

माध्यमिक शिक्षा मण्डल, मध्यप्रदेश, भोपाल



नवीन अंक योजना आधारित  
आदर्श प्रश्न पत्र एवं आदर्श उत्तर

कक्षा 12वीं

गृह प्रबन्ध, पोषण एवं वस्त्र विज्ञान  
(गृह विज्ञान समूह)

सत्र 2013-14

माध्यमिक शिक्षा मण्डल, मध्यप्रदेश, भोपाल  
(द्वारा सर्वाधिकार सुरक्षित)

**प्रश्न - पत्र ब्लूप्रिन्ट**  
**BLUE PRINT OF QUESTION PAPER**  
 परीक्षा : हाईस्कूल/हायर सेकेंडरी

कक्षा :- 12<sup>वीं</sup>

पूर्णांक :- 75

विषय :- गृह प्रबंध पोषण एवं वस्त्र विज्ञान (गृह विज्ञान समूह)

समय : 3:00 घण्टे

स.क्र.	इकाई एवं विषय वस्तु	इकाई पर आवंटित अंक	वस्तु निष्ठ प्रश्न	अंकवार प्रश्नों की संख्या							कुल प्रश्न
				1 अंक	2 अंक	4 अंक	5 अंक	6 अंक	7 अंक		
1	समय और शक्ति का प्रबंध, कार्य और सरलीकरण	06	2	-	1	-	-	-	-	01	
2	गृह एवं परिवार	06	1	-	-	1	-	-	-	01	
3	गृहणी एक उपभोक्ता के रूप में	07	1	1	1	-	-	-	-	02	
4	संतुलित आहार	08	2	-	-	-	1	-	-	01	
5	आहार आयोजन	08	3	-	-	1	-	-	-	01	
6	पोषण शिक्षा	04	2	1	-	-	-	-	-	01	
7	भोज्य पदार्थों का संरक्षण	08	2	1	1	-	-	-	-	02	
8	भोजन स्वच्छता, विषाक्तता तथा बीमारियाँ	12	2	-	1	-	1	-	-	02	
9	वस्त्र विज्ञान, परिसज्जा, कढ़ाई का इतिहास एवं कसीदाकारी	10	3	1	-	1	-	-	-	02	
10	धुलाई एवं शुष्क धुलाई	06	2	-	1	-	-	-	-	01	
<b>योग</b>		75	20	4	5	3	2			14+4=18	

**निर्देश:-** प्रश्नपत्र निर्माण हेतु विशेष निर्देश-

- प्रश्न क्रमांक 1 से 5 तक, 5 प्रकार के वस्तुनिष्ठ प्रश्न होंगे। जिसके अन्तर्गत एक शब्द में उत्तर, मेचिंग, सही विकल्प तथा रिक्त स्थानों की पूर्ति के प्रश्न होंगे। प्रत्येक प्रश्न के लिए 1 अंक निर्धारित है। (1x5x5=25) यह प्रश्न प्रत्येक छात्र को हल करना अनिवार्य है।
- प्रश्न क्र. 5 से 18 तक प्रत्येक प्रकार के प्रश्नों की उत्तर सीमा निम्नानुसार रहेगी-  
 अतिलघुउत्तरीय प्रश्न 02 अंक लगभग 30 शब्द  
 लघुउत्तरीय प्रश्न 04 अंक लगभग 75 शब्द  
 दीर्घउत्तरीय प्रश्न 05 अंक लगभग 120 शब्द  
 दीर्घउत्तरीय प्रश्न 06 अंक लगभग 150 शब्द  
 निबंधात्मक प्रश्न 7 अंक लगभग 250 से 300 शब्द
- वस्तुनिष्ठ प्रश्नों को छोड़कर शेष सभी प्रश्नों में विकल्प योजना रहेगी।
- विकल्प के प्रश्न उसी इकाई से, समान कठिनाई स्तर वाले तथा पाठ्यक्रम अनुसार होना चाहिए।
- कठिनाई स्तर- 40% सरल प्रश्न, 45% सामान्य प्रश्न, 15% कठिन

**हायर सेकेण्डरी सर्टीफिकेट परीक्षा—2013**  
**(Home Management Nutrition and Textile)**  
**गृह प्रबन्ध, पोषण एवं वस्त्र विज्ञान**

