उत्तर प्रदेश अधीनस्थ सेवा चयन आयोग, लखनऊ
मुख्य सेविका मुख्य परीक्षा–(प्रा.अ.प.–2021)/05
उत्तर कुंजी (मास्टर सेट)

QP Set – D23 | **परीक्षा तिथि : 24.09.2023 (प्रथम पाली)** | **QP Code – 9874**

PROVISIONAL ANSWERS

1. ग्रामीण क्षेत्र में एक गर्भवती महिला पौष्टिक भोजन तक सीमित पहुँच के कारण अपने और अपने बच्चे के लिए उचित पोषण प्राप्त करने के लिए संघर्ष कर रही है । निम्नलिखित में से कौन सा हस्तक्षेप इस समस्या के समाधान के लिए पूरक पोषण प्रदान कर सकता है ?

प्रसवपूर्व विटामिनों को वितरित करना ।

A pregnant woman in a rural area is struggling to get proper nutrition for herself and her baby due to limited access to nutritious food. Which of the following interventions can provide supplementary nutrition to address this issue ?

Distributing prenatal vitamins.

2. आपदाग्रस्त क्षेत्र में, आबादी को भोजन की कमी का सामना करना पड़ रहा है । इस स्थिति में कुपोषण को रोकने के लिए किस प्रकार के पूरक पोषण की तत्काल आवश्यकता हो सकती है ?

खाने के लिए तैयार (रेडी–टू–इट) आपातकालीन भोजन राशन

In a disaster-stricken region, the population is facing food shortages. What type of supplementary nutrition might be immediately required to prevent malnutrition in this situation ?

Ready-to-eat emergency food rations

3. वरिष्ठ देखभाल सुविधा (सीनियर केयर फैसिलिटी) में बुजुर्ग व्यक्तियों के एक समूह को सीमित भोजन विकल्पों के कारण पोषक तत्त्वों की कमी का खतरा होता है । किस प्रकार की पूरक पोषण रणनीति यह सुनिश्चित करने में मदद कर सकती है कि उन्हें आवश्यक पोषक तत्त्व प्राप्त हों ?

फोर्टिफाइड फूड (खाद्य पदार्थ) और पोषणक्षम पूरक आहार (फूड सप्लीमेंट्स) प्रदान करना ।

A group of elderly individuals in a senior care facility is at risk of nutrient deficiencies due to limited food choices. What type of supplementary nutrition strategy can help ensure they receive essential nutrients ?

Providing fortified foods and nutritional supplements.

4. मरास्मस कुपोषण का एक रूप है जिसका लक्षण है :

माँसपेशियों का गंभीर क्षय और वजन में कमी

Marasmus is a form of malnutrition characterized by :

Severe muscle wasting and weight loss

5. कुपोषण क्या है ?

पोषक तत्त्वों के सेवन और शरीर की आवश्यकताओं के बीच असंतुलन

What is malnutrition ?

An imbalance between nutrient intake and body requirements.

6.	निम्नलिखित में से व्यक्तियों का कौन सा समूह कुपोषण के प्रति सबसे अधिक संवेदनशील है ? **गर्भवती महिलाएँ** Which among the following group of individuals is most vulnerable to malnutrition ? **Pregnant women**	
7.	किस पोषक तत्त्व की कमी से एनीमिया हो सकता है ? **लौहतत्त्व** Which nutrient deficiency can lead to anaemia ? **Iron**	
8.	स्तन ग्रंथियों में दूध उत्पादन को उत्तेजित करने के लिए कौन सा हार्मोन मुख्य रूप से जिम्मेदार है ? **प्रोलैक्टिन** Which hormone is primarily responsible for stimulating milk production in the mammary glands ? **Prolactin**	
9.	जन्म देने के बाद माँ द्वारा उत्पादित प्रारंभिक दूध क्या है, जो नवजात शिशु के लिए एंटीबॉडी (प्रतिपिंड) और पोषक तत्त्वों से भरपूर होता है ? **कोलोस्ट्रम** What is the initial milk produced by the mother after giving birth, which is rich in antibodies and nutrients for the newborn ? **Colostrum**	
10.	स्तनपान से माँ को कैसे लाभ होता है ? **यह स्तन कैंसर के खतरे को कम करता है ।** How does breastfeeding benefit the mother ? **It reduces the risk of breast cancer.**	
11.	विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) द्वारा केवल स्तनपान की अनुशंसित अवधि क्या है ? **6 महीने** What is the recommended duration for exclusive breastfeeding by the World Health Organization (WHO) ? **6 months**	
12.	गर्भावस्था की पुष्टि के लिए गर्भावस्था परीक्षण में आमतौर पर किस हार्मोन का पता लगाया जाता है ? **ह्यूमन कोरियोनिक गोनैडोट्रोपिन (एचसीजी)** Which hormone is typically detected in a pregnancy test to confirm pregnancy ? **Human Chorionic Gonadotropin (HCG)**	
13.	गर्भावस्था के शुरुआती लक्षणों में से एक क्या है जो मासिक धर्म न आने (missed period) से पहले हो सकता है ?	

