



பதிவு எண்
Register Number

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

PART - III

சத்துணவியல் / NUTRITION & DIETETICS

(தமிழ் மற்றும் ஆங்கில வழி / Tamil & English Versions)

நேரம் : 3 மணி]
Time Allowed : 3 Hours]

[மொத்த மதிப்பெண்கள் : 150
[Maximum Marks : 150

- அறிவுரை :**
- (1) அனைத்து வினாக்களும் சரியாக பதிவாகி உள்ளதா என்பதனை சரிபார்த்துக் கொள்ளவும். அச்சுப்பதிவில் குறையிருப்பின் அறைக் கண்காணிப்பாளரிடம் உடனடியாகத் தெரிவிக்கவும்.
 - (2) நீலம் அல்லது கருப்பு மையினை மட்டுமே எழுதுவதற்கும், அடிக்கோடிடுவதற்கும் பயன்படுத்த வேண்டும். படங்கள் வரைவதற்கு பென்சில் பயன்படுத்தவும்.

- Instructions :**
- (1) Check the question paper for fairness of printing. If there is any lack of fairness, inform the Hall Supervisor immediately.
 - (2) Use Black or Blue ink to write and underline and pencil to draw diagrams.

பகுதி - அ / PART - A

குறிப்பு : அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும்.

Note : Answer all the questions.

I. கோடிட்ட இடங்களை நிரப்புக :
Fill in the blanks.

20x1=20

1. உணவு திட்டம் அமைத்தலின் முக்கியக் குறிக்கோள் _____ .
The major objective of meal planning is to achieve _____ .

2. இரத்தத்தில் சோடியத்தின் அளவு குறைதல் _____ எனக் குறிப்பிடப்படுகிறது.
When sodium level in blood drops, it is termed as _____ .

[திருப்புக / Turn over

3. தாய்ப்பால் அதிகம் சுரக்க உதவும் உணவுகள் _____ ஆகும்.
Foods that help to produce more milk are called _____ .
4. திட உணவை வாயில் வைத்தவுடன் இளங்குழலி அதை தள்ளி விடுவதற்குக் காரணம் _____ .
The reflex by which an Infant pushes out solid food if placed in mouth is _____ .
5. 4 - 6 வரை உள்ள குழந்தையின் ஒரு நாளைய புரத தேவை _____ .
The protein requirement of children in the age group of 4 - 6 years is _____ per day.
6. இரத்தத்தின் கன அளவு அதிகரிப்பதால் _____ தேவையும் அதிகரிக்கின்றது.
The requirement of _____ increases as blood volume increases.
7. இரண்டாவது இறுதி பருவ துரித வளர்ச்சி _____ பருவத்தில் ஏற்படுகிறது.
The second and final growth spurt occurs during _____ .
8. ஒப்பிடத்தக்க இந்திய பெண்ணின் எடை _____ .
The weight of an Indian Reference woman is _____ .
9. வயதானவர்களின் உடல் நலத்தைப் பேண உதவும் ஊட்டச்சத்து பிரிவு _____ .
The branch of nutrition related to elderly population is _____ .
10. முழு திரவ உணவுக்கும் இயல்பான உணவுக்கும் இடைப்பட்ட உணவு _____ .
A _____ diet is a transition between full liquid diet and normal diet.
11. காசநோயில் ஏற்படும் புண்களை குணப்படுத்த உதவும் தாது உப்பு _____ .
_____ is needed to promote healing of tuberculosis.

