CAREERINDIA

No. of Printed Pages : **12**

6726

பதிவு எண்
Register Number

PART - III

சத்துணவியல்/NUTRITION & DIETETICS

(தமிழ் மற்றும் ஆங்கில வழி / Tamil & English Versions)

நேரம் : 3 மணி] [மொத்த மதிப்பெண்கள் : 150
Time Allowed : 3 Hours] [Maximum Marks : 150

அறிவுரை : (1) அனைத்து வினாக்களும் சரியாக பதிவாகி உள்ளதா என்பதனை சரிபார்த்துக் கொள்ளவும். அச்சுப்பதிப்பில் 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 **Blue** or **Black** 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 : **20x1=20**
Fill up the blanks.

1. 100 மி.லி. பாலிலிருந்து __________ கி.க. சக்தி கிடைக்கிறது.
100 ml of milk provides __________ k. cal of energy.

2. கர்ப்பகாலத்தின் முழு சக்தி செலவு __________ .
The total energy cost of pregnancy is __________.

www.careerindia.com

[திருப்புக / Turn over

CAREERINDIA

3. __________ பாலுக்கு இயற்கையான இனிப்பை தருகிறது.

   __________ provides natural sweetness to milk.

4. 1 – 3 வயது வரை உள்ள பருவத்தினருக்கான ஒரு நாளைய இரும்புச்சத்து தேவை __________.

   The iron requirement of children 1 - 3 years of age is __________ per day.

5. கட்டுசாத உணவு ஒரு நாளின் __________ ஊட்டச்சத்து தேவையை நிறைவு செய்வதாக இருக்க வேண்டும்.

   Packed lunch should meet __________ of the day's nutritional requirements.

6. இரும்புச்சத்து உறிஞ்சும் சதவீதம் குமரப்பருவத்து __________ அதிகமாக காணப்படுகிறது.

   The percentage of iron absorption is more in adolescent __________.

7. ஒப்பிடத்தக்க இந்திய ஆணின் எடை __________ கி.கி. இருத்தல் வேண்டும்.

   The weight of an Indian Reference Man is __________.

8. வயதானவர்களுக்கு தேவைப்படும் கால்சியத்தின் அளவு __________ மி.கி / தினம்.

   __________ mg of calcium is required per day during old age.

9. ஒவ்வொரு பயறு பரிமாற்ற உணவும் __________ கிராம் புரதத்தினை அளிக்கிறது.

   Each pulse exchange provides __________ g of protein.

10. காசநோயினால் ஏற்படும் புண்கள் சரியாவதற்கு உதவும் தாது உப்பு __________ .

    __________ is needed to promote healing of the tuberculosis lesions.

www.careerindia.com

CAREERINDIA

11. BMI _________ க்கும் குறைவாக உள்ளவர்களை எடை குறைந்தவர்கள் என்று கூறுகிறோம்.

People with BMI less than _________ are considered as underweight.

12. கல்லீரல் உணவுப் பொருட்களின் _________ ல் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

Liver is involved in the _________ of food.

13. வேகவைத்த ஆப்பிளில் உள்ள _________ வயிற்றுப்போக்கை கட்டுப்படுத்துகிறது.

_________ from cooked apples helps to control diarrhoea.

14. அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல் _________ எனப்படும்.

Frequent urination is known as _________.

15. சிறுநீரகத்தின் முதன்மையான பணி இரத்தத்தின் _________ மற்றும் _________ பராமரித்தல் ஆகும்.

The primary function of the kidney is to maintain _________ and _________ of the blood.

16. நாம் சாப்பிடும் உணவில் கொலஸ்டிராலின் அளவு ஒரு நாளைக்கு _________ மி.கி. க்கும் குறைவாக இருக்க வேண்டும்.

Dietary cholesterol intake should be less than _________ mg/day.

17. _________ உணவுகளில் சோடியத்தின் அளவு கூடுதலாக இருக்கும்.

Sodium content of _________ foods is relatively high.

18. இந்திய திட்ட உணவுக் கழகம் _________ என்ற அறிவியல் பத்திரிக்கையை வெளியிடுகிறது.

The Indian Dietetic Association publishes _________ journal.

[திருப்புக / Turn over

www.careerindia.com

CAREERINDIA

19. திட்ட உணவு ஆலோசனையைத் திட்டமிடுதல் நோயாளியின் _________ விவரங்களை சேகரிப்பதில் துவங்குகிறது.
Diet counselling begins with patients _________ information.

20. குறைந்த _________ இன்சுலின் இணையும் திறனை அதிகரிக்கிறது.
Low _________ diet increases insulin binding level.

II. **சரியா, தவறா** என எழுதவும். **10x1=10**
Write **true** or **false**.

21. ஒரு பரிமாறும் அளவு பயறுகள் என்பது 30 கிராம் ஆகும்.
One portion size of pulses is 30 gms.