PROVISIONAL ANSWERS

मॉर्निंग सिकनेस

What is one of the early signs of pregnancy that may occur before a missed period ?

Morning sickness

14. गर्भावस्था के किस लक्षण को अकसर "क्विकनिंग" (quickening) कहा जाता है ?

भ्रूण संचलन

Which sign of pregnancy is often referred to as "quickening" ?

Foetal movement

15. गर्भावस्था के दौरान रक्त की मात्रा में वृद्धि के कारण कौन सा शारीरिक परिवर्तन होता है ?

पैर और टखने में सूजन

Which physical change is a result of increased blood volume during pregnancy ?

Swollen feet and ankles

16. गर्भावस्था की शुरुआत में गर्भाशय ग्रीवा से होने वाले पतले, दूधिया स्राव को क्या कहते हैं ?

ल्यूकोरिया

What is the term for the thin, milky discharge from the cervix that can occur early in pregnancy ?

Leukorrhea

17. 28 वर्षीय गर्भवती महिला सारा को प्रसव पीड़ा हो रही है । उसे संकुचन का अनुभव हो रहा है, लेकिन यह अचानक बंद हो गया है । उसे गंभीर रक्तस्राव की भी शिकायत है । सारा को किस जटिलता का अनुभव हो रहा होगा ?

अपरापृथकभवन

Sarah, a 28-year-old pregnant woman, is in labour. She has been experiencing contractions, but it is suddenly stopped. She also complains of severe bleeding. What complication might Sarah be experiencing ?

Placental abruption

18. WHO के नए दिशानिर्देशों के अनुसार ANC विजिट की न्यूनतम संख्या इस प्रकार है :

Minimum of ANC visit as per the new WHO Guidelines are :

8

19. 30 वर्षीय गर्भवती महिला लीला को मधुमेह की बीमारी है । उसका बच्चा निम्न रक्तशर्करा स्तर के साथ पैदा हुआ है । इस स्थिति को क्या कहते हैं ?

नवजात अल्पग्लूकोजरक्तता

Leela, a 30-year-old pregnant woman, has a history of diabetes. Her baby is born with low blood sugar levels. What is this condition called ?

Neonatal hypoglycaemia

20. 35 साल की गर्भवती महिला सोफिया को अपने बच्चे को जन्म देने के बाद भारी रक्तस्राव का सामना करना पड़ रहा है । चिकित्सकीय हस्तक्षेप के बावजूद रक्तस्राव जारी है । इस गंभीर प्रसवोत्तर रक्तस्राव का संभावित कारण क्या है ?

PROVISIONAL ANSWERS

प्रसवोत्तर रक्तस्राव

Sophia, a 35-year-old pregnant woman, is experiencing heavy bleeding after giving birth to her baby. The bleeding continues despite medical intervention. What is the likely cause of this severe postpartum bleeding ?

Postpartum hemorrhage

21. प्रसव के दौरान, 29 वर्षीय गर्भवती महिला रमा को अचानक पेट के निचले हिस्से में तेज, फटने वाला दर्द महसूस होता है । उसने यह भी देखा कि बच्चे की हृदय गति कम हो गई है । क्या हो सकता है ?

नाभि-रज्जू भ्रंश

During labour, Rama, a 29-year-old pregnant woman, suddenly feels a sharp, tearing pain in her lower abdomen. She also notices that the baby's heart rate has dropped. What could be happening ?

Umbilical cord prolapse

22. 25 वर्षीय गर्भवती महिला अनामिका को बच्चे को जन्म देने के बाद तेज बुखार और गंभीर पेट दर्द होता है । उसे दुर्गंध के साथ भारी योनि स्राव का भी अनुभव होता है । उसे प्रसवोत्तर किस जटिलता का सामना करना पड़ सकता है ?

एंडोमेट्रैटिस (अंतर्गर्भाशयकलाशोथ)

Anamika, a 25-year-old pregnant woman, develops a high fever and severe abdominal pain after giving birth. She also experiences heavy vaginal discharge with a foul odour. What postpartum complication might she be facing ?

