Series &RQPS/S

SET-4

प्रश्न-पत्र कोड
Q.P. Code **358/S**

रोल नं.
Roll No. | | | | | | | | |

परीक्षार्थी प्रश्न-पत्र कोड को उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर अवश्य लिखें ।
Candidates must write the Q.P. Code on the title page of the answer-book.

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ **11** हैं ।
- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में **24** प्रश्न हैं ।
- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए प्रश्न-पत्र कोड को परीक्षार्थी उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें ।
- **कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, उत्तर-पुस्तिका में प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें ।**
- इस प्रश्न-पत्र को पढ़ने के लिए 15 मिनट का समय दिया गया है । प्रश्न-पत्र का वितरण पूर्वाह्न में 10.15 बजे किया जाएगा । 10.15 बजे से 10.30 बजे तक छात्र केवल प्रश्न-पत्र को पढ़ेंगे और इस अवधि के दौरान वे उत्तर-पुस्तिका पर कोई उत्तर नहीं लिखेंगे ।

- Please check that this question paper contains **11** printed pages.
- Please check that this question paper contains **24** questions.
- Q.P. Code given on the right hand side of the question paper should be written on the title page of the answer-book by the candidate.
- **Please write down the serial number of the question in the answer-book before attempting it.**
- 15 minute time has been allotted to read this question paper. The question paper will be distributed at 10.15 a.m. From 10.15 a.m. to 10.30 a.m., the students will read the question paper only and will not write any answer on the answer-book during this period.

खाद्य पोषण और आहार विज्ञान

FOOD NUTRITION AND DIETETICS

निर्धारित समय : 3 घण्टे *अधिकतम अंक : 60*

Time allowed : 3 hours *Maximum Marks : 60*

सामान्य निर्देश :

(i) *कृपया निर्देशों को ध्यान से पढ़ें।*

(ii) *इस प्रश्न-पत्र में **दो** खण्डों में **24** प्रश्न हैं : **खण्ड क** और **खण्ड ख**।*

(iii) ***खण्ड क** में वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं, जबकि **खण्ड ख** में विषयपरक प्रकार के प्रश्न हैं।*

(iv) *दिए गए (6 + 18) = 24 प्रश्नों में से, उम्मीदवार को 3 घंटे के आबंटित (अधिकतम) समय में (6 + 11) = 17 प्रश्नों के उत्तर देने हैं।*

(v) *किसी विशेष खण्ड के सभी प्रश्नों को सही क्रम में करने का प्रयास किया जाना चाहिए।*

(vi) ***खण्ड क :** वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न (30 अंक) :*

*(a) इस खण्ड में **6** प्रश्न हैं।*

(b) कोई नकारात्मक अंकन नहीं है।

(c) दिए गए निर्देशों के अनुसार कीजिए।

(d) प्रत्येक प्रश्न/भाग के सामने आबंटित अंकों का उल्लेख किया गया है।

(vii) ***खण्ड ख :** विषयपरक प्रकार के प्रश्न (30 अंक) :*

*(a) इस खण्ड में **18** प्रश्न हैं।*

*(b) उम्मीदवार को **11** प्रश्न करने हैं।*

(c) दिए गए निर्देशों के अनुसार कीजिए।

(d) प्रत्येक प्रश्न/भाग के सामने आबंटित अंकों का उल्लेख किया गया है।

खण्ड क

(वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)

1. रोज़गार कौशल पर दिए गए ***6*** प्रश्नों में से किन्हीं ***4*** के उत्तर दीजिए। *4×1=4*

(i) ____________ एक व्यक्ति या वस्तु है जो कोई कार्य करता है।

(ii) तनाव शब्द को परिभाषित कीजिए।

(iii) ____________ एक स्प्रेडशीट है, जिसमें एक या अधिक वर्कशीट होती है/हैं।

(iv) एक उद्यमी कौन है ?

(v) यू.एन.ई.पी. (UNEP) का पूरा नाम लिखिए।

(vi) आप प्रेजेंटेशन में स्लाइड कैसे जोड़ सकते हैं ?

