7090

Register Number | | | | | |

Part III

சத்துணவியல் — NUTRITION & DIETETICS

(Tamil Version)

நேரம் : 3 மணி] [மதிப்பெண்கள் : 150

பகுதி – அ

குறிப்பு : i) அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளி.

ii) அனைத்து வினாக்களுக்கும் மதிப்பெண்கள் சமம்.

I. கோடிட்ட இடங்களை நிரப்புக: 20 × 1 = 20

1. 100 மி.லி. பாலிலிருந்து .... கி. கலோரி கிடைக்கிறது.
2. புரதத்தின் தரத்தை மேம்படுத்த தானிய புரதமும், பயறு புரதமும் .... விகிதத்தில் இருக்க வேண்டும்.
3. .... ஹார்மோன் சுரப்பு சிற்றறையிலிருந்து பாலை வெளியேற்ற உதவுகிறது.
4. உலக பாலூட்டும் வாரம் ....
5. இரும்புச்சத்து குறைவால் நகங்கள் மெலிந்து தட்டையாகக் காணப்படுதல் .... எனப்படும்.
6. இரத்தத்தின் கனஅளவு அதிகரிப்பதால் .... தேவை அதிகரிக்கிறது.
7. உணவு உண்ண மறுத்தலும், எடை குறைதலுமான உண்ணும் கோளாறு .... எனப்படும்.
8. பெரியவர்களில் ஆணிற்கும், பெண்ணிற்கும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட பைரிடாக்ஸின் அளவு ....
9. வயதானவர்களின் உடல் நலத்தைப் பேண உதவும் ஊட்டச்சத்து படிப்பிற்கு .... என்று பெயர்.
10. சக்கையில்லாத திரவ உணவிற்கு .... என்று பெயர்.
11. காச நோய் வரக் காரணமான பேசில்லஸ் ....

[Turn over

12. உடல் நிறை அலகு என்பது ....

13. இரைப்பை புண்களுக்குக் காரணம் .... பாக்டீரியாவாகும்.

14. கிளைகோஜன், குளுக்கோஸாக மாற்றப்படும் நிகழ்ச்சி .... எனப்படும்.

15. பாலிடிப்ஸியா (Polydipsia) எனப்படுவது ....

16. காய்கறிகளில் உள்ள பொட்டாசியத்தை நீக்க .... முறை பயன்படுகிறது.

17. .... கொலஸ்டிராலை உடலின் பிற்பகுதியிலிருந்து கல்லீரலுக்குக் கொண்டு வருகிறது.

18. உணவுத்துறையின் சீரான இயக்கத்திற்கு முக்கியமான அடிப்படை .... பராமரித்தலாகும்.

19. திட்ட உணவு ஆலோசனையைத் திட்டமிடுதல் நோயாளியின் .... விவரங்களை சேகரிப்பதில் துவங்குகிறது.

20. கால்சியம் மற்றும் பாஸ்பரஸின் விகிதம் .... என்ற அளவில் பராமரிக்கப் வேண்டும்.

II. சரியா, தவறா என எழுதுக: 10 × 1 =

21. கர்ப்ப காலத்தில் சராசரி எடையேற்றம் 20 கி.கி.

22. தோலிலுள்ள செபேசியஸ் சுரப்பி அதிகமாக செயல்படுவதால் முகப்பருக்கள் தோன்றுகின்றன.

23. வயதானவர்களுக்குத் தேவைப்படும் கால்சியத்தின் அளவு 1000 மி.கி/நாள்.

24. ஒவ்வொரு பயறு பரிமாற்ற உணவும் 8 கி. புரதத்தினை அளிக்கிறது.

25. இயல்பான இடை இடுப்பு சுற்றளவு விகிதம் 0·7.

26. இருதய நோய் உள்ளவர்களுக்கு வரும் ஆபத்தைக் கண்டறிய நோய் கணிப் பட்டைகள் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

27. யூரிமியா எனப்படுவது நைட்ரஜன் கழிவுப்பொருட்கள் இரத்தத்தில் சேர்க்கப்படு ஆகும்.

28. இருதயம் 4 அறைகளால் ஆனது.

29. கணிணியின் உதவியோடு திட்ட உணவு கற்பிக்கலாம்.

30. தொற்றுக் கிருமிகளால் ஏற்படும் மஞ்சள்காமாலை வைரஸ் ஹெப்படை (Hepatitis) எனப்படும்.

III. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு: 10 × 1 = 10

31. ஒரு ஆசிரியரின் ஒரு நாளைய சக்தி தேவை

அ) 1875 கி.கலோரி

ஆ) 2875 கி.கலோரி

இ) 2425 கி.கலோரி.

32. முட்டையின் மஞ்சள் கரு இளங்குழவிப் பருவத்தில் கொடுக்கப்பட வேண்டிய மாதம்

அ) 3 மாதங்கள்

ஆ) 6 மாதங்கள்

இ) 9 மாதங்கள்.

33. புரதமும், கலோரியும் வேறுபட்ட விகிதத்தில் குறைவதால் ஏற்படும் நோய்

அ) சவலை நோய்

ஆ) இரத்தச்சோகை

இ) ஜெரோசிஸ் (Xerosis)

34. ஒப்பிடத்தக்க இந்திய ஆணின் எடை

அ) 50 கி.கி

ஆ) 70 கி.கி

இ) 60 கி.கி.

35. சிறுநீரின் அளவு 500 மி.லி. குறைவாகக் காணப்படுதல்

அ) அலிக்யூரியா

ஆ) அனுரியா

இ) யூரிமியா.

36. குடற்புண் ஏற்படுத்தும் முக்கிய காரணி

அ) மனஅழுத்தம்

ஆ) செயல்பாடு

இ) சால்மோனெல்லா.

37. மாரடைப்பு ஏற்படுத்தும் சிறப்பற்ற கொலஸ்டிரால் எனப்படுவது

அ) LDL

ஆ) HDL

இ) VLDL.

38. பல்லின் டென்டைன் பகுதிக்குத் தேவையான உயிர்ச்சத்து

அ) வைட்டமின் 'B'

ஆ) வைட்டமின் 'D'

இ) வைட்டமின் 'C'

39. கர்ப்பகாலத்தில் ஒரு நாளைக்குத் தேவைப்படும் கால்சியத்தின் அளவு

அ) 600 மி.கி.

ஆ) 500 மி.கி.

இ) 1000 மி.கி.

40. இரண்டாம் வகை நீரிழிவு வியாதி எனப்படுவது

அ) இன்சுலின் சார்ந்தது

ஆ) இன்சுலின் சாராதது

இ) கார்போஹைட்ரேட் சார்ந்தது.

IV பொருத்துக: $10 \times 1 =$

41. நார்பொருள் செரிந்த உணவு	அ) சோடியம் குறைந்த உணவு
42. உயர் இரத்த அழுத்தம்	ஆ) சிறுநீரகக் கற்கள்
43. மாஸ்டர் பைல்	இ) குழாய் மூலம் உணவளித்தல்
44. கால்சியம் ஆக்ஸலேட்	ஈ) கல்லீரல்
45. என்ட்ரல் முறை	உ) களிமண், சாக்பீஸ் உண்ணுதல்
46. சிரோசிஸ்	ஊ) கணைணி
47. பீக்கா (Pica)	எ) ஹைப்போதலாமஸ் (Hypothalamus)
48. புற அதிர்ச்சிப் புண்	ஏ) புரோக்காஸ் அலகு
49. உடல் எடை	ஐ) பித்த கற்கள்
50. கோலிலிதியாசிஸ்	ஒ) மலச்சிக்கல்.

பகுதி – ஆ

V. குறிப்பு : i) எவையேனும் பதினைந்து வினாக்களுக்கு விடையளி.

ii) அனைத்து வினாக்களுக்கும் மதிப்பெண்கள் சமம்.

iii) விடைகள் 30 வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் இருத்தல் வேண்டும். 15 × 2 = 30

51. உணவூட்டக் குறைவால் இளங்குழவிகளுக்கு ஏற்படும் பாதிப்புகள் யாவை ?

52. மாக்ரோபேஜ்கள் (Macrophages) என்றால் என்ன ?

53. பிரிடெர்ம் (Pre-term) குழந்தைகளுக்குத் தாய்ப்பாலே சிறந்தது ஏன் ?

54. வைட்டமின் A குறைநோய்கள் இரண்டினை எழுதுக.

55. கட்டுசாத உணவுகளுக்கு இரு உதாரணங்கள் கொடு.

56. 'அனரக்சியா நர்வோசா' என்றால் என்ன ?