समय :- 3 घण्टे

पूर्णांक – 75

**निर्देश :-**

- (1) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
- (2) प्रश्न-पत्र में दो खण्ड दिये गये हैं खण्ड-‘अ’ और खण्ड-‘ब’
- (3) खण्ड-‘अ’ में दिये गये प्रश्न क्रमांक 1 से 4 तक वस्तुनिष्ठ प्रश्न हैं, जिनके अन्तर्गत रिक्त स्थानों की पूर्ति, सत्य/असत्य, सही जोड़ी बनाइये, एक शब्द में उत्तर देना तथा सही विकल्प का चयन करना है। प्रत्येक प्रश्न पर 5 अंक का है।
- (4) खण्ड-‘ब’ में सभी प्रश्नों के साथ विकल्प दिये गये हैं।
- (5) प्रश्न क्रमांक 5 से 8 तक प्रत्येक प्रश्न के लिये 2 अंक आवंटित हैं। शब्द सीमा 30 शब्द।
- (6) प्रश्न क्रमांक 9 से 13 तक प्रत्येक प्रश्न के लिये 4 अंक आवंटित हैं। शब्द सीमा 75 शब्द।
- (7) प्रश्न क्रमांक 14 से 16 तक के लिये प्रश्न पर 5 अंक आवंटित हैं। शब्द सीमा 100 शब्द।
- (8) प्रश्न क्रमांक 17 से 18 तक प्रत्येक प्रश्न के लिये 6 अंक आवंटित हैं शब्द सीमा लगभग 125 शब्द।

**Instructions :-**

- i) All questions are compulsory.
- ii) There are two sections, Section-‘A’ and Section-‘B’ in question paper.
- iii) In Section-‘A’ Question No. 1 to 4 are objective type, which contain fill in the Blanks, True / False, one word Answer, Match the column. Each question is Allotted 5 marks.
- iv) In section-‘B’ Internal Options are given in all questions.
- v) Q. No. 5 to 8 Carry 2 marks each. Word limit 30.
- vi) Q. No. 9 to 13 Carry 4 marks each. Word limit 75.
- vii) Q. No. 14 to 16 Carry 5 marks each. Word limit 120.
- viii) Q. No. 17 & 18 Carry 6 marks each. Word limit 150.

खण्ड "अ"  
Section-'A'

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)  
(Objective Type Questions)

प्र.1 नीचे दिए गये विकल्पों में से सही उत्तर लिखिये –

5

- क) जीवाणु सक्रियता किस तापक्रम पर अधिक होती है
- अ)  $30^{\circ}\text{F}$  से  $40^{\circ}\text{F}$                       ब)  $45^{\circ}\text{F}$  से  $60^{\circ}\text{F}$
- स)  $68^{\circ}\text{F}$  से  $95^{\circ}\text{F}$                       द)  $25^{\circ}\text{F}$  से  $60^{\circ}\text{F}$
- ख) भारतीय मानक संस्थान की स्थापना की गई –
- अ) 1947    ब) 1950
- स) 1957    द) 1952
- ग) डेलीफूड गाइड में भारत के लिये भोज्य समूह रखे गये हैं –
- अ) तीन    ब) सात
- स) पाँच    द) आठ
- घ) शुष्क धुलाई की जाती है
- अ) मिट्टी का तेल                                      ब) तारपीन का तेल
- स) पेट्रोल    द) रीठा
- ङ.) थकान कितने प्रकार की होती है –
- अ) दो    ब) तीन
- स) चार    द) पाँच

**1) Choose the Correct Answer**

- a) In which Temperature bacteria are more active
- a)  $30^{\circ}\text{F}$  to  $40^{\circ}\text{F}$                       b)  $45^{\circ}\text{F}$  to  $60^{\circ}\text{F}$
- c)  $68^{\circ}\text{F}$  to  $95^{\circ}\text{F}$                       d)  $25^{\circ}\text{F}$  to  $60^{\circ}\text{F}$
- b) ISI established in -
- a) 1947    b) 1950
- c) 1957    d) 1952



Match the column –

- |                            |   |                      |
|----------------------------|---|----------------------|
| i) Distance method         | - | a) Canning product   |
| ii) F.P.O.                 | - | b) Vegetable sources |
| iii) Germination of Potato | - | c) Radio             |
| iv) Indigo Blue            | - | d) Food Product      |
| v) Adolescence             | - | e) Solenine Poision  |
|                            |   | f) Calorie           |

प्र. 4 एक वाक्य में उत्तर दीजिये –

5

- 1) संतुलित आहार की परिभाषा दीजिए ?
- 2) धात्री स्त्री को कितनी अतिरिक्त प्रोटीन की आवश्यकता होती है ?
- 3) पोषण शिक्षा से क्या अभिप्राय है ?
- 4) हैजा किस जीवाणु से होता है ?
- 5) परिसज्जा क्या है ?

