

JK

Roll No. _____

Question Booklet Number

O.M.R. Serial No. :

--	--	--	--	--	--	--	--

--

M.A. II Semester (NEP) Examination, 2025-26

HOME SCIENCE

(Therapeutic Management and Community Nutrition)

Paper Code							
A	1	3	0	8	0	1	T

Question Booklet Series

A

Time : 1 : 30 Hours]

[Maximum Marks : 75

Instructions to the Examinee :

1. Do not open the booklet unless you are asked to do so.
2. The booklet contains 100 questions. Examinee is required to answer 75 questions in the OMR Answer-Sheet provided and not in the question booklet. **All** questions carry equal marks.
3. Examine the Booklet and the OMR Answer-Sheet very carefully before you proceed. Faulty question booklet due to missing or duplicate pages/questions or having any other discrepancy should be got immediately replaced.
4. Four alternative answers are mentioned for each question as – A, B, C & D in the booklet. The candidate has to choose the correct answer and mark the same in the OMR Answer-Sheet as per the direction :

(Remaining instructions on the last page)

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

1. प्रश्न-पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक आपसे कहा न जाए।
2. प्रश्न-पुस्तिका में 100 प्रश्न हैं। परीक्षार्थी को 75 प्रश्नों को केवल दी गई OMR आन्सर-शीट पर ही हल करना है, प्रश्न-पुस्तिका पर नहीं। **सभी** प्रश्नों के अंक समान हैं।
3. प्रश्नों के उत्तर अंकित करने से पूर्व प्रश्न-पुस्तिका तथा OMR आन्सर-शीट को सावधानीपूर्वक देख लें। दोषपूर्ण प्रश्न-पुस्तिका जिसमें कुछ भाग छपने से छूट गये हों या प्रश्न एक से अधिक बार छप गए हों या उसमें किसी अन्य प्रकार की कमी हो, तो उसे तुरन्त बदल लें।
4. प्रश्न-पुस्तिका में प्रत्येक प्रश्न के चार सम्भावित उत्तर- A, B, C तथा D हैं। परीक्षार्थी को उन चारों विकल्पों में से सही उत्तर छँटना है। उत्तर को OMR उत्तर-पत्रक में सम्बन्धित प्रश्न संख्या में निम्न प्रकार भरना है :

(शेष निर्देश अन्तिम पृष्ठ पर)

Rough Work
रफ़ कार्य

1. is a parameter used in anthropometry?
 - (A) BMI
 - (B) MUAC
 - (C) Only (A)
 - (D) Both (A) and (B)
 2. Which adjustment is more crucial for a hypertensive patient?
 - (A) High protein
 - (B) Low Sodium
 - (C) High protein-low sodium
 - (D) Low-Fiber
 3. Which nutrient is helpful in preventing infection after surgery?
 - (A) Vitamin C
 - (B) Carbohydrate
 - (C) Fat
 - (D) Fiber
 4. Which nutrient should be restricted in kidney disease?
 - (A) Sodium and protein
 - (B) Vitamin C
 - (C) Iron
 - (D) Carbohydrates
 5. What are the most common causes of acute fever in children?
 - (A) Bacterial pneumonia
 - (B) Viral upper respiratory tract Infection
 - (C) Malaria
 - (D) Urinary tract Infection
1. मानवमिति में इस्तेमाल होने वाला एक पैरामीटर है?
 - (A) बी एम आई
 - (B) एम यू ए सी
 - (C) सिर्फ (A)
 - (D) (A) और (B) दोनों
 2. उच्च रक्तचाप से ग्रस्त मरीज़ के लिए कौन सा समायोजन अधिक महत्वपूर्ण है?
 - (A) हाई प्रोटीन
 - (B) लो सोडियम
 - (C) हाई प्रोटीन-लो सोडियम
 - (D) लो-फाइबर
 3. ऑपरेशन के बाद संक्रमण को रोकने में कौन सा पोषक तत्व मददगार है?
 - (A) विटामिन C
 - (B) कार्बोहाइड्रेट
 - (C) वसा
 - (D) फाइबर
 4. किडनी की बीमारी में कौन सा पोषक तत्व कम लेना चाहिए?
 - (A) सोडियम और प्रोटीन
 - (B) विटामिन C
 - (C) आयरन
 - (D) कार्बोहाइड्रेट
 5. बच्चों में तेज बुखार के सबसे आम कारण क्या हैं?
 - (A) बैक्टीरियल निमोनिया
 - (B) वायरल अपर रेस्पिरेटरी ट्रैक्ट इन्फेक्शन
 - (C) मलेरिया
 - (D) यूरिनरी ट्रैक्ट इन्फेक्शन

6. Hematuria is the symptom of which disease?
- (A) Heart diseases.
(B) Diabetes
(C) Kidney related disease
(D) Anemia
7. What is the full form of MUAC ?
- (A) Mid Upper Arm Circle
(B) Mid Upper Arm Circumference
(C) Mid Upper Arm Core
(D) None of the Above
8. Calipers are used to measure:
- (A) BMI
(B) Skin fold thickness
(C) MUAC
(D) All of the above
9. What is the most important factor in post-operative diet planning?
- (A) Patient tolerance
(B) Doctor preference
(C) Family preference
(D) Hospital menu
10. Post-surgery diet should be rich in:
- (A) Vitamin A, calcium, and fiber
(B) Protein, vitamin C, and iron
(C) Fat, sodium, and potassium
(D) Carbohydrates, zinc, and vitamin D
6. हेमट्यूरिया किस रोग का लक्षण है:
- (A) हृदय रोग
(B) मधुमेह
(C) गुर्दे सम्बन्धी रोग
(D) एनीमिया
7. एम.यू.ए.सी. का पूरा नाम क्या है?
- (A) मिड अपर आर्म सर्कल
(B) मिड अपर आर्म सर्कमफेरेंस
(C) मिड अपर आर्म कोर
(D) इनमें से कोई नहीं
8. कैलिपर्स का उपयोग क्या मापने के लिए किया जाता है?
- (A) बी.एम.आई
(B) त्वचा की तह की मोटाई
(C) एम.यू.ए.सी.
(D) उपर्युक्त सभी
9. ऑपरेशन के बाद आहार योजना से सबसे जरूरी कारक क्या है?
- (A) रोगी की सहनशीलता
(B) डॉक्टर की पसंद
(C) परिवार की पसंद
(D) अस्पताल का मेन्यू
10. ऑपरेशन के बाद के आहार में चीजें होनी चाहिए।
- (A) विटामिन A, कैल्शियम और फाइबर
(B) प्रोटीन, विटामिन C और आयरन
(C) फैट, सोडियम और पोटैशियम
(D) कार्बोहाइड्रेट, जिंक और विटामिन D

