**SHREE H. N. SHUKLA NURSING INSTITUTE, RAJKOT**

**ANM I YEAR**

**TERM EXAMINATION**

**HEALTH PROMOTION**

**પ્ર**-૧ અ. ડાયજેસ્ટીવ સીસ્ટમની આકૃતિ દોરી નામ નિર્દેશન કરો ૪

બ. ચામડી ના કર્યો જણાવો ૪

**પ્ર-૨**.અ. ડીફેન્સ મીકેનીઝમની યાદી બનાવી કોઈ પણ એક વિષે સમજાવો ૬

બ. મેન્ટલ ઈલ્નેશ એટલે શું ? તેને અટકાવવા માટે લેવામાં આવતા પગલા વિશે જણાવો ૪

**પ્ર-૩** અ. રાંધવાના પધ્ધતિઓ વિશે જણાવી ખોરાકની સ્ટોરેજ વિશે લખો ૬

બ. વિટામીન એ ના પ્રાપ્તિસ્થાન જણાવી તેની ખામી થી થતા રોગ વિશે ચર્ચા કરો ૧૦

**પ્ર-૪ નીચેના હેતુઓ જણાવો કોઈ પણ ત્રણ**  ૬

૧ . હોત એપ્લીકેશન

૨. બેક કેર

૩. માઉથ કેર

૪. એનીમા

**બ. નીચેનામાંથી કોઈ પણ બે પર ટૂંક નોંધ લખો** ૮

૧. સમતોલ આહાર

૨. કુવાનું કલોરીનેશન

૩. વેન્ટીલેશન

**ક.ક્વાશીકોર અને મરસમાસ વચ્ચે તફાવત જણાવો**  ૪

**પ્ર-૫** અ. બેડ સોર થતું અટકાવવા માટે લેવામાં આવતા પગલા જણાવો ૪

બ. માનસિક રીતે તંદુરસ્ત વ્યક્તિ ની લાક્ષણિકતા જણાવો ૪

**પ્ર-૬ અ. ખાલી જગ્યા પૂરો.**  ૧૦

૧. યુરીન સુગર ના હોટ ટેસ્ટ માટે \_\_\_\_\_\_\_ સોલ્યુસન નો ઉપયોગ થાયછે

૨. શરીર નું લાંબા માં લાંબુ હાડકું \_\_\_\_\_\_ છે

૩.એક ગ્રામ પ્રોટીન માંથી \_\_\_\_\_\_\_ કિલો કેલેરી મળે છે

૪.હવાના બંધારણ માં \_\_\_\_\_\_\_ ટકા ઈઁ નું પ્રમાણ હોય છે

૫.ક્ષય \_\_\_\_\_\_\_\_ દ્વારા ફેલાય છે

૬.ઇન્સ્યુલીન \_\_\_\_\_\_ માં બને છે

૭.કલીનીકલ થર્મોમીટર નો ઉપયોગ \_\_\_\_\_\_\_\_ માં થાય છે

૮.હાડકા ના ઉપરના પદ ને \_\_\_\_\_\_ કહેવામાં આવે છે.

૯.સ્કલ માં કુલ\_\_\_\_\_\_\_\_ હાડકા આવે છે

૧૦.વિટામીન ‘સી’ ની ઉણપ થી \_\_\_\_\_ રોગ થાય છે

**ખ. નીચેના વિધાનો ખરા છે કે ખોટા તે લખો**  ૫

૧.શુદ્ધ હવા માં નાયટ્રોજન હોતો નથી

૨.વિટામીન ‘સી’ચરબી માં દ્રવ્ય છે

૩.લોહીમાંના ઓક્સીજન અને કાર્બન ડાયોક્સાઈડ ની આપલે હૃદય માં થાય છે

૪.મગજ માંથી ૧૧ જોડી નર્વ નીક્ળે છે

૫.૨૦ લીટર પાણી માં ક્લોરીનની ૨ ટેબ્લેટ નાખવામાં આવે છે