12. BMI _____ க்கு குறைவாக உள்ளவர்களை எடை குறைந்தவர்கள் என்று கூறுகிறோம்.
People with BMI less than _____ are considered as underweight.
13. _____ வகை இரத்தம் உள்ளவர்கள் அதிகமாக குடல் புண்ணால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்.
Gastric ulcer is more common in persons with blood group _____.
14. _____ வகை மருந்துகள் கல்லீரலை தேசமடையச் செய்யும்.
Drugs like _____ may damage the liver.
15. சிறுநீரகத்தின் அடிப்படை அலகு _____.
The basic functional unit of kidney is _____.
16. காய்கறிகளிலுள்ள பொட்டாசியத்தை வெளியேற்ற _____ முறையை பயன்படுத்தலாம்.
Potassium content can be reduced in vegetables by _____.
17. _____ கொலஸ்டிரால் கல்லீரலிலிருந்து உடலின் பல பகுதிகளுக்கு எடுத்துச் செல்கிறது.
_____ carries cholesterol from the liver to the periphery of the body.
18. இந்திய திட்ட உணவு கழகத்தின் தலைவர் _____.
The President of Indian Dietetic Association is _____.
19. பிரிடெர்ம் குழந்தைகளுக்கு _____ சிறந்த உணவு.
_____ is the best food for preterm babies.
20. கணினி, கற்பித்தல் பணியில் _____ திட்டமிடுதலின் முக்கிய சாதனமாக விளங்குகிறது.
Computers can be used as a tool to teach _____ planning.

[திருப்புக / Turn over

II. சரியா, தவறா என எழுதுக :

10x1=10

Write True or False.

21. 100 மி.லி. பாலிலிருந்து 70 கி.கலோரி சக்தி கிடைக்கிறது.
100 mL of milk provides 70 k cal of energy.
22. கட்டுச்சாதம் $\frac{1}{3}$ பங்கு ஊட்டச்சத்து தேவையை நிறைவு செய்வதாக இருத்தல் வேண்டும்.
Packed lunch should meet one third of the day's nutritional requirements.
23. பெரியவர் - உற்பத்தி திறன் மிக்க பருவத்தினர்
Adults - The Productive Age Group.
24. அனாபிலஸ் என்ற கொசுவினால் டைபாய்டு காய்ச்சல் ஏற்படுகிறது.
Typhoid fever is caused by Anopheles mosquito.
25. சக்கையற்ற உணவிற்கு தெளிந்த திரவு உணவு என்று பெயர்.
The liquid diet totally devoid of residue is called clear liquid diet.
26. வயிற்றுப்போக்கைக் கட்டுப்படுத்த நார்ச்சத்து நிறைந்த உணவு கொடுக்க வேண்டும்.
To control diarrhoea, high fibre diet should be given.
27. ஊறுகாயில் மிகக் குறைவான அளவே சோடியம் உள்ளது.
Pickle contains very low amount of sodium.
28. வயிற்றுப் பகுதியில் உள்ள கொழுப்பை கண்டறிய புரோக்காஸ் அலகு பயன்படுகிறது.
Broka's Index is used to determine fat deposit in lower abdomen.
29. திட்ட உணவு ஆலோசகர் நோயாளியின் கண்களை நேராக பார்த்து தொடர்பு கொள்ளல் வேண்டும்.
Eye to eye contact is necessary for counselling guidelines.
30. பெண்கள் பருவமடையும் முன்பாக தங்களுடைய அதிகபட்ச உயரத்தையும், எடையையும் அடைகின்றனர்.
Growth in girls in terms of height and weight is maximum prior to menarche.

III. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக.

10x1=10

Choose the correct answer.

31. புரதத்தின் தரத்தை மேம்படுத்த தானியப் புரதமும், பருப்புப் புரதமும் அமைய வேண்டிய விகிதம் :

(அ) 4 : 1 (ஆ) 1 : 4 (இ) 1 : 2

To improve protein quality the ratio of cereal protein to pulse protein should be :

(a) 4 : 1 (b) 1 : 4 (c) 1 : 2

32. பால் உற்பத்தியை தூண்டும் ஹார்மோன் :

(அ) ஆக்ஸிடோஸின் (ஆ) ஈஸ்ட்ரோஜன் (இ) புரோலாக்டின்

The hormone which stimulates milk production :