11. Which of these is a Common dietary Challenges for patient Undergoing TB treatment?
- (A) Excessive hunger
(B) Loss of Appetite (Anorexia)
(C) Sudden Weight gain
(D) Increased taste Sensitivity
12. Which nutrient helps in wound healing after surgery?
- (A) Vitamin C
(B) Sodium
(C) Vitamin D
(D) None of These
13. Which of the following foods is suitable for a bland diet?
- (A) Spicy curry
(B) Raw vegetables
(C) Boiled rice and mashed potatoes
(D) Fried snacks
14. What is the full form of BMI?
- (A) Body Mass Index
(B) Body Metabolic Index
(C) Basal Metabolic Index
(D) None of these
15. In the context of community nutrition, what does a community mean?
- (A) One individual
(B) A group of people who share a particular interest or region
(C) A patient in a hospital
(D) A nutritional supplement
11. टी.बी. का इलाज करा रहे मरीज़ के लिए इनमें से कौन सी सामान्य आहार की चुनौतियाँ हैं:
- (A) बहुत ज्यादा भूख लगना
(B) भूख न लगना (एनोरेक्सिया)
(C) अचानक वज़न बढ़ना
(D) स्वाद के प्रति ज्यादा संवेदनशील
12. सर्जरी के बाद घाव भरने में कौन सा पोषक तत्व मदद करता है?
- (A) विटामिन C
(B) सोडियम
(C) विटामिन D
(D) इनमें से कोई नहीं
13. इनमें से कौन सा खाना सादा खाना खाने के लिए सही है?
- (A) मसालेदार करी
(B) कच्ची सब्जियाँ
(C) उबले चावल और मैश किए हुए आलू
(D) तले हुए स्नैक्स
14. BMI का फुल फॉर्म क्या है?
- (A) बॉडी मास इंडेक्स
(B) बॉडी मेटाबोलिक इंडेक्स
(C) बेसल मेटाबोलिक इंडेक्स
(D) इनमें से कोई नहीं
15. सामुदायिक पोषण के सम्बन्ध में, समुदाय का क्या अर्थ है?
- (A) एक व्यक्ति
(B) लोगों का ग्रुप जो एक खास दिलचस्पी या क्षेत्र शेयर करते हैं
(C) हॉस्पिटल में एक मरीज़
(D) एक पोषण अनुपूरक

16. What is the major source of non-heme iron?
 (A) Liver
 (B) Meat
 (C) Green leafy vegetables
 (D) Fish
17. Which nutrient should be emphasized in a diet for a patient with fever?
 (A) Carbohydrates
 (B) Protein
 (C) Fat
 (D) Fiber
18. Which Cooking Method is Safest for a typhoid patient?
 (A) Frying
 (B) Steaming or Boiling
 (C) Grilling
 (D) Raw Consumption
19. Hypertension is also known as :
 (A) Low blood pressure
 (B) Diabetes
 (C) Anaemia
 (D) High blood pressure
20. Grave's disease is related to :
 (A) Thyroid Gland
 (B) Pancreas
 (C) Salivary Gland
 (D) None of the above
21. What is the prime purpose of a nutrient-modified diet?
 (A) To encourage gaining weight quickly
 (B) To control the signs of an illness or ailment
 (C) To remove carbohydrates
 (D) To merely increase calorie intake
16. नॉन-हीम आयरन का मुख्य स्रोत क्या है?
 (A) लिवर
 (B) मीट
 (C) हरी पत्तेदार सब्जियाँ
 (D) मछली
17. बुखार वाले मरीज़ के खाने में किस पोषक तत्व पर जोर देना चाहिए?
 (A) कार्बोहाइड्रेट
 (B) प्रोटीन
 (C) फैट
 (D) फाइबर
18. टाइफाइड के मरीज़ के लिए खाना पकाने का कौन सा तरीका सबसे सुरक्षित है?
 (A) फ्राइंग
 (B) स्टीमिंग या बॉइलिंग
 (C) ग्रिलिंग
 (D) कच्चा खाना
19. हाइपरटेंशन को यह भी कहा जाता है:
 (A) लो ब्लड प्रेशर
 (B) डायबिटीज़
 (C) एनीमिया
 (D) हाई ब्लड प्रेशर
20. ग्रेव्स डिजीज किससे सम्बन्धित है?
 (A) थायरॉइड ग्रन्थि
 (B) अग्न्याशय
 (C) लार ग्रन्थि
 (D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
21. पोषक तत्व संशोधित आहार का मुख्य उद्देश्य क्या है?
 (A) तेजी से वजन बढ़ाने के लिए बढ़ावा देना
 (B) किसी बीमारी या तकलीफ़ के लक्षणों को नियंत्रित करना
 (C) सभी कार्बोहाइड्रेट को हटाना
 (D) सिर्फ़ कैलोरी का सेवन बढ़ाना