Endometritis

23. आप एक सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता हैं जो स्थानीय सामुदायिक केंद्र में स्वास्थ्य जागरूकता सत्र आयोजित कर रहे हैं । अपनी प्रस्तुति के दौरान, आप देखते हैं कि कुछ उपस्थित लोग पृथक और विचलित प्रतीत होते हैं । इस स्थिति से निपटने के लिए आपको किस संचार कौशल का उपयोग करना चाहिए ?

आँखों से संपर्क बनाएँ और उन्हें शामिल करने के लिए खुले प्रश्न पूछें ।

You are a community health worker conducting a health awareness session in a local community center. During your presentation, you notice that some attendees seem disengaged and distracted. What communication skill should you use to address this situation ?

Make eye contact and ask open-ended questions to involve them.

24. आप एक सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता हैं, और आपको माता-पिता के एक समूह को बाल्यावस्था के टीकाकरण के महत्त्व के बारे में सूचित करना है । एक माता-पिता ने टीके की सुरक्षा के बारे में चिंता व्यक्त की । उनकी चिंताओं को प्रभावी ढंग से संबोधित करने के लिए आपको किस संचार कौशल का उपयोग करना चाहिए ?

उनकी चिंताओं को स्वीकार करें, सहानुभूति रखें और साक्ष्य-आधारित जानकारी प्रदान करें ।

You are a public health worker, and you need to inform a group of parents about the importance of childhood vaccinations. One parent express concern about vaccine safety. Which communication skill should you use to address their concerns effectively ?

Acknowledge their concerns, empathize, and provide evidence-based information.

25. आप स्वस्थ खान-पान की आदतों को बढ़ावा देने के लिए जिम्मेदार सामुदायिक स्वास्थ्य टीम का हिस्सा हैं । आप समुदाय के सदस्यों के विविध समूह के लिए कुकिंग क्लास आयोजित कर रहे हैं । कुछ उपस्थित लोग प्रभावशाली

PROVISIONAL ANSWERS

	अंग्रेजी नहीं बोलते हैं, और संचार चुनौतीपूर्ण है । इस स्थिति में आपको कौन सा संचार कौशल अपनाना चाहिए ? **सरल भाषा, दृश्यों का उपयोग करें और यदि संभव हो तो अनुवादित सामग्री प्रदान करें ।** You are part of a community health team responsible for promoting healthy eating habits. You are conducting a cooking class for a diverse group of community members. Some attendees do not speak English fluently, and communication is challenging. What communication skill should you employ in this situation ? **Use simple language, visuals, and provide translated materials if possible.**
26.	आप एक सामुदायिक स्वास्थ्य शिक्षक हैं जो किशोरों के एक समूह के लिए यौन संचारित संक्रमण (STI) पर एक कार्यशाला (वर्कशॉप) आयोजित कर रहे हैं । एक प्रतिभागी एक संवेदनशील और व्यक्तिगत प्रश्न पूछता है । आपको कैसे प्रतिक्रिया देनी चाहिए ? **खुली चर्चा को प्रोत्साहित करें, गोपनीयता बनाए रखें और विचारशील उत्तर दें ।** You are a community health educator conducting a workshop on Sexually Transmitted Infections (STIs) for a group of teenagers. One participant asks a sensitive and personal question. How should you respond ? **Encourage open discussion, maintain confidentiality, and provide a thoughtful answer.**
27.	आप एक सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता हैं जिन्हें बुजुर्ग निवासियों से उनके घरों में जाकर उनकी स्वास्थ्य आवश्यकताओं का आकलन करने के लिए नियुक्त किया गया है । निवासियों में से एक सुनने में अक्षम है । इस व्यक्ति के साथ प्रभावी संचार सुनिश्चित करने के लिए आपको किस संचार कौशल का उपयोग करना चाहिए ? **स्पष्ट रूप से बोलें और यदि आवश्यक हो तो इशारों या लिखित सामग्री का उपयोग करें ।** You are a community health worker assigned to visit elderly residents in their homes to assess their health needs. One of the residents is hearing-impaired. What communication skill should you use to ensure effective communication with this individual ? **Speak clearly and use gestures or written materials if necessary.**
28.	बाल विकास के किस चरण में बच्चे आमतौर पर करवट लेना, वस्तुओं को पकड़ना और अपने नाम पर प्रतिक्रिया देना शुरू कर देते हैं ? **शिशु** At which stage of child development do children typically begin to roll over, grasp objects, and respond to their own name ? **Infant**
29.	एफपीएआई की स्थापना किस वर्ष हुई थी ? FPAI was established in the year of : **1949**
30.	निम्नलिखित में से कौन सा बाल विकास के प्रि-स्कूलर चरण (स्टैज) की विशेषता है ? **खेल के माध्यम से दुनिया की खोज**

PROVISIONAL ANSWERS

Which of the following is a characteristic of the pre-schooler stage of child development ?