Give the answer in one sentence –

5

- i) Write the definition of Balance diet ?
- ii) How much extra protein required for Lactating mother ?
- iii) What is the meaning of Nutrition Education ?
- iv) Which Bacteria causes Cholera ?
- v) Define finishing of clothes ?

**खण्ड "ब"**  
**Section-'B'**

प्र.5 ट्रेडमार्क से क्या अभिप्राय है ?

2

What do you understand by Trademark ?

अथवा (Or)

ISI मार्क किन वस्तुओं पर दिया जाता है ?

Which products are given ISI Mark ?

- प्र.6 पोषण शिक्षा के साधन बताइये। कोई दो – 2  
Write two methods for Nutrition Education any two.  
अथवा (Or)  
व्यक्तिगत संपर्क विधि के दोष बताइए (कोई दो) ?  
Write the demerits of Personal Contact method any two?
- प्र.7 निर्जलीकरण क्या है ? 2  
What is Dehydration ?  
अथवा (Or)  
घरेलू प्रशीतन से क्या अभिप्राय है ?  
Define the Refrigeration used for domestic purpose ?
- प्र.8 रंगाई के उद्देश्य लिखिये (कोई दो )? 2  
Write the objective of dyes any two?  
अथवा (Or)  
नायलोन की भौतिक विशेषताएँ लिखिए (कोई दो )।  
Write the Physical Characteristics of Nylone any two.
- प्र.9 समय बचाने के सिद्धान्त लिखिए ? 4  
Write the Principle for saving time.  
अथवा (Or)  
थकान दूर करने के उपाय बताइये।  
Write the method to remove tiredness.
- प्र.10 उपभोक्ता की समस्याएँ बताइये ? 4  
Write the problems of Consumer.  
अथवा (Or)

उपभोक्ता के उत्तरदायित्व समझाइये।

Explain the Responsibility of a Consumer.

प्र.11 खाद्य संरक्षण का महत्व बताइये ? 4

Write the importance of food preservation ?

अथवा (Or)

खाद्य संरक्षण की घरेलू विधियों का वर्णन करिये ?

Explain the Domestic Methods of Food Preservation ?

प्र.12 भोजन स्वच्छता के नियम लिखिये ? 4

Describe the rules of Food Hygiene ?

अथवा (Or)

पीलिया रोग के कारण और लक्षण बताइये ।

Explain the causes and symptoms of Joundice.

प्र.13 कलफ के प्रकार लिखिये । कोई चार 4

Write the type of Starch (any four).

अथवा (Or)

शुष्क धुलाई की किसी एक विधि का वर्णन कीजिए ?

Describe any one method of Dry Cleaning ?

प्र.14 संयुक्त एवं एकल परिवार में अन्तर बताइये (कोई पांच) ? 5

Describe the Difference between Single & Joint Family ?

अथवा (Or)

उत्तम गृह के चुनाव के मापदण्ड बताइये ?

What are the parameters for selection of a good House.



प्र.15 आहार आयोजन के सिद्धान्त बताइये ? 5

Explain the Principle of Meal Planning ?

अथवा (Or)

गर्भावस्था के लिये आहार तालिका बनाइये।

Prepare a diet chart for a Pregnant lady .

प्र.16 रेयोन के तन्तु की भौतिक विशेषताएँ बताइये कोई पांच ? 5

Write the Physical properties of Rayon Fibres any two.

अथवा (Or)

बंगाल का कांथा वर्क समझाइये।

Describe the Kantha of Bengal.

प्र.17 कुपोषण एवं सुपोषण में अंतर बताइये ? 6

Write the difference between Good Nutrition and Mal Nutrition.

अथवा (Or)

विटामिन C के कार्य एवं उसकी कमी से होने वाले रोग लिखिये ?

Write the functions of Vitamin-C and disease cause due to its deficiency.

प्र.18 भोजन विषाक्तता के प्रकार बताइये ? 6

Write the types of food poisoning ?

