ছ) খাদ্য সমীক্ষা পদ্ধতির চারটি নাম লেখ ।

৩. নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির উত্তর দাওঃ

8x11=88

ক) প্রাক-বিদ্যালয়গামী শিশুরা লাগাতার উদরাময়ে ভুগলে কি কি স্বাস্থ্য সমস্যা দেখা দেয়?

অথবা, একজন 60 বছর বয়স্ক মহিলা ডায়াবেটিক রোগীর খাদ্যতালিকা প্রস্তুত কর।

খ) মাতৃদুগ্ধ ও গোদুগ্ধের তুলনা কর।

গ) একজন স্তন্যদাত্রী মায়ের খাদ্যতালিকা প্রস্তুত কর।

অথবা, কোষ্ঠকাঠিন্য নিরাময়ের উপায়গুলি সম্বন্ধে আলোচনা কর।

ঘ) খাদ্য সংক্রান্ত আটটি ভ্রান্তধারণা উল্লেখ কর।

অথবা, লৌহঘটিত রক্তাল্পতার লক্ষণগুলি সংক্ষেপে আলোচনা কর।

ঙ) ফলিত পুষ্টি প্রকল্প সম্বন্ধে তোমার ধারণা দাও।

অথবা, খাদ্য সমীক্ষার উদ্দেশ্যগুলি কি?

চ) পুষ্টিশিক্ষার মূলনীতিগুলি কি?

অথবা, পুষ্টিশিক্ষায় রন্ধন প্রদর্শনের গুরুত্ব কি?

ছ) কোয়াশিওরকরে আক্রান্ত একটি শিশুর খাদ্যতালিকা তৈরী কর।

অথবা, ম্যারাসমাস ও কোয়াশিওরকরের গুরুত্বপূর্ণ চারটি পার্থক্য লেখ।

জ) অগ্ন্যাশয় রসের উৎসেচকগুলির নাম কর এবং তাদের যে কোনো একটি গুরুত্বপূর্ণ উৎসেচকের কাজ সংক্ষেপে বর্ণনা কর।

ঝ) পাকরস কাকে বলে? পাকরসের কাজ বর্ণনা কর।

অথবা, প্রবাহ চিত্রের সাহায্যে গ্লাইকোজেনোলাইসিস পদ্ধতিটি লেখ।

ঞ) যকৃৎ-কে একটি সুসজ্জিত জৈব রসায়নাগার বলা হয় কেন?

অথবা, কি কি বিষয় একজন ব্যক্তির শক্তির প্রয়োজনীয়তাকে প্রভাবিত করে?

ট) ক্যালোরি কাকে বলে? তোমার নিজের দৈনিক ক্যালোরির চাহিদা কী ভাবে নির্ণয় করবে?

অথবা, কোরিচক্রটি আঁকো।

৪. নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির উত্তর দাওঃ

৬x২=১২

ক) পিত্ত কি? মানবদেহে পিত্তরসের কাজ বর্ণনা কর।

অথবা, মানব দেহে কার্বোহাইড্রেটের পরিপাক ক্রিয়া বর্ণনা কর।

খ) শিশুদের অপুষ্টি প্রতিরোধের জন্য FAO/WHO-র নির্দেশিকার উল্লেখ কর।

অথবা, ভারতের জাতীয় পুষ্টিপ্রকল্পগুলির যে কোনো দুটি সংক্ষেপে আলোচনা কর।