General Instructions :

(i) *Please read the instructions carefully.*

(ii) *This question paper consists of **24** questions in **two** Sections : **Section A** and **Section B**.*

(iii) ***Section A** has Objective Type Questions, whereas **Section B** contains Subjective Type Questions.*

(iv) *Out of the given (6 + 18) = 24 questions, a candidate has to answer (6 + 11) = 17 questions in the allotted (maximum) time of 3 hours.*

(v) *All questions of a particular section must be attempted in the correct order.*

(vi) ***Section A** : Objective Type Questions (30 marks) :*

- *(a)* *This section has **6** questions.*
- *(b)* *There is no negative marking.*
- *(c)* *Do as per the instructions given.*
- *(d)* *Marks allotted are mentioned against each question/part.*

(vii) ***Section B** : Subjective Type Questions (30 marks) :*

- *(a)* *This section has **18** questions.*
- *(b)* *A candidate has to do **11** questions.*
- *(c)* *Do as per the instructions given.*
- *(d)* *Marks allotted are mentioned against each question/part.*

SECTION A

(Objective type questions)

1. Answer any ***4*** out of the given ***6*** questions on Employability Skills. *4×1=4*

(i) ________ is person or thing that performs an action.

(ii) Define the term Stress.

(iii) ________ is a spreadsheet that has one or more worksheet(s).

(iv) Who is an Entrepreneur ?

(v) UNEP stands for ____________.

(vi) How can you add a slide to a presentation ?

2. दिए गए *7* प्रश्नों में से किन्हीं ***5*** के उत्तर दीजिए। *5×1=5*

(i) स्पष्ट तरल आहार के दो उदाहरण दीजिए।

(ii) बी.एम.आई. (BMI) का सूत्र लिखिए।

(iii) पीलिया क्या है ?

(iv) निर्जलीकरण के कोई दो लक्षण सूचीबद्ध कीजिए।

(v) उच्च ग्लाइसेमिक सूचकांक वाले किन्हीं दो खाद्य पदार्थों को सूचीबद्ध कीजिए।

(vi) संक्रमण को रोकने के लिए व्यक्तिगत स्वच्छता एक महत्त्वपूर्ण पहलू क्यों है ?

(vii) खाद्य जनित रोग उत्पन्न करने के लिए उत्तरदायी किन्हीं दो रोगाणुओं को लिखिए।

3. दिए गए *7* प्रश्नों में से किन्हीं ***6*** के उत्तर दीजिए। *6×1=6*

निम्नलिखित कथन सही हैं अथवा ग़लत, स्पष्ट कीजिए। यदि एक कथन ग़लत है, कृपया उस कथन का सही कथन लिखिए :

(i) सब्जियों के सूप स्पष्ट तरल आहार के उदाहरण हैं।

(ii) ज्यादा खाना और फिर निकालना एनोरेक्सिया नर्वोसा का एक विशिष्ट लक्षण है।

(iii) टाइप 2 मधुमेह को किशोर मधुमेह के रूप में भी जाना जाता है।

(iv) भौतिक खतरों में तेज़ और कठोर वस्तुएँ शामिल हैं।

(v) जब हृदय सिकुड़ता है तो उस दबाव को डायस्टोलिक दबाव कहा जाता है।

(vi) साल्मोनेला संक्रमण एक वायरल संक्रमण है।

(vii) खाद्य बीमारी को रोकने के लिए स्वच्छता सबसे महत्वपूर्ण कारक है।

4. दिए गए ***6*** प्रश्नों में से किन्हीं ***5*** के उत्तर दीजिए। *5×1=5*

(i) पूरक आहार क्या है ?

(ii) बुखार में होने वाले दो चयापचय परिवर्तन लिखिए।

(iii) आहार विशेषज्ञ की कोई दो भूमिकाएँ सूचीबद्ध कीजिए।

(iv) उच्च रक्तचाप के दो गैर-परिवर्तनीय जोखिम कारकों का उल्लेख कीजिए।

(v) व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखने में शामिल किन्हीं दो आदतों को लिखिए।

(vi) बुलिमिया नर्वोसा से क्या तात्पर्य है ?

2. Answer any ***5*** out of the given *7* questions. *5×1=5*

(i) Give two examples of clear liquid diet.

(ii) Write the formula for BMI.

(iii) What is jaundice ?

(iv) List any two signs of dehydration.

(v) Enlist any two food items with high glycemic index.

(vi) Why is personal hygiene an important aspect to prevent infections ?

(vii) Write down any two microbes responsible for causing foodborne diseases.

3. Answer any ***6*** out of the given *7* questions. *6×1=6*

State whether the following statements are True or False. In case a statement is false, write the correct statement.

(i) Vegetable soups are an example of clear liquid diet.

(ii) Binging and purging is a characteristic feature of Anorexia Nervosa.

(iii) Type 2 diabetes is also known as juvenile diabetes.

(iv) Physical hazards include sharp and hard objects.

(v) The pressure when the heart contracts is referred to as diastolic pressure.

(vi) Salmonella infection is a viral infection.

(vii) Hygiene is the most important factor in order to prevent food illness.

4. Answer any ***5*** out of the given ***6*** questions. *5×1=5*

(i) What is complementary feeding ?