22. Which food should hypothyroidism patients limit?
- (A) Goitrogenic foods (cabbage, cauliflower)
- (B) Milk
- (C) Rice
- (D) Banana
23. Vitamin C in post-surgery diet primarily helps in:
- (A) Blood clotting
- (B) Muscle contraction
- (C) Energy production
- (D) Wound healing and collagen formation
24. What is the Key goal of nutrition therapy during typhoid fever?
- (A) Increased protein
- (B) Increasing fat Intake
- (C) Maintain hydration and preventing Muscle loss
- (D) Rapid weight loss
25. Which condition requires a high-calorie diet?
- (A) Malnutrition
- (B) Obesity
- (C) Hypertension
- (D) Constipation
22. हाइपोथायरायडिज्म के मरीजों को कौन सा खाना कम खाना चाहिए?
- (A) गोइट्रोजेनिक फूड (पत्ता गोभी, फूलगोभी)
- (B) दूध
- (C) चावल
- (D) केला
23. ऑपरेशन के बाद की आहार में विटामिन C मुख्य रूप से इनमें मदद करता है?
- (A) रक्त का थक्का
- (B) मांसपेशी में संकुचन
- (C) ऊर्जा उत्पादन
- (D) घाव भरना और कोलेजन बनना
24. टाइफाइड बुखार के दौरान पोषण चिकित्सा का मुख्य उद्देश्य क्या है?
- (A) ज्यादा प्रोटीन
- (B) वसा अवशोषण बढ़ाना
- (C) हाइड्रेशन बनाए रखना और मांसपेशीय नुकसान रोकना
- (D) तेजी से वजन कम करना
25. किस स्थिति में उच्च कैलोरी युक्त आहार की आवश्यकता होती है?
- (A) कुपोषण
- (B) मोटापा
- (C) उच्च रक्तचाप
- (D) कब्ज

26. What are the concepts of vital statistics?
 (A) Fetal death
 (B) Birth
 (C) Death
 (D) All of these
27. Which of the following is not a strategy for promoting good health in the Community nutrition?
 (A) Providing nutrition education
 (B) Food safety
 (C) Encouraging sedentary lifestyles
 (D) Managing food insecurity
28. What is the most important dietary factor in colon cancer prevention?
 (A) High fiber diet
 (B) High fat diet
 (C) High sugar diet
 (D) High sodium diet
29. What is a Key nutrient lost during Severe Diarrhoea?
 (A) Vitamin C
 (B) Iron
 (C) Potassium
 (D) Vitamin D
30. Excess intake of which mineral increases blood pressure?
 (A) Calcium
 (B) Sodium
 (C) Iron
 (D) Zinc
26. वाइटल स्टैटिस्टिक्स के कॉन्सेप्ट क्या हैं?
 (A) फीटल डेथ
 (B) जन्म
 (C) मृत्यु
 (D) ये सभी
27. सामुदायिक पोषण में अच्छे स्वास्थ्य को बढ़ावा देने हेतु इनमें से कौन सी रणनीति नहीं है:
 (A) पोषण शिक्षा देना
 (B) खाद्य सुरक्षा
 (C) गतिहीन जीवनशैली को बढ़ावा देना
 (D) खाद्य असुरक्षा का प्रबंधन
28. कोलन कैंसर से बचाव में सबसे जरूरी आहार संबंधी कारक क्या है?
 (A) हाई फाइबर डाइट
 (B) हाई फैट डाइट
 (C) हाई शुगर डाइट
 (D) हाई सोडियम डाइट
29. गंभीर डायरिया के दौरान कौन सा मुख्य पोषक तत्व नष्ट हो जाता है?
 (A) विटामिन C
 (B) आयरन
 (C) पोटैशियम
 (D) विटामिन D
30. किस खनिज तत्व के ज्यादा सेवन से रक्तचाप बढ़ता है?
 (A) कैल्शियम
 (B) सोडियम
 (C) आयरन
 (D) जिंक

31. What is the full form of MMR?
 (A) Maternal Morbidity Rate
 (B) Maternal Mortality Rate
 (C) Mothers Mortality Rate
 (D) Maternal Mortality Ratio
32. Which nutrient is mainly restricted in liver disease?
 (A) Fiber
 (B) Fat
 (C) Carbohydrate
 (D) Vitamins
33. Which combination of nutrients is most important for tissue repair after surgery?
 (A) Protein and iron
 (B) Carbohydrates and sodium
 (C) Fiber and vitamin D
 (D) Fat and calcium
34. What is the recommended protein requirement for cancer patients?
 (A) 0.5 g/kg body weight
 (B) 0.8 g/kg body weight
 (C) 1.2–2.0 g/kg body weight
 (D) 3 g/kg body weight
35. Coronary heart disease mainly affects:
 (A) Brain
 (B) Kidneys
 (C) Heart arteries
 (D) Lungs
36. Which method is used for Face-to-face or person-to-person contact between people and the health professionals?
 (A) Group Contact Method
 (B) Individual Contact Method
 (C) Mass contact method
 (D) All of these
31. MMR का फुल फॉर्म क्या है?
 (A) मैटरनल मॉर्बिडिटी रेट
 (B) मैटरनल मॉर्टैलिटी रेट
 (C) मदर्स मॉर्टैलिटी रेट
 (D) मैटरनल मॉर्टैलिटी रेश्यो
32. लिवर की बीमारी में मुख्य रूप से किस पोषक तत्व को कम कर देना चाहिए?
 (A) रेशे
 (B) वसा
 (C) कार्बोहाइड्रेट
 (D) विटामिन
33. ऑपरेशन के बाद ऊतकों की मरम्मत के लिए पोषक तत्व का कौन सा संयोजन सबसे जरूरी है?
 (A) प्रोटीन और आयरन
 (B) कार्बोहाइड्रेट और सोडियम
 (C) फाइबर और विटामिन D
 (D) फैट और कैल्शियम
34. कैंसर के मरीजों के लिए अनुशंसित प्रोटीन की जरूरत क्या है?
 (A) 0.5 g/kg बॉडी वेट
 (B) 0.8 g/kg बॉडी वेट
 (C) 1.2-2.0 g/kg बॉडी वेट
 (D) 3 g/kg बॉडी वेट
35. कोरोनरी हार्ट डिज़ीज़ मुख्य रूप से इन पर असर डालती है?
 (A) ब्रेन
 (B) किडनी
 (C) हृदय धमनियाँ
 (D) फेफड़े
36. लोगों और स्वास्थ्य पेशेवर से आमने-सामने/व्यक्तिगत संपर्क हेतु कौन-सी विधि उपयुक्त है?
 (A) सामूहिक सम्पर्क विधि
 (B) व्यक्तिगत सम्पर्क विधि
 (C) जन सम्पर्क विधि
 (D) उपरोक्त सभी