Exploration of the world through play.

---

31. भारत में राष्ट्रीय बालिका दिवस कब मनाया जाता है ?

24 जनवरी

When is the National Girl Child Day celebrated in India ?

24^{th} January

---

32. टमाटर सॉस को संरक्षित करने के लिए किस परिरक्षक का उपयोग किया जाता है ?

सोडियम बेंजोएट

Which preservative is used for preserving the tomato sauce ?

Sodium Benzoate

---

33. बाल विकास का कौन सा चरण अधिक उन्नत संज्ञानात्मक कौशल, जैसे अमूर्त चिंतन और समस्या–समाधान के अधिग्रहण से जुड़ा है ?

किशोरावस्था

Which stage of child development is associated with the acquisition of more advanced cognitive skills, such as abstract thinking and problem–solving ?

Adolescence

---

34. किलो कैलोरी की सही परिभाषा चुनें ।

एक किलो पानी का तापमान 1 डिग्री सेल्सियस तक बढ़ाने के लिए आवश्यक ऊष्मा

Choose correct definition of Kilo calorie.

Heat required to raise temperature of one kg of water by 1 degree C.

---

35. भावनात्मक विकास संबंधी समस्याओं को अकसर प्रतिकूल बाल्यावस्था के अनुभवों (Adverse Childhood Experiences (ACE)) से जोड़ा जा सकता है, जिनमें शामिल हैं :

दर्दनाक घटनाएँ या दुर्व्यवहार

Emotional developmental problems can often be linked to Adverse Childhood Experiences (ACEs), including :

Traumatic events or abuse

---

36. एक बच्चा जो देखभाल करने वालों के साथ जुड़ाव बनाने में कठिनाई का अनुभव करता है और उसे सहानुभूति दिखाने और रिश्ते बनाने में परेशानी होती है, वह निम्नलिखित लक्षण प्रदर्शित कर सकता है :

प्रतिक्रियाशील लगाव विकार (रिएक्टिव अटैचमेंट डिसऑर्डर (RAD))

A child who experiences difficulty in forming attachments to caregivers and has trouble in showing empathy and forming relationships may be exhibiting signs of :

Reactive Attachment Disorder (RAD)

---

37. **अभिकथन (A)** : स्वास्थ्य एजेंसियाँ स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारकों को संबोधित करने के लिए अन्य क्षेत्रों के साथ सहयोग करती हैं ।

PROVISIONAL ANSWERS

कारण (R) : स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारक बाहरी कारक हैं जिनका समग्र स्वास्थ्य परिणामों पर बहुत कम प्रभाव पड़ता है ।

(A) सही है और (R) गलत है ।

Assertion (A) : Health agencies collaborate with other sectors to address the social determinants of health.

Reason (R) : Social determinants of health are external factors that have little influence on overall health outcomes.

(A) is true and (R) is false.

38. **अभिकथन (A)** : विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) जैसी अंतर्राष्ट्रीय स्वास्थ्य एजेंसियाँ मुख्य रूप से राष्ट्रीय स्वास्थ्य देखभाल नीतियों पर ध्यान केंद्रित करती हैं ।

कारण (R) : अंतर्राष्ट्रीय स्वास्थ्य एजेंसियाँ वैश्विक स्वास्थ्य प्रयासों के समन्वय और सीमा पार स्वास्थ्य चुनौतियों का समाधान करने के लिए जिम्मेदार हैं ।

(A) गलत है और (R) सही है ।

Assertion (A) : International health agencies like the World Health Organization (WHO) primarily focus on national healthcare policies.

Reason (R) : International health agencies are responsible for coordinating global health efforts and addressing cross-border health challenges.

(A) is false and (R) is true.

39. **अभिकथन (A)** : स्थानीय स्वास्थ्य एजेंसियाँ मुख्य रूप से बायोमेडिकल अनुसंधान करने के लिए जिम्मेदार हैं ।

कारण (R) : बायोमेडिकल अनुसंधान स्थानीय स्तर पर स्वास्थ्य एजेंसियों का मुख्य कार्य है ।

(A) गलत है और (R) भी गलत है ।

Assertion (A) : Local health agencies are primarily responsible for conducting biomedical research.

Reason (R) : Biomedical research is the core function of health agencies at the local level.

(A) is false and (R) is also not correct.

40. निम्नलिखित में से किन जीवन समंकों (vital statistics) का उपयोग किसी विशिष्ट समय अवधि में दी गई जनसंख्या में प्रसव उम्र की प्रति 1,000 महिलाओं पर जीवित जन्मों की संख्या को मापने के लिए किया जाता है ?