(a) Oxytocin (b) Estrogen (c) Prolactin

33. உலக பாலூட்டும் வாரம் :

(அ) அக்டோபர் 1 - 7

(ஆ) ஆகஸ்ட் 1 - 7

(இ) டிசம்பர் 1 - 7

World breast feeding week is :

(a) October 1 - 7

(b) August 1 - 7

(c) December 1 - 7

34. முகப்பருக்கள் தோன்ற காரணம் :

(அ) செபேசியஸ் சுரப்பி

(ஆ) மரபணுக்கள்

(இ) அதிக கால்சியம்

The main cause of acne is :

(a) Sebaceous glands

(b) Genetic factor

(c) High calcium

[திருப்புக / Turn over

35. முதியோருக்கான சிறந்த உணவு :

(அ) சிறிய அளவில் அடிக்கடி உண்ணுதல்

(ஆ) மூன்று வேளை உண்ணுதல்

(இ) அவர்கள் விருப்பப்படி உண்ணுதல்

The best way of giving food to old people :

(a) Simple frequent meals

(b) Three time meals a day

(c) As their need

36. தரம் II பருமன் :

(அ) 20 - 25.9 கிகி/மீ² (ஆ) 26 - 30 கிகி/மீ² (இ) 30 - 40 கிகி/மீ²

Grade II Obese :

(a) 20 - 25.9 kg/m² (b) 26 - 30 kg/m² (c) 30 - 40 kg/m²

37. மஞ்சள் காமாலை நோயுள்ளவர்கள் தவிர்க்க வேண்டிய உணவுப் பொருள் :

(அ) பழங்கள்

(ஆ) மாமிசம்

(இ) கொழுப்பு நீக்கப்பட்ட பால்

Foods to be avoided in infective hepatitis :

(a) Fruits

(b) Meat

(c) Milk without cream and butter

38. பாலி டிப்ஸியா என்பது :

(அ) அதிக பசி

(ஆ) அதிக தாகம்

(இ) அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல்

Polydipsia means :

(a) Excessive appetite

(b) Increased thirst

(c) Frequent urination

39. இதன் குறைபாட்டினால் ஜெரோப்தால்மியா ஏற்படுகிறது :
 (அ) வைட்டமின் A (ஆ) வைட்டமின் D (இ) வைட்டமின் E
 Xerophthalmia is deficiency of :
 (a) Vitamin - A (b) Vitamin - D (c) Vitamin - E
40. ஒரு நாளைய திட்ட உணவில் மிகவும் முக்கியமான உணவு வேளை :
 (அ) மதிய உணவு (ஆ) காலை உணவு (இ) இரவு உணவு
 The important meal in a day's planned food is :
 (a) Lunch (b) Breakfast (c) Dinner

IV. பொருத்துக :

10x1=10

- | | |
|--------------------|------------------------------|
| 41. மாஸ்டர் பைல் | (அ) நீர் வற்றி போதல் |
| 42. பற்சிதைவு | (ஆ) செவிலியர் |
| 43. கோலிலிதியோசிஸ் | (இ) அசுர வளர்ச்சி |
| 44. மொச்சைகள் | (ஈ) முழு திரவ உணவு |
| 45. கிள்ளு சோதனை | (உ) டிரை கிளிசரைடு |
| 46. பால் | (ஊ) கணினி |
| 47. இலகுவான வேலை | (எ) பித்த கற்கள் |
| 48. கீரைகள் | (ஏ) பள்ளி பருவம் |
| 49. இளங்குழவி | (ஐ) சிறுநீரில் சர்க்கரை |
| 50. கிளைகோசூரியா | (ஓ) நார்ச்சத்து மிகுந்த உணவு |

Match the following.