अथवा (Or)

तपेदिक रोग के कारण, लक्षण एवं उपचार बताइये ?

Write the causes, symptoms and prevention of Tuberculosis ?

.....XXX.....

कक्षा – 12वीं  
आदर्श उत्तर

गृह प्रबन्ध, पोषण एवं वस्त्र विज्ञान

खण्ड – 'अ'

- प्रश्न-1 सही विकल्प का चुनाव कीजिए :- 5
- (क) 68<sup>0</sup>F से 95<sup>0</sup>F  
(ख) 1947  
(ग) पाँच  
(घ) पेट्रोल  
(ङ) दो
- प्रश्न-2 रिक्त स्थानों की पूर्ति करो :- 5
- 1) फुलकारी  
2) नायलॉन  
3) कंकरीली एवं पथरीली  
4) 1.5 ग्राम  
5) धूल हटाने
- प्रश्न -3 सही जोड़ियां बनाइए :- 5
- (अ) दूरवर्ती विधि – रेडियो  
(ब) F.P.O – डिब्बा बन्द पदार्थ  
(स) आलू का अंकुर – सोलेनाइन विष  
(द) इन्डिगोब्लू – वनस्पति स्रोत  
(इ) किशोरावस्था – कैलोरी
- प्रश्न -4 एक वाक्य में उत्तर दीजिए :- 5
- (1) वह आहार जिसमें सभी पोषक तत्व जैसे – प्रोटीन, वसा, कार्बोहाइड्रेट, विटामिन, खनिज लवण उचित मात्रा एवं अनुपात में होते हैं।

- (2) धात्री स्त्री को सामान्य + 20ग्राम अतिरिक्त प्रोटीन की आवश्यकता होती है।
- (3) पोषण शिक्षा वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने भोजन संबंधी आदतों, दृष्टिकोण तथा ज्ञान को बदलने के पश्चात अच्छे स्वास्थ्य के मार्ग को चुनते हैं।
- (4) हैजा वाइब्रियो कोलेरा (कोमा के आकार के जीवाणु) से होता है।
- (5) ग्रे-गुड्स अथवा कच्चे वस्त्रों पर कुछ विशेष प्रकार की प्रक्रियाओं से इनका रूप परिवर्तन किया जाता है इनसे वस्त्रों को सुन्दर, आकर्षक बनाने के साथ –साथ उनके दोषों को दूर किया जाता है।

### खण्ड – 'ब'

**प्रश्न –5** ब्राण्ड अथवा ट्रेडमार्क व्यापारिक संस्थान द्वारा निर्धारित चिन्ह है, जो ट्रेड मार्क अधिनियम द्वारा पंजीकृत होता है। ट्रेडमार्क के पंजीकृत उत्पाद होने के बाद इसका उपयोग अपनी वस्तु पर अंकित करने के लिये नहीं कर सकता । 2

अथवा

L.S.I मार्क बिजली के उपकरणों पर दिया जाता है यह गुणवत्ता का प्रतीक है –

**प्रश्न –6** पोषण शिक्षा के साधन :-

चार्टस, पोस्टर, कार्ड, फिलप चार्टस, फोल्डर मॉडल

अथवा

व्यक्तिगत सम्पर्क विधि के दोष :-

समय का अपव्यय

प्रभाव क्षेत्र सीमित

**प्रश्न -7** निर्जलीकरण :-

निर्जलीकरण से तात्पर्य खाद्य पदार्थों को सुखाना है अर्थात् उनमें उपस्थित जलांश को समाप्त करना है।

अथवा

घरेलू प्रशीतन :-

भोजन को सड़ने से बचाने के लिये घरेलू स्तर पर ढंडे, स्थान, बर्फ या ठण्डे पानी में रख देते हैं, आधुनिक समय में घरों में भोज्य पदार्थ को सुरक्षित रखने के लिये रेफ्रीजरेटर का उपयोग किया जाता है।

**प्रश्न -8** रंगाई के उद्देश्य :-

- (1) वस्त्र में विभिन्नता लाने
- (2) वस्त्रों की सजावट करने

अथवा

नायलोन की भौतिक विशेषताएँ :-

- 1) मजबूती – हल्का होते हुये मजबूत होता है।
- 2) प्रत्यास्थता – इसके वस्त्र खींचकर लम्बे किये जा सकते हैं।