अपरिष्कृत जन्म दर

Which of the following vital statistics is used to measure the number of live births per 1,000 women of childbearing age in a given population in a specific time period ?

Crude birth rate

41. एडीज एजिप्टी मच्छर मुख्य रूप से दिन के किस समय काटते हैं ?

दिन के समय

At which time of day do the aedes egypti mosquitoes bite primarily ?

PROVISIONAL ANSWERS

	Day time
42.	निम्नलिखित में से कौन सा मेवा(nuts), आयरन का सबसे समृद्ध स्रोत है ? **पिस्ता** Which of the following nuts is the richest source of iron ? **Pistachio**
43.	फल में ऐसा क्या होता है जो सामान्य मल त्याग में सहायता करता है ? **सेलूलोज़** What does the fruit contain that assist in normal bowel movements ? **Cellulose**
44.	दालों (pulses) में पोषण विरोधी कारकों के रूप में फाइटेट्स शरीर पर किस प्रकार प्रभाव डालते हैं ? **शरीर में कुछ पोषक तत्वों की उपलब्धता कम करते हैं।** How do the phytates affect to the body as anti-nutritional factors in pulses ? **Decrease the availability of some nutrients to the body.**
45.	रक्त में कौन सा सरल प्रोटीन पाया जाता है ? **ग्लोब्युलिन** Which simple protein is found in blood ? **Globulin**
46.	निम्नलिखित में से किस स्रोत में सभी आवश्यक अमीनो एसिड होते हैं ? **अंडे** Which of the following sources, contains all the essential amino acids ? **Eggs**
47.	पोषण संबंधी मरास्मस वाले बच्चे का मूल्यांकन करते समय, आप कौन सा कारण मान सकते हैं ? **प्रोटीन और कैलोरी की कमी** When assessing the child with the nutritional Marasmus, which cause can you assume ? **Deficiency of protein and calories.**
48.	प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण की पहचान के लिए आप बच्चे में कौन सा पहला संकेतक का आकलन करेंगे ? **उम्र के हिसाब से कम वजन** Which first indicator will you assess in child for recognition of Protein energy malnutrition ? **Underweight for age.**
49.	अच्छे कैल्सियम स्रोत के लिए कौन सा अनाज लेने की सलाह दी जा सकती है ? **रागी** Which cereal can be advised to take for good calcium source ?

PROVISIONAL ANSWERS

Ragi

50. यदि आप बुखार से पीड़ित बच्चे का मूल्यांकन कर रहे हैं और आप पाते हैं कि चुटकी काटने पर त्वचा जल्दी पूर्व स्थिति में नहीं आती है तो आप किस स्थिति का निदान करेंगे ?

गंभीर निर्जलीकरण

Which condition will you diagnose if you are assessing the child with fever and you find the skin does not go back quickly when pinched ?

Severe dehydration

51. निर्जलीकरण की स्थिति में आप बच्चे को क्या देने की सलाह **नहीं** देंगे ?

केवल शुद्ध पानी

What you will **not** advise to give to child in dehydration ?

Pure water only

52. किस प्रकार का टीका लंबी अवधि तक प्रतिरक्षा प्रदान करता है ?

जीवित टीका (लाइव वैक्सीन)

Which type of vaccine gives longer duration of immunity ?

Live vaccine

53. नाल के माध्यम से भ्रूण में मातृ एंटीबॉडी का स्थानांतरण भ्रूण को किस प्रकार की प्रतिरक्षा प्रदान करता है ?

निष्क्रिय

The transfer of maternal antibodies across the placenta to the foetus give which kind of immunity to the foetus ?

Passive

54. प्रभावी टीकाकरण के लिए टीकों की क्षमता बनाए रखने की महत्वपूर्ण प्रणाली क्या है ?

कोल्ड चेन

What is the important system to maintain the potency of vaccines for effective immunization ?

Cold chain

55. जनसंख्या में हर्ड इम्युनिटी प्राप्त करने से कौन सी बीमारी समाप्त हो गई है ?

पोलियो

By acquiring the herd immunity in population, which disease has been eliminated ?

Polio

56. किस वर्ष WHO ने आधिकारिक तौर पर वैश्विक टीकाकरण कार्यक्रम शुरू किया ?

In which year did WHO officially launch a global immunization programme ?

1974

57. 1975 में महिलाओं के विश्व सम्मेलन ने किस कथन को महिलाओं का अधिकार घोषित किया ?