37. Which of the following approaches to nutrition education is best for rural areas?
- (A) Distributing glossy, hightech pamphlets
- (B) Interactive cooking demonstrations using locally available foods
- (C) Broadcasting international nutrition webinars
- (D) Importing pre-packaged nutritional supplements
38. Which complication can arise if a kidney disease patient consumes excess protein?
- (A) Increased wound healing
- (B) Reduced metabolic rate
- (C) Accumulation of nitrogenous waste products
- (D) Enhanced immunity
39. Causes of Diabetes Mellitus is.
- (A) Obesity
- (B) Mental Stress
- (C) Heredity
- (D) All of these
40. High levels of cholesterol (LDL) in the body significantly increase the risk of:
- (A) Diabetes
- (B) Atherosclerosis
- (C) Chronic Kidney Disease
- (D) Hypothyroidism
41. The audio- visual aids make learning?
- (A) Uninteresting
- (B) Meaningful
- (C) Enjoyable
- (D) Uncomfortable
37. ग्रामीण इलाकों के लिए पोषण शिक्षा के लिए इनमें से कौन सा तरीका सबसे अच्छा है?
- (A) चमकदार, हईटेक पैम्फलेट बांटना
- (B) लोकल तौर पर मिलने वाले खाने का इस्तेमाल करके इंटरैक्टिव कुकिंग डेमोंस्ट्रेशन
- (C) अंतर्राष्ट्रीय पोषण वेबिनार प्रसारण करना
- (D) पहले से पैक पोषण पूरक आयात करना
38. अगर किडनी की बीमारी का मरीज़ ज्यादा प्रोटीन लेता है तो कौन सी जटिलता हो सकती है?
- (A) घाव भरने में तेजी
- (B) चयापचय दर में कमी
- (C) नाइट्रोजनयुक्त अवशेष पदार्थों का जमा होना
- (D) प्रतिरक्षा में बढ़ोतरी
39. मधुमेह का कारण है:
- (A) मोटापा
- (B) मानसिक तनाव
- (C) वंशानुक्रम
- (D) उपरोक्त सभी
40. शरीर में कोलेस्ट्रॉल (LDL) का उच्च स्तर किसका खतरा काफी बढ़ा देता है:
- (A) डायबिटीज़
- (B) एथेरोस्क्लेरोसिस (धमनी की दीवारों में प्लाक का बनना)
- (C) क्रोनिक किडनी डिज़ीज़
- (D) हाइपोथायरायडिज़्म
41. दृश्य श्रव्य विधियाँ सीखने को बनाते हैं-
- (A) अरुचिकर
- (B) काम का
- (C) मज़ेदार
- (D) असहज

42. What are the elements of community nutrition assessment?

- (A) Anthropometric assessment, Dietary assessment, Biochemical assessment, Clinical assessment
- (B) Physical assessment, Psychological assessment, Social assessment, Environmental assessment
- (C) Dietary assessment, Exercise assessment, Mental health assessment, Socioeconomic assessment
- (D) Nutritional assessment, Medical assessment, Genetic assessment, Behavioral-assessment

43. A low-fiber diet is recommended for:

- (A) Fever
- (B) Kidney disease
- (C) Intestinal disorders
- (D) Post-surgery recovery

44. What is considered the main cause of Coronary Heart Disease?

- (A) Protein deficiency
- (B) Atherosclerosis
- (C) Vitamin C deficiency
- (D) Dehydration

45. High cholesterol increases the risk of:

- (A) Fever
- (B) Heart disease
- (C) Cold
- (D) Infection

42. सामुदायिक पोषण आकलन के तत्व क्या हैं?

- (A) मानवमिति मूल्यांकन, आहारिय मूल्यांकन, बायोकेमिकल मूल्यांकन, क्लीनिकल मूल्यांकन
- (B) शारीरिक मूल्यांकन, मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन, सामाजिक मूल्यांकन, पर्यावरणीय मूल्यांकन
- (C) आहारिय मूल्यांकन, व्यायाम मूल्यांकन, मानसिक स्वास्थ्य मूल्यांकन, सामाजिक-आर्थिक मूल्यांकन
- (D) पोषण मूल्यांकन, चिकित्सा मूल्यांकन, आनुवंशिक मूल्यांकन, व्यावहारिक मूल्यांकन

43. कम फाइबर वाला आहार किसमें दिया जाता है:

- (A) बुखार
- (B) किडनी की बीमारी
- (C) आंतों की बीमारियाँ
- (D) सर्जरी के बाद रिकवरी

44. हृदय-धमनी रोग का मुख्य कारण क्या माना जाता है?

- (A) प्रोटीन की कमी
- (B) एथेरोस्क्लेरोसिस
- (C) विटामिन C की कमी
- (D) निर्जलीकरण

45. उच्च कोलेस्ट्रॉल से इन चीजों का खतरा बढ़ जाता है:

- (A) बुखार का
- (B) दिल की बीमारी का
- (C) सर्दी का
- (D) संक्रमण का

46. Which food contains high saturated fat?
 (A) Butter
 (B) Fruits
 (C) Vegetables
 (D) Whole grains
47. What is the one potential benefit of using audio-visuals in nutrition education?
 (A) Decrease interest
 (B) Increase engagement
 (C) Create confusion
 (D) Reduce understanding
48. To calculate BMI, what information is required?
 (A) Height and Age
 (B) Weight and Age
 (C) Weight and Height
 (D) All of these
49. Which drug delivery system often exhibits the quickest onset of action?
 (A) Oral
 (B) Intravenous
 (C) Subcutaneous
 (D) None of the above
50. What is the primary goal of implementing a texture-modified diet for protein?
 (A) To enhance the flavor of meals
 (B) To reduce food costs
 (C) To make food safe to chew and swallow and prevent choking
 (D) All of the above
46. किस खाने में ज्यादा संतृप्त वसा होता है?
 (A) मक्खन
 (B) फल
 (C) सब्जियाँ
 (D) साबुत अनाज
47. पोषण की पढ़ाई में श्रव्य-दृश्य इस्तेमाल करने का एक संभावित फायदा क्या है?
 (A) दिलचस्पी कम करना
 (B) जुड़ाव बढ़ाना
 (C) भ्रम पैदा करना
 (D) समझ कम करना
48. BMI गणना करने के लिए कौन सी जानकारी चाहिए?
 (A) ऊँचाई और उम्र
 (B) वज़न और उम्र
 (C) वज़न और ऊँचाई
 (D) ये सभी
49. कौन सी दवा वितरण प्रणाली अक्सर सबसे तज़ी से असर दिखाती है?
 (A) मुँह से
 (B) नसों से
 (C) त्वचा के नीचे
 (D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
50. प्रोटीन के लिए बनावट संशोधित आहार लागू करने का मुख्य लक्ष्य क्या है?
 (A) खाने का स्वाद बढ़ाना
 (B) खाने का खर्च कम करना
 (C) खाने को चबाने और निगलने के लिए सुरक्षित बनाना और गले में अटकने से रोकना
 (D) ऊपर दिए गए सभी