**प्रश्न -9** समय बचाने के सिद्धांत :-

1. आवश्यक वस्तुओं को एक जगह रखना
2. सही उपकरणों का प्रयोग
3. आधुनिक उपकरणों का प्रयोग
4. योजना बद्ध तरीके से कार्य करना

अथवा

थकान दूर करने के उपाय

- 1) प्रत्येक सामान को व्यवस्थित रखना
- 2) अनावश्यक क्रियाओं से बचना
- 3) उपयुक्त आसन में कार्य करना
- 4) अत्यधिक मानसिक तनाव से बचना

**प्रश्न –10** उपभोक्ता की समस्याएँ :-

1. बाजार की स्थिति पर निर्भर रहना पड़ता है।
2. वस्तुओं के गुणों का निरीक्षण करना सम्भव नहीं
3. चुनाव की समस्या
4. झूठे विज्ञापन

अथवा

**उपभोक्ता के उत्तरदायित्व :-**

- (1) आवश्यकता होने पर ही खरीददारी करे।
- (2) वस्तुओं को खरीदने से पूर्व गुणवत्ता और मात्रा की जाँच कर लें।
- (3) खरीददारी करते समय जल्दबाजी न करें।
- (4) क्रय की गई वस्तु की रसीद, गारण्टी कार्ड लेना न भूलें।
- (5) बिजली के उपकरणों पर I.S.I मार्क एवं खाद्य पदार्थों में AGMARK का निशान देखें।

**प्रश्न –11** खाद्य संरक्षण का महत्व :-

1. राष्ट्र की सम्पूर्ण उपज का उपयोग
2. राष्ट्र सुरक्षा में योगदान
3. पौष्टिक एवं सन्तुलित भोजन की प्राप्ति
4. विदेशी मुद्रा की प्राप्ति
5. रोजगार के अवसर प्राप्त (वर्णन लिखने पर 4 अंक)

अथवा

**खाद्य संरक्षण की घरेलू विधि :-**

- (1) **प्रशीतन** – घरेलू स्तर पर संरक्षण हेतु फ्रिज, टंडे पानी एवं बर्फ का उपयोग किया जाता है।
- (2) **निर्जलीकरण** – घरेलू स्तर पर निर्जलीकरण हेतु सूर्य की धूप का उपयोग करके फल, सब्जी, अचार, बड़ी, पापड़ संरक्षित किये जाते हैं।

- (3) **रासायनिक पदार्थों** – द्वारा घरेलू स्तर पर पोटेशियम मेटाबाई सल्फाइड एवं सोडियम बेन्जोइट का उपयोग कर अचार, सॉस संरक्षित किये जाते हैं।
- (4) **नमक एवं शक्कर** – नमक एवं शक्कर द्वारा घरेलू स्तर पर नमक और शक्कर का प्रयोग कर जैम-जेली, अचार, मुरब्बे बनाकर फलों एवं सब्जियों का संरक्षण किया जाता है।

**प्रश्न –12 भोजन स्वच्छता के नियम :-**

- 1) भोजन को संदूषण से बचाने के लिये व्यक्तिगत स्वच्छता पर ध्यान देना चाहिये।
- 2) भण्डार गृह, शीतल, स्वच्छ एवं कीड़ों से पूर्णतः मुक्त होना चाहिए।
- 3) रसोई घर के खिड़की दरवाजे, कूड़ेदान से दूर होना चाहिये।
- 4) भोजन पकाते समय बर्तनों को स्वच्छ पानी से धो लेना चाहिये एवं स्वच्छ कपडे से पोंछ लेना चाहिये।

अथवा

**पीलिया रोग के कारण :-**

1. दूषित जल, दूध एवं भोज्य पदार्थों के सेवन से।
2. पित्त की थैली में पथरी, ट्यूमर के कारण से।
3. रक्त में लालरक्त कणिकाओं के सामान्य से अधिक टूटने या हीमोग्लोबिन के नष्ट हो जाने से।

**पीलिया रोग के लक्षण :-**

- (1) रोगी का समूचा शरीर पीला हो जाता है।
- (2) मूत्र पीला एवं मल का रंग मटमैला हो जाता है।
- (3) जी मिचलाना एवं उल्टी की शिकायत रहती है।