- | | |
|----------------------------|------------------------|
| 41. Master File | (a) Dehydration |
| 42. Dental Caries | (b) Nurses |
| 43. Cholelithiasis | (c) Growth Spurt |
| 44. Legumes | (d) Full Fluid Diet |
| 45. Pinch test | (e) Triglyceride |
| 46. Milk | (f) Computer |
| 47. Sedantary work | (g) Bile stones |
| 48. Green leafy vegetables | (h) School going child |
| 49. Infants | (i) Glucose in urine |
| 50. Glycosuria | (j) High fibre |

[திருப்புக / Turn over

பகுதி - ஆ / PART - B

- V. குறிப்பு : (i) எவையேனும் பதினைந்து வினாக்களுக்கு விடையளிக்கவும்.
(ii) விடைகள் 30 வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் இருக்க வேண்டும். 15x2=30
- Note : (i) Answer any fifteen questions.
(ii) Each answer should not exceed 30 words.

51. கர்ப்ப காலத்தில் கூடுதலான சக்தி தேவைப்படுவதற்கான எவையேனும் இரண்டு காரணங்கள் கூறுக.
State any two reasons for additional energy required during pregnancy.
52. இளங்குழவிக்கு செயற்கை உணவளித்தலுக்கான காரணங்களைக் குறிப்பிடுக.
Give the reasons for artificial feeding related to infant.
53. சவலை நோயின் அறிகுறிகள் இரண்டினைக் கூறுக.
Write any two symptoms of Kwashiorkor.
54. புயலுக்கு முன் வரும் அமைதி பருவம் எது? ஏன்?
Which stage is being called "Lull before the storm"? Why?
55. குமர பருவத்து பெண்களின் உணவு பழக்கத்தை பாதிக்கும் காரணங்கள் இரண்டினைக் கூறுக ?
What are the reasons for the adolescents to change their eating habits ?
56. மூப்படைதல் என்றால் என்ன?
What is Aging ?
57. சிகிச்சை உணவின் நான்கு முக்கிய அம்சங்கள் எவை?
What are the four attributes of a therapeutic diet ?
58. கைனாய்டு என்றால் என்ன?
What is Gynoid ?
59. காய்ச்சல் ஏற்பட காரணம் யாது?
What are the causative factors of fever ?

60. மலச்சிக்கலின் மூன்று வகைகள் யாவை?
What are the three main types of constipation ?
61. ஆக்ஸலேட்டுகள் செறிந்த உணவு நான்கு கூறு.
Write any four foods rich in oxalates.
62. HDL அதிகரிக்கும் வழி முறைகள் யாவை?
What are the steps you take to increase your HDL level ?
63. ஹைப்போகலீமியா என்றால் என்ன?
What is known as Hypokalemia ?
64. மிகத் தீவிரமான சோடியம் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட உணவு என்றால் என்ன?
What is meant by Extreme Sodium restricted diets ?
65. கல்லீரலை சேதப்படுத்தும் நச்சுக் காரணிகள் எவை?
What are the toxic agents which damage the liver ?
66. இந்திய திட்ட உணவு கழகத்தின் நோக்கங்கள் எவை?
What are the objectives of the Indian Dietetic Association ?
67. திட்ட உணவு ஆலோசனையில் கணினியின் இரண்டு பயன்கள் கூறு?
Write any two uses of computer in diet counselling.
68. குழந்தைகளைத் தாக்கும் ஏதேனும் நான்கு நோய்கள் எவை?
What are the four dreadful diseases that affect children ?
69. 13 முதல் 19 வரையுள்ள பெண்கள் கர்ப்பம் தரிப்பதால் ஏற்படும் விளைவுகள் யாவை ?
Write the effects of pregnancy during the age of 13 - 19 years.
70. செயல்பாடுடைய உணவு என்றால் என்ன?
What is known as functional food ?

பகுதி - இ / PART - C

VI. குறிப்பு : (i) ஏதேனும் ஆறு வினாக்களுக்கு விடையளிக்கவும். அவற்றுள் வினா எண் : 80-வதுக்கு கட்டாயமாக விடையளிக்கவும். 6x5=30

(ii) நூறு வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் விடையளிக்கவும்.