22. தாய்ப்பாலில் புரதத்தின் அளவு குறைவு.
In human milk, the protein content is low.

23. 11 வயது சிறுமியின் ஒரு நாளைய இரும்புச்சத்தின் தேவை 19 மி.கி. ஆகும்.
The iron requirement per day for 11 year old girl is 19 mg.

24. முன்-பள்ளிப் பருவக் குழந்தைகளின் பசிக்கும் தன்மை நிச்சயமில்லாதது.
Appetite of pre-school children is erratic.

25. பரக்க பரக்க உண்ணும் பழக்கத்தால் இரண்டாம் வகை நீரிழிவு ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது.
Binge eating may lead to type-II diabetes.

26. முதியவர்களுக்கு உப்பின் சுவையை உணர்ந்து கொள்ளும் திறன் குறைந்து விடுகிறது.
The ability to taste salt is very much decreased for the aged people.

27. உடல்நிறை அலகு அதிகரிக்கும்போது இறப்பு விகிதமும் அதிகமாகும்.
Mortality rate increases with increasing body mass index.

www.careerindia.com

CAREERINDIA

28. இரைப்பை மற்றும் முன்சிறுகுடல் புண் ஆண்களைவிட பெண்களை அதிகம் பாதிக்கிறது.
Women are affected more frequently by gastroduodenal ulcer than men.

29. தடுமாற்றமான கேள்விகளை கணினி மூலம் கேட்கும்போது உண்மையான பதில் கிடைக்கிறது.
Patients are honest about embarrassing questions by a computer.

30. சமைக்கும்போது 50% வைட்டமின்-C வீணாகிறது.
The cooking losses of Vitamin - C is 50%.

III. கொடுக்கப்பட்ட **மூன்று** விடைகளில் மிகவும் ஏற்புடைய விடையினை தேர்ந்தெடுத்து குறியீட்டுடன் விடையினையும் சேர்த்து எழுதுக. **10x1=10**
Choose the most suitable answer from the given **three** alternatives and write the option code and the corresponding answer.

31. சீருணவில் கார்போஹைட்ரேட்டிலிருந்து கிடைக்க வேண்டிய சக்தி :
(அ) 20 - 25% (ஆ) 60 - 70% (இ) 10 - 20%
Calories provided from the carbohydrate in the balanced diet is :
(a) 20 - 25% (b) 60 - 70% (c) 10 - 20%

32. இன்சுலினின் பகுதிப் பொருளாக விளங்குவது :
(அ) அயோடின் (ஆ) சோடியம் (இ) துத்தநாகம்
Component of insulin :
(a) Iodine (b) Sodium (c) Zinc

33. இரும்புச்சத்து குறைநோய் :
(அ) இரத்தசோகை (ஆ) நோஞ்சான் (இ) ஜெரோஃதால்மியா
Iron deficiency :
(a) Anaemia (b) Marasmus (c) Xerophthalmia

34. ஒருங்கிணைந்த குழந்தை வளர்ப்புத்திட்டம் ஆரம்பிக்கப்பட்ட ஆண்டு :
(அ) 1985 (ஆ) 1972 (இ) 1975
Integrated Child Development Service was started in the year :
(a) 1985 (b) 1972 (c) 1975

www.careerindia.com

CAREERINDIA

35. குமரப்பருவத்து பெண்களின் ஹீமோகுளோபின் அடர்வு அதிகரிப்பு :

(அ) 1 கி/dl (ஆ) 2 கி/dl (இ) 3 கி/dl

The increase of haemoglobin concentration of adolescent girls is :

(a) 1 g/dl (b) 2 g/dl (c) 3 g/dl

36. வயதானவர்களின் புரதத்தேவை 1 கிலோ உடல் எடைக்கு :

(அ) 1 கி (ஆ) 2 கி (இ) 1.2 கி

The protein requirement of old age per kg of body weight is :

(a) 1 g (b) 2 g (c) 1.2 g

37. தெளிந்த திரவ உணவு :

(அ) பருப்பு தண்ணீர் (ஆ) பருப்பு சூப் (இ) பருப்பு பாயசம்

Clear liquid diet :

(a) Dhal water (b) Dhal soup (c) Dhal Payasam

38. டைஃபாய்டு காய்ச்சலில் தவிர்க்கப்பட வேண்டியது :

(அ) இளநீர் (ஆ) பழச்சாறு (இ) வெண்ணெய்

The food to be avoided during Typhoid fever is :

(a) Tender coconut water (b) Fruit juice (c) Butter

39. உணவின் மூலம் உறிஞ்சப்படும் கால்சியத்தின் அளவு :

(அ) 30 - 40% (ஆ) 20 - 30% (இ) 40 - 50%

The percentage of calcium absorption from the diet is :