PROVISIONAL ANSWERS

अपने बच्चों की संख्या पर स्वतंत्र रूप से निर्णय लेना

What statement did the World Conference of the Women in 1975 declare as Women's right ?

Decide freely on the number of their children.

58. 'परिवार नियोजन' शब्द के संबंध में कौन सा कथन असत्य है ?

यह सिर्फ जन्म दर में वृद्धि है ।

Which statement is false regarding the word 'family planning' ?

It is just increase in the birth rate.

59. छोटा परिवार मानदंड (स्मॉल फैमिली नॉर्म) परिवार कल्याण कार्यक्रम का उद्देश्य था जिसका प्रतीक था

उलटा लाल त्रिकोण

The small family norm was the objective of the family welfare programme which was symbolized by the

Inverted red triangle

60. आप एक ऐसे जोड़े से मिलते हैं जिसकी हाल ही में शादी हुई है, जिसमें महिला की उम्र 22 वर्ष है । तो आप उनके लिए कौन सा शब्द संदर्भित करेंगे ?

एलिजिबल कपल (योग्य जोड़ा)

You come across a couple who has been recently married, in which age of female is 22 years. So what term you will refer for them ?

Eligible couple

61. भारत सरकार द्वारा पहली राष्ट्रीय जनसंख्या नीति कब बनाई गई ?

When was the First National Population Policy formed by Government of India ?

1976

62. अंतरपीढ़ीगत गतिशीलता का उदाहरण क्या है ?

बस कंडक्टर का बेटा आईएएस अधिकारी बन जाता है ।

What is an example of Intergenerational Mobility ?

Bus conductor's son becomes IAS officer.

63. किशोरों का एक समूह स्कूल में अन्य बच्चों को धमकाता है

अंत:पीढ़ीगत संघर्ष

A group of teenagers bullying other kids in school is

Intragenerational conflict

64. शरीर में आयरन के अवशोषण को बढ़ाने के लिए आप लोगों को कौन सा विटामिन लेने की सलाह देंगे ?

विटामिन C

To increase the absorption of iron in the body, which vitamin will you advise the people to take ?

Vitamin C

PROVISIONAL ANSWERS

65.	भोजन से पोषक तत्वों के बेहतर अवशोषण के लिए आपको भोजन के साथ या बाद में कौन सा पेय नहीं लेना चाहिए ? **चाय** To have the better absorption of nutrients from food, which beverage you should not take with or after the food ? **Tea**	
66.	बच्चों में हड्डियों के बेहतर विकास के लिए कैल्सियम के अच्छे अवशोषण के लिए कौन सा विटामिन आवश्यक है ? **विटामिन D** For better growth of bones in children, which vitamin is necessary for good absorption of calcium ? **Vitamin D**	
67.	कौन सा फूड फोर्टिफिकेशन (खाद्य प्रबलीकरण) चल रहा है जो स्थानिक गोइटर की समस्या से निपटने के लिए प्रभावी है ? **नमक का आयोडीकरण** Which food fortification is running which is effective to combat the problem of endemic goiter ? **Iodization of salt**	
68.	विघटित खाद्य पदार्थों को बिक्री के लिए रखना क्या है ? **खाद्य अपमिश्रण (फूड एडल्टरेशन)** Putting up the decomposed foods for sale is **Food adulteration**	
69.	OPV किस उम्र तक दिया जा सकता है ? **5 वर्ष** Upto which age the OPV can be given ? **5 years**	
70.	5 वर्ष तक के बच्चों को विटामिन A की कुल कितनी खुराक देनी चाहिए ? How many total doses of vitamin A should be given to children upto 5 years ? **9**	
71.	16-24 महीने की उम्र में किस टीके की बूस्टर खुराक (डोज़) दी जाती है ? **DPT** At the age 16-24 months, which vaccine's booster dose is given ? **DPT**	
72.	निम्नलिखित में से किस स्थिति में बेसल चयापचय दर में वृद्धि होगी ? **बुखार** From the following, in which condition will the basal metabolic rate increase ? **Fever**	

