

## NUTRITION, DIET THERAPY AND CHILD CARE

### Semester - VI

Time Allowed : 3 Hours]

[Maximum Marks : 45

**Note :** The candidates are required to attempt two questions each from Section A and B carrying 6½ marks each and the entire Section C consisting of 9 short answer type questions carrying 2 marks each.

#### Section - A

1. What do you understand by 'Balanced Diet' ? What points will you consider while planning balanced diet ?
2. What is meal planning ? Discuss various factors affecting meal planning.
3. What is normal diet ? How can it be modified for a particular group ?
4. What are the dietary requirement of a patient of Diabetes and why ?

#### Section - B

5. Write a detailed note on pregnancy.
6. What is meant by weaning and which foods are ideal for this ?
7. Stealing is a common behavioural problem among children. Discuss.
8. Discuss various digestive disturbances among children.

#### Section - C

9. Write short notes on the following :
  1. What type of diet should be given to a person suffering from typhoid ?
  2. Shift Diet.
  3. Explain Constipation.
  4. Nutritional requirements of a preschool child.
  5. Symptoms of high blood pressure
  6. Thumb Sucking.
  7. Precautions for bottle feeding.
  8. Symptoms of viral fever.
  9. What points are kept in mind while planning meal for a lactating mother ?

#### Punjabi Version

ਨੋਟ : ਭਾਗ ਅ ਅਤੇ ਏ ਵਿਚੋਂ ਦੋ-ਦੋ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੇ 6½ ਅੰਕ ਹਨ। ਭਾਗ ਓ ਸਾਰਾ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਿਚ 9 ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2-2 ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਹਨ।

#### ਭਾਗ : ਓ

1. ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਇਸ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖੋਗੇ ?
2. ਆਹਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

3. ਸਾਧਾਰਨ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਰਗ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ?
4. ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀ ਲਈ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ?

ਭਾਗ - ਅ

5. ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਨੋਟ ਲਿਖੋ ।
6. ਵੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਕਿਹੜੇ-ਭੋਜਨ ਸਹੀ ਹਨ ?
7. ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਚੋਰੀ ਕਰਨਾ ਇਕ ਵਿਹਾਰਕ ਸਮੱਸਿਆ ਇਕ ਪ੍ਰਚਲਤ ਕਿਸਮ ਹੈ ? ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ ।
8. ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਪਾਚਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ।

ਭਾਗ - ਬ

9. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ 'ਤੇ ਸੰਖੇਪ ਨੋਟ ਲਿਖੋ :
  1. ਟਾਈਫਾਇਡ ਦੇ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਹਾਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?
  2. ਨਰਮ ਆਹਾਰ
  3. ਕਬਜ਼
  4. ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਜ਼ਰੂਰਤ
  5. ਉੱਚ ਰਕਤਚਾਪ ਦੇ ਲੱਛਣ
  6. ਅੰਗੂਠਾ ਚੂਸਨਾ
  7. ਬੇਤਲ ਨਾਲ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ
  8. ਵਾਇਰਲ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਲੱਛਣ
  9. ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਮਾਤਾ ਦੇ ਆਹਾਰ-ਯੋਜਨ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀਆਂ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?