51. Which of the following is a common symptom of anemia?
- (A) Obesity
(B) Fatigue
(C) High blood pressure
(D) Fever
52. In diabetes, excess breakdown of fats leads to formation of:
- (A) Amino acids
(B) Ketone bodies
(C) Urea
(D) Glycogen
53. Glycemic index refers to:
- (A) Amount of sugar in food
(B) Rate at which carbohydrate raises blood glucose
(C) Protein content of food
(D) Vitamin content of food
54. Which nutrient helps lower blood cholesterol?
- (A) Fiber
(B) Sugar
(C) Salt
(D) Alcohol
55. Which lifestyle factor increases risk of coronary heart disease?
- (A) Exercise
(B) Smoking
(C) Balanced diet
(D) Drinking water
51. इनमें से कौन सा रक्ताल्पता का सामान्य लक्षण है?
- (A) मोटापा
(B) थकान
(C) उच्च रक्तचाप
(D) बुखार
52. मधुमेह में वसा के ज्यादा टूटने से ये बनता है:
- (A) अमीनो एसिड
(B) कीटोन बॉडी
(C) यूरिया
(D) ग्लाइकोजन
53. ग्लाइसेमिक सूचकांक का मतलब है:
- (A) खाने में शुगर की मात्रा
(B) वह रेट जिससे कार्बोहाइड्रेट ब्लड ग्लूकोज बढ़ाता है
(C) खाने में प्रोटीन की मात्रा
(D) खाने में विटामिन की मात्रा
54. कौन सा पोषक तत्व रक्त कोलेस्ट्रॉल कम करने में मदद करता है?
- (A) फाइबर
(B) शुगर
(C) नमक
(D) अल्कोहल
55. जीवन शैली का कौन सा कारक हृदय रोग का खतरा बढ़ाता है?
- (A) व्यायाम
(B) धूम्रपान
(C) संतुलित आहार
(D) पेयजल

56. The normal blood pressure in adults is:
- (A) 90/60 mmHg
(B) 120/80 mmHg
(C) 140/100 mmHg
(D) 160/110 mmHg
57. Excess sodium intake in kidney disease can lead to:
- (A) Hypoglycemia
(B) Fluid retention and hypertension
(C) Vitamin deficiency
(D) Reduced wound healing
58. Which dietary modification is incorrect for intestinal disorders?
- (A) Low-fiber diet
(B) Bland diet
(C) High-spice diet
(D) Easily digestible foods
59. Which nutrient is important for boosting immunity?
- (A) Vitamin C
(B) Fat
(C) Sugar
(D) Sodium
60. Which kidney process gradually decreases in chronic nephritis?
- (A) Filtration
(B) Digestion
(C) Absorption
(D) Respiration
56. वयस्कों में सामान्य रक्तचाप होता है:
- (A) 90/60 mmHg
(B) 120/80 mmHg
(C) 140/100 mmHg
(D) 160/110 mmHg
57. गुर्दे की बीमारी में ज्यादा सोडियम लेने से ये हो सकता है:
- (A) हाइपोग्लाइसीमिया
(B) शरीर में तरल का जमाव और उच्च रक्तचाप
(C) विटामिन की कमी
(D) घाव भरने में कमी
58. आंतों की बीमारियों के लिए कौन सा आहार में बदलाव गलत है?
- (A) कम फाइबर वाला खाना
(B) सादा खाना
(C) ज्यादा मसाले वाला खाना
(D) आसानी से पचने वाले खाने
59. प्रतिरक्षा बढ़ाने के लिए कौन सा पोषक तत्व आवश्यक है?
- (A) विटामिन C
(B) वसा
(C) शुगर
(D) सोडियम
60. क्रोनिक नेफ्राइटिस में गुर्दे की कौन सी प्रक्रिया धीरे-धीरे कम हो जाता है?
- (A) निस्पंदन
(B) पाचन
(C) अवशोषण
(D) श्वसन

61. DASH diet is mainly recommended for:
- (A) Diabetes
(B) Hypertension
(C) Anemia
(D) Obesity
62. Which of the following health conditions can Hypertension lead to?
- (A) Chronic Kidney Disease
(B) Peripheral Artery Disease
(C) Stroke
(D) All of the above
63. Full form of RDA is:
- (A) Recommend Diet Allowence
(B) Recommend Dietary Activity
(C) Recommended Diet Activity
(D) Recommended Dietary Allowance
64. The goal of community nutrition is to encourage eating practices that support:
- (A) Experiences with fine dining
(B) Sustainable food production
(C) Unique culinary abilities
(D) None of them
65. Which diet is often recommended for weight loss?
- (A) High-calorie diet
(B) Low-carbohydrate diet
(C) High-fat diet
(D) Low-protein diet
61. DASH डाइट मुख्य रूप से इनके लिए सिफारिश की जाती है:
- (A) मधुमेह
(B) उच्च रक्तचाप
(C) रक्ताल्पता
(D) मोटापा
62. उच्च रक्तचाप से इनमें से कौन सी स्वास्थ्य स्थिति हो सकती है?
- (A) दीर्घकालिक गुर्दा रोग
(B) परिधीय धमनी रोग
(C) आघात
(D) ऊपर दिए गए सभी
63. RDA का फुल फार्म है:
- (A) आहार भत्ते की सिफारिश करें
(B) आहार गतिविधि की सिफारिश करें
(C) अनुशंसित आहार गतिविधि
(D) अनुशंसित आहार भत्ता
64. सामुदायिक पोषण का लक्ष्य उन खान-पान की आदतों को प्रोत्साहित करना है जो सहायक हों?
- (A) बढ़िया खाने के अनुभव को
(B) सतत खाद्य उत्पादन को
(C) अनोखी खाना बनाने की काबिलियत को
(D) इनमें से कोई नहीं
65. वजन घटाने के लिए अक्सर किस आहार की सिफारिश की जाती है?
- (A) उच्च कैलोरी वाला आहार
(B) कम कार्बोहाइड्रेट वाला आहार
(C) उच्च वसा वाला आहार
(D) कम प्रोटीन वाला आहार