(ii) Write two metabolic changes which occur during fever.

(iii) List out any two roles of a dietitian.

(iv) Mention two non-modifiable risk factors of hypertension.

(v) Enumerate any two habits included in the maintenance of personal hygiene.

(vi) What is meant by Bulimia Nervosa ?

5. दिए गए *6* प्रश्नों में से किन्हीं *5* के उत्तर दीजिए। *5×1=5*

निम्नलिखित प्रश्नों मे दो कथन हैं। निश्चयात्मक कथन (Assertion) (A) एवं कारण (Reason) (R)। इन प्रश्नों का उत्तर, नीचे दिए गए सही विकल्पों का चयन करते हुए दीजिए :

(A) (A) व (R) दोनों सही हैं और (R), (A) का सही स्पष्टीकरण है।

(B) (A) व (R) दोनों सही हैं, परन्तु (R), (A) सही स्पष्टीकरण नहीं है।

(C) (A) सही है, परन्तु (R) ग़लत है।

(D) (A) ग़लत है, परन्तु (R) सही है।

(i) (A) : पोषण विशेषज्ञ वे व्यक्ति होते हैं जो लोगों को स्वस्थ भोजन की आदतों के बारे में सलाह देते हैं।

(R) : किसी विशेष प्रकार का भोजन न खाने से होने वाली विशेष पोषक तत्व की कमी से बचने के लिए अपने आहार की योजना बनाने के लिए एक पोषण विशेषज्ञ से परामर्श लिया जा सकता है।

(ii) (A) : बुखार शरीर की एक असामान्य स्थिति है, जिसमें शरीर के तापमान में अत्यधिक वृद्धि होती है।

(R) : बुखार कोई बीमारी नहीं है बल्कि एक लक्षण या विभिन्न स्थितियों के प्रति हमारे शरीर की अनुकूल प्रतिक्रिया है।

(iii) (A) : खान-पान संबंधी विकार गंभीर और कभी-कभी घातक होते हैं और जीवन के लिए खतरा भी हो सकते हैं।

(R) : ये विकार किसी व्यक्ति के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकते हैं।

(iv) (A) : इंसुलिन का सामान्य स्राव मधुमेह को रोकता है।

(R) : इंसुलिन ग्लूकोज के सेलुलर ग्रहण को सुविधा-जनक बनाता है।

(v) (A) : आई.पी.एम. कीट दमन के लिए एक पारिस्थितिक दृष्टिकोण है।

(R) : कीटनाशकों के हानिकारक स्वास्थ्य प्रभाव आमतौर पर कीटनाशक की मात्रा या खुराक से जुड़े होते हैं।

(vi) (A) : जैविक खतरे भोजन में मौजूद जीवित खतरे हैं।

(R) : साल्मोनेला, ई. कोलाई (E. coli) और क्लोस्ट्रीडियम बोटुलिनम जैविक खतरों के उदाहरण हैं।

6. दिए गए *6* प्रश्नों में ये किन्हीं *5* के उत्तर दीजिए। *5×1=5*

बहुविकल्पीय प्रश्न (MCQs) :

(i) मधुमेह में अधिक प्यास लगने को कहा जाता है ___________ ।

(A) पॉलीडिप्सिया (B) पॉल्यूरिया

(C) पॉलीफेजिया (D) कीटोनीमिया

5. Answer any ***5*** out of the given ***6*** questions. *5×1=5*

The following questions consist of two Statements – Assertion (A) and Reason (R). Answer these questions selecting the appropriate option given below :

(A) Both (A) and (R) are true and (R) is the correct explanation of (A).

(B) Both (A) and (R) are true, but (R) is not the correct explanation of (A).

(C) (A) is true, but (R) is false.

(D) (A) is false, but (R) is true.

(i) (A) : Nutritionists are the persons who advise people about healthy food habits.

(R) : A nutritionist can be consulted to plan your diet to avoid deficiency of particular nutrients that may happen by not eating a particular type of food.

(ii) (A) : Fever is the abnormal condition of the body, characterized by an excessive rise in body temperature.

(R) : Fever in not a disease but a symptom or an adaptive response of our body to a variety of conditions.

(iii) (A) : Eating disorders are serious and sometimes fatal and can be life threatening.

(R) : These disorders can affect a person's physical and mental health.

(iv) (A) : Normal secretion of insulin prevents diabetes.

(R) : Insulin facilitates the cellular uptake of glucose.

(v) (A) : IPM is an ecological approach to pest suppression.

(R) : Harmful health effects of pesticides are usually linked with the amount or dose of the pesticide.

(vi) (A) : Biological hazards are the living hazards present in food.