(a) 30 - 40% (b) 20 - 30% (c) 40 - 50%

40. புரதம் குளுக்கோஸாக மாறுதல் :

(அ) கிளைக்கோஜினோலைசிஸ்

(ஆ) கிளைக்காலிசிஸ்

(இ) கிளைக்கோநியோஜெனிசிஸ்

Conversion of protein to glucose :

(a) Glycogenolysis

(b) Glycolysis

(c) Glyconeogenesis

www.careerindia.com

CAREERINDIA

IV. பொருத்துக : **10x1=10**

41.	பெரியவர்கள்	- மார்ச் 24
42.	பால் பரிமாற்ற உணவு	- கஃபைன்
43.	வயிற்றுப்போக்கு	- செல்கள் செயலிழப்பு
44.	இரைப்பை புண்	- 5 கி. புரதம்
45.	கல்லீரல் உலர்ச்சி	- மீன்
46.	நீரிழிவு நோய்	- HDL
47.	உலக காசநோய் தினம்	- செயல்திறன் மிக்க பருவம்
48.	சிறப்பான கொலஸ்டிரால்	- C. கோபாலன்
49.	ஒமேகா - 3 - PUFA	- ORS
50.	இந்திய திட்ட உணவுக் கழகம்	- இன்சுலின் குறைபாடு

Match the following :

41.	Adult	- March 24
42.	Milk exchange	- Caffeine
43.	Diarrhoea	- Necrosis
44.	Gastric ulcer	- 5 g of protein
45.	Cirrhosis of liver	- Fish
46.	Diabetes	- HDL
47.	World Tuberculosis Day	- The productive age group
48.	Good cholesterol	- C. Gopalan
49.	Omega - 3 - PUFA	- ORS
50.	The Indian Dietetic Association	- Deficient secretion of insulin

www.careerindia.com

CAREERINDIA

பகுதி - ஆ / PART - B

V. குறிப்பு : (i) **எவையேனும் 15** வினாக்களுக்கு மட்டும் விடையளிக்கவும். **15x2=30**

(ii) விடைகள் **30** வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் இருத்தல் வேண்டும்.

Note : (i) Answer **any 15** questions.

(ii) Each answer should not exceed **30** words.

51. ஹீமோடைல்யூசன் - வரையறு.
Define haemodilution.

52. DPT தடுப்பூசி தடுக்கும் மூன்று நோய்கள் யாவை ?
What are the three diseases which are prevented by DPT vaccine ?

53. லாக்டோஃபெரின் - குறிப்பு வரைக.
Write short note on lactoferrin.

54. ஏதேனும் நான்கு குறைந்த விலை துணை உணவுகளின் பெயர்களை எழுதுக.
Name any four low cost supplementary foods.

55. உயிர்ச்சத்து A குறைநோயின் அறிகுறிகள் யாவை ?
What are the symptoms of deficiency of Vitamin - A ?

56. கட்டு சாதம் என்றால் என்ன ? உதாரணம் தருக.
What is meant by packed lunch ? Give an example.

57. குமரப்பருவத்தில் இரும்புச்சத்து கூடுதலாக தேவைப்படுவதற்கான காரணங்கள் யாவை ?
What are the reasons for the increased iron requirement during adolescent period ?

58. புலிமியா நர்வோசா என்றால் என்ன ?
What is meant by Bulimia nervosa ?

59. வயதானவர்களிடையே ஊட்டச்சத்து குறைபாடு ஏற்படுவதற்கான காரணங்கள் இரண்டினை எழுதுக.
Write any two causes of malnutrition during old age ?

www.careerindia.com

CAREERINDIA

60. காய்ச்சலின் போது நோயாளிக்கு குளுக்கோஸ் கொடுக்கலாமா ? ஏன் ?
Do you give glucose to the patients during fever ? Why ?

61. தனித்த உணவிற்கு நான்கு உதாரணங்கள் தருக.
Give four examples for elemental diet.

62. உடல் எடை குறைபாட்டிற்கான காரணங்கள் ஏதேனும் நான்கு எழுதுக.
Give any four reasons for underweight.

63. குழந்தைப்பருவ கல்லீரல் உலர்ச்சி என்றால் என்ன ?
What do you mean by childhood cirrhosis of liver ?

64. தொற்றுக்கிருமிகளினால் ஏற்படும் மஞ்சட்காமாலையின் அறிகுறிகளை எழுதுக.
Write down the symptoms of infective hepatitis.

65. GLOP - என்றால் என்ன ?
What is meant by GLOP ?

66. உயர் இரத்த அழுத்தம் உண்டாக காரணங்கள் ஏதேனும் இரண்டினை எழுதுக.
Write any two causes of Hypertension.