66. Which of the following is an example of a communicable disease that requires notification?
 (A) Influenza
 (B) Hepatitis
 (C) Malaria
 (D) All of the above
67. Symptoms of Anemia are :
 (A) Paleness of the eyes
 (B) Weakness/Fatigue
 (C) Shortness of Breath/
 Breathlessness
 (D) All of the above
68. Severe deficiency of thyroxin causes:
 (A) Scurvy
 (B) Dermatitis
 (C) Hypothyroidism
 (D) Hyperthyroidism
69. What is the motive of nutrition advocacy?
 (A) Promoting healthy eating behaviors
 (B) Encouraging food industry reform
 (C) Both (A) and (B)
 (D) None of them
70. Which food is suitable for a low-residue diet?
 (A) Whole grains
 (B) Raw vegetables
 (C) Refined cereals
 (D) Salads
66. इनमें से कौन सी फैलने वाली बीमारी का उदाहरण है जिसके लिए जानकारी देना जरूरी है?
 (A) इन्फ्लूएंजा
 (B) हेपेटाइटिस
 (C) मलेरिया
 (D) ऊपर दिए गए सभी
67. रक्तहीनता के लक्षण हैं:
 (A) आँखों की झिल्ली पीली दिखाई देना
 (B) कमजोरी
 (C) साँस फूलना
 (D) उपर्युक्त सभी
68. 'थायरॉक्सिन' की अत्यधिक कमी से होता है:
 (A) स्कर्वी
 (B) चर्मकोप
 (C) हाइपोथायरॉइडिज्म
 (D) हाइपरथायरॉइडिज्म
69. पोषण संबंधी वकालत का उद्देश्य क्या है?
 (A) हेल्दी खाने की आदतों को बढ़ावा देना
 (B) फूड इंडस्ट्री रिफॉर्म को बढ़ावा देना
 (C) (A) और (B) दोनों
 (D) इनमें से कोई नहीं
70. कम फाइबर वाले आहार के लिए कौन सा भोजन उपयुक्त है?
 (A) साबुत अनाज
 (B) कच्ची सब्जियाँ
 (C) परिष्कृत अनाज
 (D) सलाद

71. Which diet is recommended for patients with swallowing difficulties?
 (A) Regular diet
 (B) Pureed diet
 (C) High-fiber diet
 (D) Raw diet
72. How can we reduce infant mortality rate ?
 (A) Providing Better Health Services
 (B) Publicising Nutrition Education
 (C) Providing Facility of Delivery
 (D) All of the above
73. Which diarrhea is seen in infants while withdrawing them from mother's milk to top feeding?
 (A) Acute Diarrhea
 (B) Chronic Diarrhea
 (C) Fatty Diarrhea
 (D) Weanling Diarrhea
74. What does feedback mean when it comes to nutrition and health promotion communication?
 (A) The initial message
 (B) The response to the message
 (C) The channel used
 (D) The encoding process
75. The normal mid arm circumference of a 5 year old well nourished child is :
 (A) 15-16 cm
 (B) 11-12 cm
 (C) 13-14 cm
 (D) None of the above
71. निगलने में कठिनाई वाले रोगियों के लिए कौन सा आहार अनुशंसित है?
 (A) सामान्य आहार
 (B) प्यूरी किया हुआ आहार
 (C) उच्च फाइबर वाला आहार
 (D) कच्चा आहार
72. शिशु मृत्यु दर को किस उपाय द्वारा कम किया जा सकता है?
 (A) बेहतर स्वास्थ्य सेवायें उपलब्ध कराना
 (B) पोषण शिक्षा का प्रचार
 (C) प्रसव हेतु सुविधाएँ प्रदान करना
 (D) उपर्युक्त सभी
73. शिशुओं में दूध छुड़ाते समय होने वाला डायरिया कौन-सा है?
 (A) एक्यूट डायरिया
 (B) क्रानिक डायरिया
 (C) फैटी डायरिया
 (D) वीनलिंग डायरिया
74. पोषण और स्वास्थ्य संवर्धन संचार के संदर्भ में प्रतिक्रिया का क्या अर्थ है?
 (A) प्रारंभिक संदेश
 (B) संदेश की प्रतिक्रिया
 (C) उपयोग किया गया चैनल
 (D) एनकोडिंग प्रक्रिया
75. एक 5 वर्षीय सुपोषित बच्चे की सामान्य ऊपरी बाँह की परिधि की नाप होती है:
 (A) 15-16 सेमी.
 (B) 11-12 सेमी.
 (C) 13-14 सेमी.
 (D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

76. Which of the following is not a symptom of liver disease?
 (A) Jaundice
 (B) Abdominal pain
 (C) Headache
 (D) Fatigue
77. Which out of the following is the best method of cooking food?
 (A) Roasting
 (B) Deep frying
 (C) Steaming
 (D) None of the above
78. Which among the following instruments is used to measure blood pressure?
 (A) Sphygmomanometer
 (B) Thermometer
 (C) Goniometer
 (D) Lux Meter
79. What is the main purpose of a therapeutic diet?
 (A) Entertainment
 (B) Disease management and recovery
 (C) Bodybuilding
 (D) Weight gain only
80. A soft diet is usually recommended for :
 (A) Healthy athletes
 (B) Patients with chewing or digestive problems
 (C) Infants only
 (D) Pregnant women
76. निम्नलिखित में से कौन-सा लीवर रोग का लक्षण नहीं है?
 (A) पीलिया
 (B) पेट दर्द
 (C) सिर दर्द
 (D) थकान
77. निम्नलिखित में से कौन-सी भोजन पकाने की सर्वोत्तम विधि है?
 (A) भूनना
 (B) तलना
 (C) भाप द्वारा
 (D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
78. रक्तचाप मापने के लिए इनमें से कौन सा उपकरण उपयोग होता है?
 (A) स्फिग्मोमैनोमीटर
 (B) थर्मामीटर
 (C) गोनियोमीटर
 (D) लक्स मीटर
79. चिकित्सीय आहार का मुख्य उद्देश्य क्या है?
 (A) मनोरंजन
 (B) रोग प्रबंधन और उपचार
 (C) बॉडीबिल्डिंग
 (D) सिर्फ वजन बढ़ाना
80. सॉफ्ट डाइट आमतौर पर इनके लिए अनुशंसित की जाती है:
 (A) स्वस्थ एथलीट
 (B) चबाने या पाचन की समस्या वाले मरीज
 (C) सिर्फ छोटे बच्चे
 (D) गर्भवती महिलाएँ