Note : (i) Answer any six questions including Question Number 80 which is compulsory.

(ii) Each answer should not exceed 100 words.

71. உணவுத் திட்டத்தில் எவ்வாறு சிக்கனத்தை கடைப்பிடிப்பாய் ?
How can meal planning be economized ?

72. குறைந்த பிறப்பு எடை மற்றும் சிசு மரணத்திற்குரிய காரணங்கள் எவையேனும் ஐந்தினைக் கூறுக.

Explain any five reasons for the risk of low birth weight babies and neonatal mortality.

73. குழந்தைக்கு இணை உணவு ஆரம்பிக்கும் போது கவனிக்க வேண்டிய குறிப்புகளை விவரி.

Enumerate the important points to be considered in weaning.

74. மதிய உணவு திட்டத்தின் குறிக்கோள்களைப் பட்டியலிடுக.

List the general objectives of school lunch programme.

75. காய்ச்சலின் போது ஏற்படும் வளர்சிதை மாற்றங்களைக் கூறுக.

State the metabolic effects of fever.

76. இந்திய பெண்களிடையே காணப்படும் இரத்த சோகைக்கான காரணங்கள் எவை ?

What are the causes of anaemia to Indian woman ?

77. பேரண்டல் முறையில் உணவளிப்பதை விட என்ட்ரல் முறையில் உணவளிப்பதால் ஏற்படும் நன்மைகள் யாவை ?

What are the advantages of enteral feeding over parenteral feeding ?

78. நீரிழிவு நோயின் அறிகுறிகள் யாவை ?
What are the symptoms of Diabetes Mellitus ?
79. குளோமரூலோநெப்ரைடிஸ் உள்ளவர்களுக்கு கட்டுப்பாடின்றி தரப்படும் உணவுகள் யாவை ?
What are the free foods for Glomerulonephritis ?
80. வெளியூர் செல்லும்போது வயிற்றுப்போக்கு ஏற்படாமல் தடுக்கும் வழிமுறைகள் யாவை ?

அல்லது

நோய்த் தடுப்பூசி அட்டவணையை விவரி.
How will you prevent Diarrhoea when you are travelling ?

OR

Write the Immunization Schedule.

பகுதி - ஈ / PART - D

- VII. குறிப்பு : (i) அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும். 4x10=40
(ii) 200 வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் இருக்க வேண்டும்.
- Note : (i) Answer all the questions.
(ii) Each answer should not exceed 200 words.

81. கர்ப்ப காலத்தில் ஏற்படும் பிரச்சனைகள் யாவை ?

அல்லது

குமரப் பருவத்தினிடையே காணப்படும் உண்ணும் கோளாறுகள் எவை ?
Explain problems during pregnancy.

OR

Explain the eating disorders common among adolescents.

82. முதியோரின் உடலியல் மாற்றங்களை விவரி.

அல்லது

உடல் பருமனை உண்டாக்கும் காரணிகளை விவரி.
Explain the physiological changes during old age.

OR

What are the factors that contribute to obesity ?

[திருப்புக / Turn over

83. கல்லீரலை பாதிக்கும் காரணிகளை விவரி.

அல்லது

நீரிழிவினால் ஏற்படும் சிக்கல்களை விவரி.

Describe the agents which cause damage to the liver.

OR

Explain the complications of diabetes.

84. டயாலிசிஸின் வகைகளை படத்துடன் விவரி.

அல்லது

இரத்தக் குழாய் தடிப்பை உண்டாக்குவதில் கொழுப்புகளின் பங்கை படத்துடன் விவரி ?

What are the types of dialysis ? Explain it with neat diagram.

OR

Explain the role of fat in the development of atherosclerosis with help of diagram.

- o o o -