PROVISIONAL ANSWERS

73.	आप बढ़े हुए वजन वाले 10 साल के बच्चे की जाँच कर रहे हैं तो आप किस विधि से पता लगा सकते हैं कि बच्चा मोटा है या नहीं ? **बॉडी मास इंडेक्स** You are examining a 10 year child with increased weight, so by which method can you determine whether the child is obese or not ? **Body Mass Index**
74.	जब किसी व्यक्ति की शारीरिक एवं मानसिक गतिविधियाँ किसी विशेष ड्रग पर निर्भर होती हैं तथा ड्रग के अभाव में शरीर की क्रियाएँ प्रभावित होती हैं तो इस अवस्था को क्या कहते हैं ? **ड्रग की लत** When a person's physical and mental activities are dependent on particular drug and in absence of drugs, body functions get affected. This state is called as **Drug addiction**
75.	निम्नलिखित कार्बोहाइड्रेट के प्रकारों के मिलान के लिए सही विकल्प दीजिए : **A** — **B** (i) पॉलीसैकैराइड्स — (a) सेल्यूलोज (ii) मोनोसैकैराइड्स — (b) लैक्टोज (iii) डाईसैकैराइड्स — (c) स्टार्च (iv) अपाच्य आहारीय फाइबर — (d) गैलैक्टोज Give the correct option for following match for forms of carbohydrates : **A** — **B** (i) Polysaccharides — (a) Cellulose (ii) Monosaccharides — (b) Lactose (iii) Disaccharides — (c) Starch (iv) Indigestible dietary fibre — (d) Galactose **(i)-(c), (ii)-(d), (iii)-(b), (iv)-(a)**
76.	किस समाजशास्त्री के अनुसार प्राथमिक समूह में आमने–सामने (face-to-face) का संपर्क अवश्य होना चाहिए ? **कूले** According to which sociologist, the face-to-face contacts must be there in primary group ? **Cooley**
77.	'सामाजिक परिवर्तन' शब्द किसका वर्णन करता है ? **सामाजिक संपर्क, प्रक्रिया और संगठन में भिन्नता** What does the word 'social change' describe ? **Variations in social interactions, process and organisation.**
78.	किंग्सले डेविस के अनुसार सामाजिक परिवर्तन क्या है ?

PROVISIONAL ANSWERS

सामाजिक संगठन में परिवर्तन

According to Kingsley Davis, what is social change ?

Change in social organisation

79. महिलाओं के किस अधिकार ने सामाजिक परिवर्तनों की शृंखला दी है ?

घर और परिवार का रिश्ता

Which right of women has given the series of social changes ?

Home and family relationship

80. सामाजिक परिवर्तन की प्रकृति क्या है ?

समुदाय में परिवर्तन

What is a nature of social change ?

Change in community

81. कौन सा हेम आयरन का स्रोत नहीं है ?

हरी पत्तेदार सब्जियाँ

Which is not a source of Heam Iron ?

Green leafy vegetables

82. पाश्चुरीकरण के दौरान कौन नष्ट नहीं होगा ?

जीवाणुज बीजाणु (बैक्टेरियल स्पोर्स)

During Pasteurization, which will not be killed ?

Bacterial spores

83. निम्नलिखित में से विटामिन के लिए कौन से कथन सही हैं ?

(i) विटामिन C की उपस्थिति से आयरन बेहतर अवशोषित होता है ।

(ii) विटामिन D आँतों में कैल्सियम और फॉस्फोरस के अवशोषण को बढ़ावा देता है ।

(iii) विटामिन E आँत में विटामिन A के ऑक्सीकरण को रोकता है ।

(iv) विटामिन K रक्तस्राव को बढ़ावा देता है ।

(i), (ii) और (iii)

From the following, which statements are correct for the vitamins ?

(i) Iron is better absorbed by the presence of vitamin C.

(ii) Vitamin D promotes intestinal absorption of calcium and phosphorus.

(iii) Vitamin E prevents oxidation of vitamin A in the intestine.

(iv) Vitamin K promotes bleeding.

(i), (ii) and (iii)

84. भोजन को फोर्टिफिकेशन के लिए उपयुक्त बनाते समय क्या ध्यान रखना चाहिए ?

भोजन आहार में प्रमुख (स्टैपल) होना चाहिए ।

What should be kept in mind while food is qualified for fortification ?

The food should be staple in diet.

85. प्रमाणित खाद्य अपमिश्रण के मामलों में FPA अधिनियम में कितने कारावास का प्रावधान है ?

PROVISIONAL ANSWERS

6 महीने की कैद

How much imprisonment is there in FPA Act for cases of proven food adulteration ?

6 months imprisonment

86. ICDS के तहत गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को कितनी पूरक कैलोरी दी जाती है ?

How much supplemental calories given to the pregnant and lactating women under ICDS ?

600

87. 6-72 माह के गंभीर कुपोषित बच्चों के लिए कितनी वित्तीय संशोधित दरें दी जाती हैं ?

How much financial revised rates are given for the severely malnourished children of 6-72 months ?

12.00

88. ICDS में ECCE का क्या अर्थ है ?

अर्ली चाइल्डहुड केयर एण्ड एजुकेशन

What does ECCE denote in ICDS ?