81. Tube feeding is used when :
- (A) The patient can eat normally
 (B) The patient cannot swallow food safely
 (C) The patient wants weight gain
 (D) The patient is healthy
82. Which food is suitable in a soft diet?
- (A) Fried snacks
 (B) Boiled vegetables
 (C) Spicy curry
 (D) Pickles
83. Which diet is given immediately after surgery?
- (A) High-fat diet
 (B) Clear liquid diet
 (C) High-fiber diet
 (D) High-sugar diet
84. Diabetes mellitus mainly affects the metabolism of :
- (A) Protein
 (B) Carbohydrates
 (C) Vitamins
 (D) Minerals
85. Jaundice primarily affects which organ?
- (A) Heart
 (B) Kidney
 (C) Liver
 (D) Lungs
81. ट्यूब फीडिंग का उपयोग तब किया जाता है जब:
- (A) मरीज़ साधारण तरीके से खा सकता है
 (B) मरीज़ खाना सुरक्षित रूप से निगल नहीं सकता
 (C) मरीज़ वजन बढ़ाना चाहता है
 (D) मरीज़ स्वस्थ है
82. सॉफ्ट डाइट में कौन सा खाना सही रहता है?
- (A) फ्राइड स्नैक्स
 (B) उबली हुई सब्जियाँ
 (C) मसालेदार करी
 (D) अचार
83. सर्जरी के तुरंत बाद कौन सी डाइट दी जाती है?
- (A) हाई-फैट डाइट
 (B) क्लियर लिक्विड डाइट
 (C) हाई-फाइबर डाइट
 (D) हाई-शुगर डाइट
84. मधुमेह मुख्य रूप से किसके चयापचय पर असर डालता है:
- (A) प्रोटीन
 (B) कार्बोहाइड्रेट
 (C) विटामिन
 (D) खनिज लवण
85. पीलिया मुख्य रूप से किस अंग पर असर डालता है?
- (A) हृदय
 (B) गुर्दा
 (C) यकृत
 (D) फेफड़े

86. Anthropometry is used to measure :
- (A) Blood pressure
(B) Body dimensions
(C) Body temperature
(D) Oxygen level
87. Which nutrient is essential for hemoglobin formation?
- (A) Calcium
(B) Iron
(C) Sodium
(D) Vitamin D
88. Dietary counselling mainly aims to :
- (A) Prescribe medicines
(B) Promote healthy eating habits
(C) Perform surgery
(D) Increase exercise only
89. Which food is allowed in a clear liquid diet?
- (A) Tea without milk
(B) Chapati
(C) Rice
(D) Lentils
90. Which diet is recommended for hypertension?
- (A) High sodium diet
(B) Low sodium diet
(C) High sugar diet
(D) High fat diet
86. मानवमिति का उपयोग मापने के लिए किया जाता है:
- (A) रक्तचाप का
(B) शरीर के आयाम
(C) शरीर का तापमान
(D) ऑक्सीजन का स्तर
87. हीमोग्लोबिन बनने के लिए कौन सा पोषक तत्व जरूरी है?
- (A) कैल्शियम
(B) आयरन
(C) सोडियम
(D) विटामिन D
88. आहार संबंधी परामर्श का मुख्य उद्देश्य है:
- (A) दवाएं लिखना
(B) हेन्दी खाने की आदतों को बढ़ावा देना
(C) सर्जरी करना
(D) केवल व्यायाम बढ़ाएं
89. साफ़ तरल आहार में कौन-कौन से खाद्य पदार्थ शामिल किए जा सकते हैं?
- (A) बिना दूध वाली चाय
(B) चपाती
(C) चावल
(D) दाल
90. उच्च रक्तचाप के लिए कौन से आहार की सलाह दी जाती है?
- (A) ज्यादा सोडियम वाला खाना
(B) कम सोडियम वाला खाना
(C) ज्यादा चीनी वाला खाना
(D) ज्यादा फैट वाला खाना

91. Severe diarrhea can lead to loss of:
- Vitamins
 - Electrolytes
 - Protein
 - Fat
92. In chronic kidney disease, excessive protein intake may cause:
- Better immunity
 - Accumulation of nitrogenous wastes
 - Increased appetite
 - Improved digestion
93. Which method is commonly used for nutritional assessment?
- Anthropometric measurement
 - Radiology only
 - Surgery
 - Vaccination
94. Which diet is recommended for gastrointestinal disorders?
- High-spice diet
 - Bland diet
 - High-fat diet
 - High-alcohol diet
95. Which nutrient is most important for tissue repair?
- Protein
 - Fat
 - Sugar
 - Fiber
91. गंभीर डायरिया में इनमें से कुछ चीजें कम हो सकती हैं:
- विटामिन
 - इलेक्ट्रोलाइट्स
 - प्रोटीन
 - वसा
92. क्रोनिक किडनी की बीमारी में, ज्यादा प्रोटीन लेने से ये हो सकता है:
- बेहतर रोग प्रतिरोधक क्षमता
 - नाइट्रोजनयुक्त अपशिष्टों का जमाव
 - भूख बढ़ना
 - बेहतर पाचन
93. पोषण संबंधी मूल्यांकन के लिए आमतौर पर कौन सा तरीका उपयोग किया जाता है?
- मानवमितीय माप
 - सिर्फ रेडियोलॉजी
 - सर्जरी
 - टीकाकरण
94. आमाशय और आंत की बीमारियों के लिए कौन सा आहार दिया जाता है?
- ज्यादा मसाले वाला आहार
 - सादा आहार
 - ज्यादा फैट वाला आहार
 - ज्यादा अल्कोहल वाला आहार
95. ऊतकों की मरम्मत के लिए कौन सा पोषक तत्व सबसे जरूरी है?
- प्रोटीन
 - वसा
 - शुगर
 - रेशे