(R) : Salmonella, E. coli and Clostridium botulinum are the examples of biological hazards.

6. Answer any ***5*** out of the given ***6*** questions. *5×1=5*

Multiple Choice Question (MCQs) :

(i) Excess thirst in diabetes is called as _________.

(A) Polydipsia (B) Polyuria

(C) Polyphagia (D) Ketonemia

(ii) इस संक्रमण में यकृत प्रभावित होता है।

(A) आंत्र ज्वर (टाइफॉइड) (B) हैज़ा (कॉलेरा)

(C) क्षय रोग (ट्यूबरक्यूलोसिस) (D) पीलिया (जोंडिस)

(iii) निम्नलिखित में से कौन-सा खाद्य स्वच्छता का सिद्धान्त ***नहीं*** है ?

(A) खाद्य सामग्री का चयन सावधानी से करना।

(B) बैक्टीरिया को भोजन में प्रवेश करने से रोकना।

(C) भोजन को आकर्षक बनाना।

(D) जीवाणु वृद्धि व विकास को रोकना।

(iv) निम्नलिखित में से कौन-सा खाना पकाने की नम ताप विधि ***नहीं*** है ?

(A) पोचिंग (B) ब्लांचिंग

(C) बेकिंग (D) स्टीमिंग

(v) किस प्रकार की आहार विधि में तरल फार्मूला आहार नासोगैस्ट्रिक फीडिंग ट्यूब के माध्यम से दिया जाता है ?

(A) मौखिक भोजन विधि (B) आंत्र (ऐंटेरल) भोजन विधि

(C) पैरेंटरल फीडिंग (D) नसों के द्वारा

(vi) एच.ए.सी.सी.पी. (HACCP) है ____________ ।

(A) हैज़ार्ड एनालिसिस केयर कंट्रोल पॉइंट

(B) हाइजीन एनालिसिस केयर कंट्रोल पॉइंट

(C) हैज़ार्ड एनालिसिस क्रिटिकल कंट्रोल पॉइंट

(D) हाइजीन एनालिसिस क्रिटिकल कंट्रोल पॉइंट

खण्ड ख

(विषयपरक प्रकार के प्रश्न)

*रोज़गार कौशल पर दिए गए **5** प्रश्नों में से किन्हीं **3** के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 20 – 30 शब्दों (प्रत्येक) में दीजिए।* *3×2=6*

7. एक प्रभावी संचार क्या है ?

8. अपने तनाव को प्रबंधित करने के प्रभावी तरीकों की सूची बनाइए।

9. स्प्रेडशीट में सामग्री का प्रारूपण कितने तरीकों से किया जाता है ?

10. उद्यमिता की बाधाओं को गिनाइए।

11. हरित नौकरियों के लाभों को सूचीबद्ध कीजिए।

(ii) In this infection, the liver is affected.

(A) Typhoid (B) Cholera

(C) Tuberculosis (D) Jaundice

(iii) Which of the following is ***not*** a principle of food hygiene ?

(A) Choosing food ingredients carefully.

(B) Preventing bacteria from entering food.

(C) Making food appealing.

(D) Inhibition of bacterial growth and development.

(iv) Which one of the following is ***not*** a moist heat method of cooking ?

(A) Poaching (B) Blanching

(C) Baking (D) Steaming

(v) In which type of feeding is liquid formula diet delivered via nasogastric feeding tube ?

(A) Oral feeding (B) Enteral feeding

(C) Parenteral feeding (D) Intravenous feeding

(vi) HACCP is __________.

(A) Hazard Analysis Care Control Point

(B) Hygiene Analysis Care Control Point

(C) Hazard Analysis Critical Control Point

(D) Hygiene Analysis Critical Control Point

SECTION B

(Subjective Type Questions)

*Answer any **3** out of the given **5** questions on Employability Skills. Answer each question in 20 – 30 words.* *3×2=6*

7. What is effective communication ?

8. List out the effective ways to manage your stress.

9. In how many ways is the formatting of the content in a spreadsheet done ?

10. Enumerate the barriers to entrepreneurship.

11. Enlist the benefits of green jobs.

दिए गए 5 प्रश्नों में से किन्हीं 3 के उत्तर 20 – 30 शब्दों (प्रत्येक) में दीजिए। *3×2=6*

12. आहार चिकित्सा के सामान्य उद्देश्यों का उल्लेख कीजिए।

13. बुखार के दौरान मरीज अक्सर भूख न लगने की समस्या से पीड़ित होते हैं। सुझाव दीजिए कि आप उनके आहार सेवन में सुधार के लिए उन्हें किस प्रकार का भोजन देंगे।