67. சிறுநீரகத்தின் நான்கு முக்கிய பணிகள் யாவை ?
What are the four significant functions of kidney ?

68. திட்ட உணவு வல்லுநர் எனப்படுபவர் யார் ?
Define the term - 'Dietitian'.

69. திட்ட உணவு ஆலோசனையின் படிகள் யாவை ?
What are the steps involved in diet counselling process ?

70. நோயாளியின் படுக்கை அருகில் கண்காணித்தல் என்றால் என்ன ?
What do you mean by bedside monitoring ?

[திருப்புக / Turn over

www.careerindia.com

CAREERINDIA

பகுதி - இ / PART - C

VI. **குறிப்பு :** (i) ஏதேனும் **ஆறு** வினாக்களுக்கு விடையளிக்கவும். அவற்றில் வினா எண் **80** -க்கு கட்டாயமாக பதிலளிக்கவும். **6x5=30**

(ii) **நூறு** வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் விடையளிக்கவும்.

Note : (i) Answer **any six** questions including question no. **80** which is **compulsory**.

(ii) Each answer should not exceed **100** words.

71. ஒருவரின் RDA -வை நிர்ணயிக்கும் காரணிகளை விவரிக்கவும்.
Explain the factors which determine the RDA of an individual.

72. பாலூட்டும் தாய்க்கு திட்ட உணவு அமைக்கும் போது கவனிக்க வேண்டிய குறிப்புகள் யாவை ?
List the guidelines to be followed in planning diet for a lactating mother.

73. இளங்குழவிக்கு இரும்புச்சத்து தேவை பரிந்துரைக்கப்படவில்லை. ஏன் ?
The requirement of iron for infants is not recommended. Why ?

74. மதிய உணவுத்திட்டத்தின் குறிக்கோள்கள் யாவை ?
What are the objectives of school lunch programme ?

75. பெரியவர்களிடையே உணவூட்டம் தொடர்பான பிரச்சனைகளை உண்டாக்கும் பொதுவான ஊட்டச்சத்தினை விளக்குக.
Explain the common nutrient related disorder in adults.

76. பேரன்ட்ரல் முறையில் உணவளிப்பதை விட என்ட்ரல் முறையில் உணவளிப்பதால் ஏற்படும் நன்மைகளை எழுதுக.
What are the advantages of enteral feeding over parenteral feeding ?

77. டைஃபாய்டு காய்ச்சலின் அறிகுறிகளை பட்டியலிடுக.
List the symptoms of typhoid.

78. ORT - விளக்குக.
Explain ORT.

www.careerindia.com

CAREERINDIA

79. நீரிழிவின் அறிகுறிகள் யாவை ?

Write down the symptoms of Diabetes Mellitus.

80. குறுகியகாலத்தில் சிறுநீரகம் செயலற்றுபோதலுக்கான காரணங்கள் யாவை ?

அல்லது

இளங்குழவிக்கான நோய் தடுப்பூசி அட்டவணையை எழுதுக.

What are the causes for acute renal failure ?

OR

Write down the immunization schedule for an infant.

பகுதி - ஈ / PART - D

VII. குறிப்பு : (i) **அனைத்து** வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும். **4x10=40**

(ii) **200** வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் இருத்தல் வேண்டும்.

Note : (i) Answer **all** the questions.

(ii) Each answer should not exceed **200** words.

81. கர்ப்பகாலத்தில் ஏற்படும் உடலியல் மாற்றங்களை விவரிக்கவும்.

அல்லது

கல்லீரலின் பணிகளை விவரிக்கவும்.

Explain the physiological changes in pregnancy.

OR

Explain the functions of liver.

82. குமரப்பருவத்தினரிடையே காணப்படும் உண்ணும் கோளாறுகளை விவரிக்கவும்.

அல்லது

உடல் பருமனை உருவாக்கும் காரணிகளை விவரிக்கவும்.

Explain the eating disorders common among adolescents.

OR

Explain the factors that contribute to obesity.

[திருப்புக / Turn over

www.careerindia.com

CAREERINDIA

83. சிறுநீரகக் கற்களால் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளியின் திட்ட உணவு மேலாண்மையை விவரிக்கவும்.

அல்லது

இருதய சுற்றோட்ட மண்டல நோய்களை உண்டாக்கும் ஆபத்தான காரணிகளை விவரிக்கவும்.

Explain the dietary management in urinary calculi.

OR

Explain the risk factors for cardiovascular disease.

84. முதியவர்களுக்கான ஊட்டச்சத்து தேவையை விவரிக்கவும்.

அல்லது

நீரிழிவு நோயாளிக்கு உடற்பயிற்சியின் பயன்களை விவரிக்கவும்.

Explain the nutrient requirements during old age.

OR

Explain the benefits of exercise for a diabetic.

- o 0 o -

www.careerindia.com