**प्रश्न –13 कलफ के प्रकार :-**

- 1) साबूदाने का कलफ
- 2) मैदे का कलफ

- 3) चावल का कलफ
- 4) अरारोट का कलफ

अथवा

**शुष्क धुलाई की विधि :-**

- (1) **ड्राईक्लीन पम्प विधि** – इस विधि में अधिक मात्रा में वसा घोलक पदार्थ लेकर वस्त्र डुबोकर साफ किये जाते हैं एवं ड्राईक्लीन पम्प का उपयोग किया जाता है पम्प के अन्दर के भाग में पेट्रोल भर कर वस्त्र पर डाल दिया जाता है और सक्शन वाशर से वस्त्र को साफ करते हैं। वस्त्र को पेट्रोल से निकालकर रोलर पर चलाया जाता है जिससे वस्त्र का अतिरिक्त पेट्रोल निकाल लिया जाता है। यह महंगी विधि है।

**प्रश्न –14 संयुक्त ओर एकल परिवार में अन्तर :-**

संयुक्त परिवार	एकल परिवार
1) व्यय में बचत	व्यय अधिक
2) व्यक्तित्व विकास में बाधक	व्यक्तित्व विकास में सहायक
3) निराश्रितों को सहारा	निराश्रितों की समस्या
4) धन के समान वितरण के कारण जीवनस्तर में कभी	जीवन स्तर में सुधार

अथवा

**उत्तम गृह के चुनाव के मापदण्ड :-**

- (1) **स्थिति** – 1) जनसामान्य 2) पड़ौसी  
3) सुविधाएं 4) वर्जित स्थल
- (2) **भूमि** – 1) चिकनी मिट्टी 2) कंकरीली पथरीली  
3) रेतीली 4) बनाई हुई भूमि

(3) दिशा –

(4) बनावट – 1) नीव और आधार 2) मंच 3) दीवारें 4) फर्श  
5) छत

(5) प्रकाश एवं जल की व्यवस्था –

(वर्णन करने पर 5 अंक दिये जायें)

प्रश्न –15 आहार आयोजन के सिद्धांत :-

1. दैनिक आवश्यकताओं की पूर्ति करने वाले खाद्य पदार्थ ।
2. आहार आयोजन में सदस्यों की आयु, लिंग, व्यवसाय ।
3. स्वस्थता एवं अस्वस्थता का ध्यान ।
4. मौसम के अनुसार
5. परिवर्तनशील
6. पाचन शील एवं पौष्टिक

(वर्णन करने पर 5 अंक दिये जायें)

अथवा

गर्भावस्था के लिये आहार तालिका :-

भोज्य पदार्थ	साधारण कार्य		अतिरिक्त मात्रा	
	शाकाहारी	मांसाहारी	शाकाहारी	मांसाहारी
अनाज	300	300	–	–
दालें	60	45	+ 20	–
हरी सब्जी	125	125	–	–
अन्य सब्जी	75	75	–	–
कन्दमूल	50	50	–	–
फल	30	30	+ 50	+ 50
दूध	200	100	+ 200+500	+ 125
वसाव तेल	30	35	–	–



शक्कर व गुड	30	30	—	—
मूंगफली	—	—	25	—
अण्डा	—	30	—	30
मांस मछली	—	30	—	25
छैना	—	—	20	—

**प्रश्न –16 रेयोन के तन्तु की भौतिक विशेषताएँ :-**

- (1) संगठन – श्वेत सेल्यूलोज का बना होता है।
- (2) लम्बाई – इच्छानुसार लम्बे तथा छोटे रूप में बनाया जा सकता है।
- (3) मजबूती – रेयॉन का रेशा ऊन से अधिक तथा रेशम से कम मजबूत होता है।
- (4) प्रत्यस्थता (Elasticity) – इसका रेशा खींचकर छोड़ने पर पूर्व अवस्था में आ जाता है।
- (5) अवशोषण शक्ति – रेयॉन का वस्त्र नमी को सोख लेता है।

अथवा

**बंगाल का कांथा वर्क :-**

बंगाल का कशीदा पुरानी व फटी साड़ियों पर बनाया जाता है, और रनिंग टांको का प्रयोग किया जाता है। सफेद कपड़ों पर नारंगी, पीला, हरा धागे का प्रयोग किया जाता है कांथा के उत्कृष्ट नमूनों में पशु, पक्षी, मांगलिक चिन्ह, मनुष्य की आकृति और युद्ध के चित्र बनाये जाते हैं। टांके के द्वारा चादरें, झोलियां, रजाईयां बनाई जाती है। मुख्य प्रकार के कांथा 7 प्रकार के होते हैं सेप, सजनी, बेटन, और एरिसवाला, दुर्जनी और रूमाल।