14. मोटापे के चार कारण बताइए।

15. "यकृत शरीर का एक प्रमुख चयापचय अंग है।" इस कथन को सही ठहराइए।

16. संक्षेप में बताएँ कि कैसे एच.एफ.एस.एस. (HFSS) खाद्य पदार्थ उच्च रक्तचाप के लिए मुख्य रूप से दोषी हैं।

दिए गए 3 प्रश्नों में से किन्हीं 2 प्रश्नों के उत्तर 30 – 50 शब्दों (प्रत्येक) में दीजिए। *2×3=6*

17. (क) कुपोषण शब्द को परिभाषित कीजिए।

(ख) पोषण और संक्रमण के बीच संबंध का वर्णन कीजिए।

18. टाइफॉइड से पीड़ित रोगी का आहार प्रबंधन क्या होना चाहिए ?

19. डायरिया क्या है ? डायरिया के प्रकारों को दर्शाने के लिए एक फ़्लोचार्ट बनाइए। घरेलू तथा भोजन आधारित मौखिक पुनर्जलीकरण उपचारों (ORT) की सूची बनाइए।

दिए गए 5 प्रश्नों में से किन्हीं 3 के उत्तर 50 – 80 शब्दों (प्रत्येक) में दीजिए। *3×4=12*

20. आप मधुमेह की पहचान कैसे कर सकते हैं ? टाइप 1 और टाइप 2 मधुमेह के बीच अंतर लिखिए। मधुमेह रोगी के लिए भोजन की योजना बनाते समय आप किन बिंदुओं पर विचार करेंगे ?

21. चिकित्सीय आहार क्या है ? उन तरीकों की सूची बनाइए जिनके माध्यम से सामान्य आहार को संशोधित किया जा सकता है। सामान्य आहार से उपचारात्मक आहार में बदलने के लिए किन्हीं दो अनुकूलन की व्याख्या कीजिए।

22. (क) आप मोटापे का आकलन कैसे करेंगे ?

(ख) मोटापा उत्पन्न करने वाले कारकों की व्याख्या कीजिए।

(ग) मोटापे की जटिलताओं का वर्णन कीजिए।

23. 40-वर्षीय, ऑफिस एक्जीक्यूटिव श्री बत्रा को उच्च रक्तचाप होने का पता चला है, उनकी लम्बाई 173 सेमी और उनका वजन 90 किलो है। वह काफी मेल-जोल रखने वाले और बाहर का खाना खाने के शौकीन हैं। उनके लिए आहार व्यवस्था की योजना बनाइए और उसे पोषण संबंधी परामर्श दीजिए।

24. खाद्य जनित रोगों को परिभाषित कीजिए। खाद्य जनित रोगों के प्रसार में योगदान देने वाले कुछ कारकों का उल्लेख कीजिए। खाद्य जनित रोगों की रोकथाम और नियंत्रण के बुनियादी सिद्धांत भी लिखिए।

*Answer any **3** out of the given **5** questions in 20 – 30 words each.* *3×2=6*

12. Mention the general objectives of diet therapy.

13. Patients often suffer with loss of appetite during fever. Suggest the type of foods you would give to improve their dietary intake.

14. Give four factors of obesity.

15. "The liver is a key metabolic organ of the body." Justify this statement.

16. Explain briefly how HFSS foods are the main culprit for hypertension.

*Answer any **2** out of the given **3** questions in 30 – 50 words each.* *2×3=6*

17. (a) Define the term malnutrition.

(b) Describe the relationship between nutrition and infection.

18. What is the dietary management of a patient suffering from typhoid ?

19. What is diarrhoea ? Draw a flowchart to depict the types of diarrhoea. List out the homemade and food-based oral rehydration therapies (ORT).

*Answer any **3** out of the given **5** questions in 50 – 80 words each.* *3×4=12*

20. How can you diagnose diabetes ? Differentiate between Type 1 and Type 2 diabetes mellitus. What points would you consider while planning meals for a diabetic patient ?

21. What is a therapeutic diet ? List out the ways through which a normal diet can be modified. Explain any two adaptations of normal diet to therapeutic diet.

22. (a) How will you assess obesity ?

(b) Explain the factors causing obesity.

(c) Describe the complications of obesity.

23. Mr. Batra, a 40-year-old office executive has been diagnosed with hypertension. He is 173 cm tall and weighs 90 kg. He socialises a lot and is fond of eating outside. Plan a dietary regime for him and give him nutrition counselling.

24. Define foodborne diseases. Mention some factors contributing to the widespread occurrence of foodborne diseases. Also, write the basic principles in the prevention and control of foodborne diseases.