पाठ – 7

स्वास्थ्य

वस्तुनिष्ठ प्रश्न

प्रश्न 1. मां के दूध से नवजात शिशु को प्राप्त होने वाली प्रतिरक्षा है:-

(A) प्राकृतिक प्रतिरक्षा

(B) उपार्जित प्रतिरक्षा

(C) दोनों

(D) कोई नहीं

प्रश्न 2. टी .बी के रोग से बचाव हेतु टीका लगाया जाता है –

(A) बी.सी.जी

(B) टी.टी

(C) डी.पी.टी

(D) खसरा

प्रश्न 3. अच्छे मानसिक स्वास्थ्य के लक्षण है-

(A) अपनी भावनाओं पर नियंत्रण

(B) अपनी क्षमता के प्रति आत्मविश्वास

(C) इच्छाओं आकांक्षाओं लक्ष्य तथा विचारों में संतुलन होना

(D) उपर्युक्त सभी

प्रश्न 4. शिशु को पोलियो का टीका किस आयु पर दिया जाता है-

(A) 10 सप्ताह

(B) 6 सप्ताह

(C) 1 वर्ष

(D) 2 वर्ष

प्रश्न 5. वह प्रतिरक्षा जो व्यक्ति के जीवन काल के दौरान विकसित होती है कहलाती हैं –

(A) उपार्जित प्रतिरक्षा

(B) प्राकृतिक प्रतिरक्षा

(C) दोनों

(D) इनमें से कोई नहीं

प्रश्न 6. मादक पदार्थों का सेवन करने से कौन-कौन सी समस्या उत्पन्न होती है –

(A) वृक्क का खराब होना

(B) हृदय संबंधी समस्या

(C) दातों का खराब

(D) उपर्युक्त सभी

प्रश्न 7. अच्छे सामाजिक स्वास्थ्य के अंतर्गत शामिल नहीं है–

(A) जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण रखना

(B) दूसरों के साथ अच्छा व्यवहार

(C) मोहक व्यक्तित्व

(D) व्यक्ति का पाचन तंत्र अच्छा रहना

प्रश्न 8. स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों में शामिल है–

(A) संतुलित आहार

(B) व्यक्तिगत स्वच्छता

(C) व्यायाम

(D) उपर्युक्त सभी

प्रश्न 9. प्लस पोलियो के लिए दिन चुना गया है-

(A) बुधवार

(B) रविवार

(C) शुक्रवार

(D) मंगलवार

प्रश्न 10. भोजन को खराब होने से बचाने के लिए भोजन के भंडारण के दौरान क्या क्या सावधानियां अपनानी चाहिए –

(A) भंडारण का स्थान सुखा व साफ हो ।

(B) कच्ची सामग्री तथा पकाए गए भोजन को रेफ्रिजरेटर में रखना ।

(C) कीड़े मकोड़ों व चूहों आदि से सुरक्षा ।

(D) उपर्युक्त सभी।