57. 13 வயது முதல் 19 வரையுள்ள பெண்கள் கர்ப்பம் தரிப்பதால் ஏற்படும் விளைவுகள் யாவை ?

58. மூப்படைதலை விவரி.

59. பெருங்குளிகை முறை என்றால் என்ன ?

60. காய்ச்சல் வரக் காரணங்கள் யாவை ?

61. உடல் நிறை அலகு (BMI) எவ்வாறு உடல் பருமனை அளக்க உதவுகிறது என்பதை விவரி.

62. கல்லீரல் உலர்ச்சிக்கான அறிகுறிகள் யாவை ?

63. கோலிலிதியாசிஸ் என்றால் என்ன ?

64. நீண்ட காலத்திற்கு சிறுநீரகங்கள் செயலற்றுப் போதலின் காரணங்கள் யாவை ?

65. ஹைபர்கலிமியா (Hyperkalemia) என்றால் என்ன ?

66. புகைப்பிடித்தல் - குறிப்பு வரைக.

67. உயர் இரத்த அழுத்தம் உண்டாகக் காரணங்கள் ஏதேனும் நான்கினை எழுதுக.

68. இந்திய திட்ட உணவு கழகத்தின் நோக்கங்கள் யாவை ?

69. RDA - யை நிர்ணயிக்கக் கையாளப்படும் முறைகள் யாவை ?

70. முன்பள்ளி பருவக்குழந்தைகள் உணவை விரும்பி உண்ணும் ஆர்வத்தைத் தூண்டுவது எப்படி ?

பகுதி – இ

VI. குறிப்பு : i) ஏதேனும் **ஆறு** வினாக்களுக்கு விடையளி.

ii) 80 வது வினாவிற்கு கண்டிப்பாக விடையளிக்கவும். 6 × 5 = 3

71. சீருணவை அமைக்க கடைப்பிடிக்க வேண்டிய குறிப்புகளில் ஏதேனும் 5 எழுது.

72. கர்ப்ப காலத்தில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளில் மூன்றினை விவரி.

73. குழந்தைகளுக்கான நோய் தடுப்பூசி அட்டவணையை விவரி.

74. பள்ளி செல்லும் குழந்தைகளுக்கான கட்டுசாத மதிய உணவு தயாரிக்கும் போ மனதில் கொள்ள வேண்டியக் குறிப்புகள் யாவை ?

75. பெரியவரின் தாது உப்புக்களின் தேவைகளை சுருக்கமாக எழுது.

76. சிகிச்சை உணவைத் திட்டமிடும் போது மனதில் கொள்ள வேண்டிய குறிப்புக யாவை ?

77. வளர்சிதை மாற்றத்தில் காய்ச்சல் ஏற்படுத்தும் பாதிப்புகளை எழுது.

78. ORT - விளக்குக.

79. பெனிடிக்ட் சோதனையை விவரி.

80. குளோமருலோ நெப்ரைட்டிஸ் நோயின் மருத்துவ அறிகுறிகளை எழுது.

அல்லது

திட்ட உணவு வழிமுறைகளைப் பின்பற்றி குடற்புண் நோயாளிக்கு எவ்வாறு திட் உணவு ஆலோசனை வழங்குவாய் ?

பகுதி – ஈ

VII. குறிப்பு : i) அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளி.

ii) அனைத்து வினாக்களுக்கும் மதிப்பெண்கள் சமம் 4 × 10 = 4

81. பாலூட்டும் காலத்திறகான ஊட்டச்சத்துத் தேவைகளை விவரி.

அல்லது

குமரப்பருவத்தினரிடையேக் காணப்படும் உணவூட்டம் தொடர்பான பிரச்சனைகள் யாவை ?

82. முதியோரிடம் ஏற்படும் உடல், உடலியல், உளவியல் மாற்றங்களை விவரித்து எழுது.

அல்லது

உடல் பருமனை உண்டாக்கும் காரணிகளை விவரி.

83. தொற்றுக் கிருமிகளால் ஏற்படும் மஞ்சட்காமாலையின் அறிகுறிகள் மற்றும் திட்ட உணவு மேலாண்மையை விவரி.

அல்லது

நீரிழிவினால் ஏற்படும் சிக்கல்களை விவரி.

84. சிறுநீரகத்தின் பணிகளை விளக்குக.

அல்லது

சோடியம் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட உணவுகளை விவரி.