**प्रश्न –17 कुपोषण एवं सुपोषण में अन्तर :-**

सुपोषण	कुपोषण
1) शरीर सुविकसित	1) शरीर टिगना अपर्याप्त विकसित, शारीरिक दोष
2) भार, ऊंचाई एवं आयु के अनुसार	2) अपर्याप्त भार, सामान्य से कम या अधिक
3) मांस पेशियां सुदृढ़ एवं सुविकसित	3) मांस पेशियां छोटी एवं अविकसित, ढीली-ढाली
4) त्वचा चिकनी व स्वस्थ रंग की	4) त्वचा पीली रंग की झुर्रियां युक्त
5) उत्तम आसन सीधा तना हुआ सिर, सीना उठा हुआ, कन्धे सपाट, अन्दर की ओर	5) थकान युक्त आसन, कन्धे झुके हुये, सपाट एवं सुकडा सीना उभरा हुआ उदर
6) बाल चिकने और चमकीले	6) बाल खुरदुरे और चमक रहित।

अथवा

**विटामिन C की कमी से होने वाले रोग :-**

- स्कर्वी –**
- (1) वयस्कों में स्कर्वी
  - (2) शिशुओं में स्कर्वी

**विटामिन-सी के कार्य –** (1) अस्थियों के निर्माण में सहायक।

- (2) विटामिन-सी अन्य विटामिनों की सहायता करता है।
- (3) रक्त वाहिनियों का रक्षण कार्य।
- (4) एड्रीनल कार्टेक्स के कार्यो में सहयोगी।
- (5) लोह लवण के शोषण में सहायक।
- (6) इलेक्ट्रॉन ट्रान्सपोर्ट में सहायक।
- (7) लाल रक्त कणिकाओं के परिपक्व होने में आवश्यक।
- (8) कोशिकाओं के आक्सीकरण में सहायक।

प्रश्न –18 भोजन विषाक्तता के प्रकार :-

1. प्राकृतिक विषाक्तता –

- 1) जहरीलें पेड़-पौधे
- 2) आलू का अंकुर
- 3) खेसरी दाल
- 4) मूंगफली
- 5) जहरीले जानवर

2. रासायनिक विषाक्तता –

- 1) ताँबे एवं पीतल के बर्तन
- 2) टिन में संरक्षण
- 3) मिलावट

3. जीवाणु संक्रमण द्वारा भोजन विषाक्तता –

- 1) मनुष्य द्वारा
- 2) जानवरों द्वारा
- 3) कृन्तक प्राणियों द्वारा
- 4) कीटाणुओं द्वारा

(वर्णन करने पर 6 अंक दिये जाये)

अथवा

तपेदिक रोग के कारण :-

1. बेसीलस ट्यूबर कुलोसिस द्वारा यह फैलता है।
2. गन्दे, शीतयुक्त तथा प्रकाश की कमी युक्त स्थान पर रहने वाले व्यक्तियों को यह होता है।
3. रोगी व्यक्तियों के सम्पर्क में आने से यह प्रतिदिन फैलता है।
4. रोगी के थूक, मल, मूत्र खाँसी से यह रोग फैलता है।
5. वंश परम्परा

### तपेदिक रोग के लक्षण :-

- (1) आरम्भ में हल्का बुखार आता है।
- (2) रोगी का वजन धीरे-धीरे कम होने लगता है।
- (3) रोगी को भूख नहीं लगती है।
- (4) रोगी का कार्य में मन नहीं लगता है।
- (5) कार्य करने से जल्दी थकान हो जाती है, बुखार के साथ-साथ खांसी भी आने लगती है। बार-बार जुखाम व पीले रंग का बलगम आता है। रोग भयकर होने पर बलगम में खून आने लगता है। शरीर दुर्बल हो जाता है हड्डियों का ढांचा रह जाता है।

### तपेदिक रोग के उपचार :-

1. रोगी को सवल बनाने का प्रयास करना चाहिये।
2. टी.बी. सेनीटोरियम में भर्ती करवाना चाहिये।
3. सही औषधि एवं विटामिन 'बी' काम्प्लेक्स देना चाहिए।
4. भोजन में दाल, अण्डा, मांस, फल एवं सूखे मेवे देना चाहिए।

.....XXX.....