Early Childhood Care and Education

89. महीने के किस दिन मुख्य सेविका को ICDS परियोजना में प्रगति की रिपोर्ट CDPO को देनी होती है ?

महीने का पाँचवाँ दिन

On which day of the month the 'Mukhya Sewika' has to report the progress to the CDPO in ICDS project ?

Fifth day of month

90. विटामिन A अनुपूरण के लिए आँगनवाड़ी कार्यकर्ताओं द्वारा कौन सा रजिस्टर बनाया जाता है ?

विटामिन A द्विवार्षिक राउंड रजिस्टर

For Vitamin A supplementation, which register is maintained by the anganwadi workers ?

Vitamin A Biannual Rounds Register

91. किशोरियों के लिए राष्ट्रीय पोषण कार्यक्रम (National Nutritional Programme) के लाभार्थी कौन हैं ?

11 से 15 वर्ष की लड़कियाँ जिनका शरीर का वजन 30 किलोग्राम से कम है ।

Who are beneficiaries of the National Nutritional Programme for the adolescent girls ?

Girls of 11 to 15 years with body weight less than 30 kg.

92. इन परिवार नियोजन विधियों के सही विकल्प बताइये ।

A	B
(i) शारीरिक बाधा विधियाँ	(a) मिसोप्रोस्टोल के साथ मिफेप्रिस्टोन
(ii) रासायनिक बाधा विधियाँ	(b) माला - D

PROVISIONAL ANSWERS

(iii)	हार्मोनल विधियाँ	(c)	कंडोम
(iv)	पोस्ट कॉन्सेप्शनल विधियाँ	(d)	शुक्राणुनाशक (स्पर्मीसाइड) फोम टैबलेट

Give the correct option for these family planning methods.

	A		B
(i)	Physical Barrier Methods	(a)	Mifepristone with Misoprostol
(ii)	Chemical Barrier Methods	(b)	Mala – D
(iii)	Hormonal Methods	(c)	Condoms
(iv)	Post Conceptional Methods	(d)	Spermicides Foam Tablets

(i)-(c), (ii)-(d), (iii)-(b), (iv)-(a)

93. हिंदू विवाह अधिनियम में 1976 संशोधन से पहले तलाक के लिए कौन सा कारण वैध **नहीं** था ?

क्रूरता

Which reason was **not** valid for divorce prior to 1976 amendment to Hindu Marriage Act ?

Cruelty

94. लैंगिक संबंधों एवं बच्चों के पालन–पोषण के लिए निश्चित प्रावधान के रूप में परिवार की परिभाषा किसने दी ?

मैकाइवर और पेज

Who gave definition of family as definite provision for sex relations and child rearing ?

MacIver and Page

95. ICDS में प्रयुक्त संक्षिप्त नाम WBNP क्या है ?

व्हीट बेस्ड न्यूट्रीशन प्रोग्राम

What is the abbreviation WBNP used for in ICDS ?

Wheat Based Nutrition Programme

96. यदि आपको ऐसा परिवार मिले जिसमें रक्त संबंध रखने वाले तीन एकल परिवार एक साथ रहते हों तो आप रिकॉर्ड में किस प्रकार का परिवार लिखेंगे ?

संयुक्त परिवार

Which type of family you will write in record if you find a family in which 3 nuclear families which are having the blood relation live together ?

Joint family

PROVISIONAL ANSWERS

97.	आप किसी रोगी को पैरॉक्सिस्म के लक्षण जैसे सिरदर्द, उल्टी और ठंड लगने के साथ तेज बुखार देखते हैं, तो आप यह मान सकते हैं कि ये लक्षण किस संक्रामक रोग के हैं ? **मलेरिया** You see a patient with paroxysm symptoms of headache, vomiting and high fever with chills, for which infectious disease you can assume these symptoms are ? **Malaria**
98.	हीमोग्लोबिन के किस स्तर पर 5 वर्ष के बच्चे को एनीमिक माना जाना चाहिए ? At which level of Hemoglobin the 5 year old child should be considered as Anaemic ? **11 mg/dl**
99.	चिकन पॉक्स (छोटी माता) का कारक जीव कौन सा है ? **वायरस** What is the causative organism for the chicken pox ? **Virus**
100.	आईसीएमआर के अनुसार 2 महीने के शिशु को दूध पिलाने वाली माँ के आहार में सामान्य महिला की तुलना में कितनी अतिरिक्त कैलोरी की आवश्यकता होती है ? **लगभग 600 किलो कैलोरी** How much additional calories are required in diet of a lactating mother of a 2 months infant, than diet of a normal woman according to ICMR ? **Approx. 600 kcal**

PROVISIONAL ANSWERS