

WEST BENGAL STATE COUNCIL OF VOCATIONAL EDUCATION & TRAINING

Higher Secondary (Vocational) Examination, 2010

CLASS XII

(For Regular & Casual Candidates)

DIETETICS

Time Allowed: 2 Hours

Full Marks: 50

*[Answers can be written in English or Bengali or Hindi or Nepali only.]*Answer Question No. 1 and any four from the rest.

1. (a) Fill up the gaps (*any five*): 5×1=5
- (i) Energy requirement for an infant of 1-3 years of age per day is _____.
 - (ii) Anorexia Nervosa is a nutrition related problem of _____ age.
 - (iii) Fluid restricted diet is given to the patients of _____.
 - (iv) Full form of B.M.I. is _____.
 - (v) In case of fever for every °F of rise in temperature, B.M.R. is increased by _____.
 - (vi) Deficiency of vitamin _____ causes ricket among children.
 - (vii) In case of hepatitis B _____ becomes affected.
 - (viii) For gout patients defective metabolism in _____ is seen.
- (b) Choose the correct answer (*any five*): 5×1=5
- (i) In order to avoid constipation, diet should be rich in protein/fat/fiber.
 - (ii) The good type of cholesterol is HDL/LDL/VLDL.
 - (iii) Osteoporosis is the disease of bone/heart/blood.
 - (iv) Daily energy requirement of a sedentary worker normal man is 2100 KCal/2200 KCal/2400KCal.
 - (v) High protein diet is given in case of gout/chronic nephritis/hepatic coma.
 - (vi) In case of hypertension dietary restriction is made for calcium salt/sodium salt/potassium salt.
 - (vii) Kwasiorkar is the illness, related to vitamin-mineral malnutrition/iron-calcium deficiency/protein-energy malnutrition.
 - (viii) Obesity can be controlled by fasting/low calorie diet/low calorie-high fiber diet.
2. What do you mean by anaemia? How many types of nutritional anaemia is known to you? Give the causes of these different types of anaemia in brief. How can you rectify this illness through proper dietary modification. 2+2+3+3=10
3. What is the difference between obesity and overweight? What should be the ideal body weight following BMI rule? What are the health hazards related to obesity? Give an idea about the dietary principle for treatment of obesity. 2+1+3+4=10

4. What are the main causes of organic diarrhoea? Give the composition of ORS-Formula-I. Name some harmful foods, which should be avoided in diarrhoea. What type of ingredients may be used for preparation of fluid diet? 2+2+3+3=10
5. What is the normal range of bilirubin in our blood? When it is called jaundice? What are the main causes of Hepatitis A and Hepatitis B? Plan a diet-chart for mild to moderate jaundice in case of an adult male. 1+1+4+4=10
6. Give the definition of Diabetes Mellitus according to WHO? What are the reasons of occurrence of non-insulin dependent diabetes mellitus? What are the complications of this disease? What type of foods should be restricted in case of diabetes? 2+2+3+3=10
7. What do you mean by dietetics? What are the role of a dietecian in social welfare field? Besides this in which fields, dieticians may have to play some important duties and responsibilities. 3+3+4=10
8. What are the important risk factors of Cardiac disease? Give examples of some cholesterol rich foods. Plan diet chart for a patient suffering from heart-disease. 3+3+4=10

[Bengali Version]

[বাংলা অথবা ইংরাজী অথবা হিন্দি অথবা নেপালীতে উত্তর লেখা যাবে।]

প্রথম প্রশ্নটির উত্তর দেওয়া আবশ্যিক।

পরবর্তী প্রশ্নগুলোর মধ্যে থেকে যে কোন চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও।

১। (ক) শূন্যস্থান পূরণ কর (যে কোন পাঁচটি) :

৫×১=৫

- (i) ১-৩ বছর বয়সী একটি শিশুর দৈনিক শক্তিসাহিত্য —————।
- (ii) অ্যানোরেক্সিয়া নার্ভোসা ————— বয়সের পুষ্টি সংক্রান্ত সমস্যা।
- (iii) ফ্লুয়িড রেস্ট্রিকটেড ডায়েট দেওয়া হয় ————— রোগীদের।
- (iv) B.M.I. কথাটির পুরো নাম —————।
- (v) জ্বরের সময় দেহের তাপমাত্রা প্রতি ডিগ্রি ফারেনহাইট বৃদ্ধির সাথে সাথে B.M.R. বাড়ে —————।
- (vi) ভিটামিন —————-এর অভাবে শিশুদের রিকেট রোগ হয়।
- (vii) হেপাটাইটিস B অসুখে ————— সংক্রামিত হয়ে পড়ে।
- (viii) গাউট রোগীদের ক্ষেত্রে ————— বিপাকে ত্রুটি দেখা দেয়।

(খ) সঠিক উত্তরটি বেছে লেখ (যে কোন পাঁচটি) :