96. Vital statistics mainly include :

- (A) Birth and death records
- (B) Food production
- (C) Agriculture data
- (D) Weather data

97. In diabetes mellitus, lack of insulin results in:

- (A) Hypoglycemia
- (B) Hyperglycemia
- (C) Increased vitamin absorption
- (D) Increased calcium levels

98. Which diet is recommended for patients with coronary heart disease?

- (A) High saturated fat diet
- (B) Low fat and high fiber diet
- (C) High sodium diet
- (D) High sugar diet

99. Nutritional assessment in the community includes:

- (A) Anthropometric assessment
- (B) Biochemical tests
- (C) Clinical examination
- (D) All of the above

100. In typhoid fever, the recommended diet should be:

- (A) High-spice and high-fiber diet
- (B) Easily digestible and high-energy diet
- (C) Raw vegetable diet
- (D) High alcohol diet

96. वाइटल स्टैटिस्टिक्स में मुख्य रूप से शामिल हैं:

- (A) जन्म और मृत्यु रिकॉर्ड
- (B) खाद्य उत्पादन
- (C) कृषि संबंधी आँकड़े
- (D) मौसम संबंधी आँकड़े

97. मधुमेह में इंसुलिन की कमी से होता है:

- (A) हाइपोग्लाइसीमिया
- (B) हाइपरग्लाइसीमिया
- (C) विटामिन एब्जॉर्प्शन में बढ़ोतरी
- (D) कैल्शियम लेवल में बढ़ोतरी

98. हृदय (हार्ट) धमनी रोग के मरीजों के लिए कौन सा आहार अनुशंसित है?

- (A) उच्च संतृप्त वसा वाला आहार
- (B) कम वसा और उच्च फाइबर वाला आहार
- (C) उच्च सोडियम आहार
- (D) उच्च शर्करा आहार

99. समुदाय में पोषण संबंधी मूल्यांकन में निम्नलिखित शामिल हैं:

- (A) मानवमितीय मूल्यांकन
- (B) जैव रासायनिक परीक्षण
- (C) नैदानिक परीक्षण
- (D) ऊपर दिए गए सभी

100. टाइफाइड बुखार में अनुशंसित आहार इस प्रकार होना चाहिए:

- (A) ज्यादा मसाले और ज्यादा फाइबर वाली डाइट
- (B) आसानी से पचने वाली और ज्यादा एनर्जी वाली डाइट
- (C) कच्ची सब्जियों वाला खाना
- (D) ज्यादा शराब वाला खाना

Rough Work
रफ़ कार्य

Example :

Question :

- Q. 1 (A) ● (C) (D)
- Q. 2 (A) (B) ● (D)
- Q. 3 (A) ● (C) (D)

5. Each question carries equal marks. Marks will be awarded according to the number of correct answers you have.
6. All answers are to be given on OMR Answer Sheet only. Answers given anywhere other than the place specified in the answer sheet will not be considered valid.
7. Before writing anything on the OMR Answer Sheet, all the instructions given in it should be read carefully.
8. After the completion of the examination candidates should leave the examination hall only after providing their OMR Answer Sheet to the invigilator. Candidate can carry their Question Booklet.
9. There will be no negative marking.
10. Rough work, if any, should be done on the blank pages provided for the purpose in the booklet.
11. To bring and use of log-book, calculator, pager & cellular phone in examination hall is prohibited.
12. In case of any difference found in English and Hindi version of the question, the English version of the question will be held authentic.

Impt. On opening the question booklet, first check that all the pages of the question booklet are printed properly. If there is any discrepancy in the question booklet, then after showing it to the invigilator, get another question booklet of the same series.

उदाहरण :

प्रश्न :

- प्रश्न 1 (A) ● (C) (D)
- प्रश्न 2 (A) (B) ● (D)
- प्रश्न 3 (A) ● (C) (D)

5. प्रत्येक प्रश्न के अंक समान हैं। आपके जितने उत्तर सही होंगे, उन्हीं के अनुसार अंक प्रदान किये जायेंगे।
6. सभी उत्तर केवल ओ.एम.आर. उत्तर-पत्रक (OMR Answer Sheet) पर ही दिये जाने हैं। उत्तर-पत्रक में निर्धारित स्थान के अलावा अन्यत्र कहीं पर दिया गया उत्तर मान्य नहीं होगा।
7. ओ.एम.आर. उत्तर-पत्रक (OMR Answer Sheet) पर कुछ भी लिखने से पूर्व उसमें दिये गये सभी अनुदेशों को सावधानीपूर्वक पढ़ लिया जाये।
8. परीक्षा समाप्ति के उपरान्त परीक्षार्थी कक्ष निरीक्षक को अपनी OMR Answer Sheet उपलब्ध कराने के बाद ही परीक्षा कक्ष से प्रस्थान करें। परीक्षार्थी अपने साथ प्रश्न-पुस्तिका ले जा सकते हैं।
9. निगेटिव मार्किंग नहीं है।
10. कोई भी रफ कार्य, प्रश्न-पुस्तिका में, रफ-कार्य के लिए दिए खाली पेज पर ही किया जाना चाहिए।
11. परीक्षा कक्ष में लॉग-बुक, कैल्कुलेटर, पेजर तथा सेल्युलर फोन ले जाना तथा उसका उपयोग करना वर्जित है।
12. प्रश्न के हिन्दी एवं अंग्रेजी रूपान्तरण में भिन्नता होने की दशा में प्रश्न का अंग्रेजी रूपान्तरण ही मान्य होगा।

महत्वपूर्ण : प्रश्न-पुस्तिका खोलने पर प्रथमतः जाँच कर देख लें कि प्रश्न-पुस्तिका के सभी पृष्ठ भलीभाँति छपे हुए हैं। यदि प्रश्न-पुस्तिका में कोई कमी हो, तो कक्षनिरीक्षक को दिखाकर उसी सीरीज की दूसरी प्रश्न-पुस्तिका प्राप्त कर लें।