৫×১=৫

- (i) কনসিপেশান প্রতিরোধ করার জন্য ডায়েটে প্রোটিন/ফ্যাট/ফাইবার বাড়াতে হবে।
- (ii) ভালো ধরনের কোলেস্টেরল—HDL/LDL/VLDL।
- (iii) অস্টিওপোরোসিস মূলত হাড়/হার্ট/রক্ত-এর অসুখ।

- (iv) একজন স্বল্প পরিশ্রমী স্বাভাবিক পুরুষের দৈনিক শক্তি চাহিদা—২১০০ কিলোক্যালরি/২২০০ কিলোক্যালরি/২৪০০ কিলোক্যালরি।
- (v) হাইপ্রোটিন ডায়েট দেওয়া হয় গাউট/ক্রনিক নেফ্রাইটিস/হেপাটিক কোমা-তে।
- (vi) হাইপারটেনশান রোগে ক্যালসিয়াম সল্ট/সোডিয়াম সল্ট/পটাশিয়াম সল্ট গ্রহণের মাত্রা নিয়ন্ত্রিত করা হয়।
- (vii) কোয়াশিয়রকর অসুখটি ভিটামিন-মিনারেল ম্যালনিউট্রিশান/আয়রন-ক্যালসিয়ামের অভাব/প্রোটিন-এনার্জি ম্যালনিউট্রিশানের কারণে ঘটে।
- (viii) স্থূলত্ব নিয়ন্ত্রণের ক্ষেত্রে উপবাস/লো-ক্যালরি ডায়েট/লো-ক্যালরি-হাইফাইবার ডায়েট সবচেয়ে উপযুক্ত।

- ২। অ্যানিমিয়া বলতে কী বোঝ? পুষ্টিদ্রব্যের অভাব হেতু কত ধরনের অ্যানিমিয়া সম্পর্কে তুমি পরিচিত? এই বিভিন্ন ধরনের অ্যানিমিয়ার কারণ সম্পর্কে সংক্ষেপে লেখো। উপযুক্ত পথ্যবিধির মাধ্যমে তুমি কীভাবে এই রোগের মোকাবিলা করবে? $২+২+৩+৩=১০$
- ৩। ওবেসিটি আর ওভারওয়েটের পার্থক্য কী? বডিমাস ইনডেক্স অনুযায়ী আদর্শ ওজন কত হওয়া উচিত? স্থূলত্ব থেকে কী কী শারীরিক সমস্যা তৈরী হতে পারে? স্থূলত্বের চিকিৎসায় খাদ্যবিধির মূলনীতি কী কী? $২+১+৩+৪=১০$
- ৪। অরগ্যানিক ডায়েরিয়ার মূল কারণ কী? ORS-Formula-I-এর উপাদান কী কী? ডায়েরিয়াতে কী কী ধরনের খাবার বর্জনীয়? ফ্লুয়িড ডায়েট তৈরীর সময় তুমি কী ধরনের খাদ্য উপাদান ব্যবহার করবে? $২+২+৩+৩=১০$
- ৫। রক্তে বিলিরুবিনের স্বাভাবিক মাত্রা কত? জন্ডিস কাকে বলে? হেপাটাইটিস A এবং হেপাটাইটিস B-এর মূল কারণ কী? একজন পূর্ণবয়স্ক মানুষের, হাঙ্কা থেকে মাঝারি ধরনের জন্ডিসের ক্ষেত্রে একটি ডেইলি ডায়েট প্র্যান করা। $১+১+৪+৪=১০$
- ৬। WHO অনুযায়ী ডায়াবেটিস মেলিটাসের সংজ্ঞা দাও। নন-ইনসুলিন ডিপেনডেন্ট ডায়াবেটিস মেলিটাস (NIDDM)-এর কারণ কী কী? এই রোগের জটিলতা কী? ডায়াবেটিস মেলিটাসে কোন্ কোন্ ধরনের খাবার গ্রহণের ওপর নিয়ন্ত্রণ চাপানো হয়? $২+২+৩+৩=১০$
- ৭। ডায়েটিটিস বলতে কী বোঝ? সমাজ কল্যাণ ক্ষেত্রে একজন ডায়েটিশিয়ানের ভূমিকা সম্পর্কে আলোচনা করো। এছাড়াও কোন্ কোন্ ক্ষেত্রে ডায়েটিশিয়ান হিসেবে কাজের গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্ব ও কর্তব্য থাকে? $৩+৩+৪=১০$
- ৮। কার্ডিয়াক ডিজিজের ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ রিস্ক ফ্যাক্টরস বলতে কী বোঝ? কোলেস্টেরল সমৃদ্ধ কিছু খাবারের নাম বোলো। একজন হার্টের রুগীর সারাদিনের ডায়েট প্র্যানিং-এর একটা নমুনা দাও। $৩+৩+৪=১০$