Teachingninja.in

Latest Govt Job updates

Private Job updates

Free Mock tests available

Visit - teachingninja.in

UPSSSC
ANM
Previous Year Paper
08 May, 2022

Teachingninja.in

प्रश्न पुस्तिका क्रमांक
Question Booklet No.

9506332

प्रश्न पुस्तिका / QUESTION BOOKLET

F2

प्रश्न पुस्तिका सिरीज
Question Booklet Series

D

समय / Time : 02 घंटे / Hours | पूर्णांक / Maximum Marks : 100

निर्देश

1. कृपया अपना अनुक्रमांक, प्रश्न पुस्तिका क्रमांक, पंजीयन सं., परीक्षा केन्द्र कोड, प्रश्न पुस्तिका सिरीज तथा परीक्षा तिथि को ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक में सावधानीपूर्वक सही भरें । गलत प्रविष्टियां भरने पर अभ्यर्थी स्वयं उत्तरदायी होगा ।
2. परीक्षा प्रारम्भ होते ही प्रश्न पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक को भली-भांति जाँच कर यह सुनिश्चित कर लें कि प्रश्न पुस्तिका में प्रश्न क्रमांक 1 से अंतिम क्रमांक 100 तक सभी प्रश्न क्रमवार मुद्रित हैं एवं प्रश्न पुस्तिका में सभी पृष्ठ मौजूद हैं । किसी भी प्रकार की विसंगति होने पर प्रश्न पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक अंतरीक्षक से बदलवा लें । परीक्षा प्रारम्भ होने के 5 मिनट के पश्चात् ऐसी स्थिति में किसी आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जायेगा ।
3. सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए । सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।
4. प्रत्येक प्रश्न का केवल एक ही उत्तर दीजिए । ओवरराइटिंग और एक से अधिक उत्तर देने की दशा में प्रश्न के उत्तर को गलत माना जाएगा तथा ऐसे प्रत्येक उत्तर के लिए एक-चौथाई अंक काटा जाएगा । प्रश्न को अनुत्तरित छोड़ने पर शून्य अंक दिया जाएगा ।
5. प्रत्येक प्रश्न के चार वैकल्पिक उत्तर दिये गये हैं, जिन्हें क्रमशः (A), (B), (C), (D) अंकित किया गया है । अभ्यर्थी को सही उत्तर निर्दिष्ट करते हुए उनमें से केवल एक गोले अथवा बबल को ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक पर काले/नीले बॉल प्वाइंट पेन से भरना है ।
6. कैलकुलेटर, मोबाइल फोन/ब्लूटूथ डिवाइस अथवा अन्य किसी इलेक्ट्रॉनिक यंत्र का परीक्षा हॉल में प्रयोग पूर्णतया वर्जित है । यदि किसी अभ्यर्थी के पास ऐसी कोई वर्जित सामग्री मिलती है तो उसके विरुद्ध नियमानुसार कठोर कार्यवाही की जायेगी ।
7. यदि किसी प्रश्न के हिन्दी एवं अंग्रेजी रूपान्तरों में किसी प्रकार की कोई मुद्रण या तथ्यात्मक प्रकार की अस्पष्टता/त्रुटि हो तो प्रश्न का अंग्रेजी रूपान्तरण मान्य होगा ।
8. अभ्यर्थी परीक्षा-भवन छोड़ने से पहले ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक की सभी तीनों प्रतियाँ अलग किये बिना अंतरीक्षक को सौंप दें, अन्यथा अभ्यर्थी उचित दण्ड/वैधानिक कार्यवाई के पात्र होंगे । ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक की अभ्यर्थी प्रति अंतरीक्षक द्वारा अलग करके अभ्यर्थी को दे दी जायेगी ।
9. परीक्षा समाप्ति के उपरान्त अभ्यर्थी अपनी प्रयुक्त प्रश्न पुस्तिका अपने साथ ले जा सकते हैं ।

INSTRUCTIONS

1. Please correctly fill your entries i.e. Roll No., Question Booklet No., Registration No., Exam Centre Code, Question Booklet Series and Date of Examination in the OMR Answer Sheet. Candidate himself/herself will be responsible for filling wrong entries.
2. At the start of the examination check your Question Booklet and OMR Answer Sheet and ensure that all the questions from S.No. 1 to last S.No. 100 are printed and all the pages are present in the Question Booklet. In case of any discrepancy the candidate should replace the Question Booklet and OMR Answer Sheet from the invigilator. No objection in this regard will be entertained after five minutes of start of examination.
3. Answer all questions. All questions carry equal marks.
4. Only one answer is to be given for each question. Overwriting and marking multiple answers will be considered as wrong answers and **1/4 mark will be deducted for each such answer**. Leaving a question unanswered will get zero mark.
5. Each question has four alternative responses marked serially as (A), (B), (C), (D). You have to darken only one circle or bubble indicating the correct answer on the OMR Answer Sheet using **BLACK/BLUE BALL POINT PEN**.
6. Use of Calculator, Mobile Phone/Bluetooth devices or any other electronic gadget in the examination hall is strictly prohibited. If any such prohibited material found with any candidate, strict action will be taken against him/her as per rule.
7. If there is any sort of ambiguity/mistake either of printing or factual nature in Hindi and English Version of the question, the English Version will be treated as standard.
8. Before leaving the Examination Hall candidate must hand over all the three copies of OMR Answer Sheet to the invigilator without separating them, otherwise candidate will be liable for appropriate penal/legal action. Invigilator will hand over the candidate's copy of OMR Answer Sheet to the candidate after separating it.
9. After the exam is over the candidates can take their used Question Booklet along with them.

इस प्रश्न पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक कहा न जाए। / Do not open this Question Booklet until you are asked to do so.

Teachingninja.in

1. भारत में शरीर में भोजन से आयरन के कम अवशोषण का कौन सा कारण है ?
(A) भोजन के साथ चाय लेना
(B) केवल शाकाहारी भोजन लेना
(C) रोजाना गेहूँ लेना
(D) प्रतिदिन चावल लेना

Which is the cause of less absorption of iron in body from food in India ?
(A) Taking tea with food
(B) Taking only vegetarian food
(C) Taking wheat daily
(D) Taking the rice daily

2. किस विटामिन को रक्तस्राव रोधी विटामिन के रूप में जाना जाता है ?
(A) विटामिन ए (B) विटामिन बी
(C) विटामिन ई (D) विटामिन के

Which vitamin is known as the anti hemorrhagic vitamin ?
(A) Vitamin A (B) Vitamin B
(C) Vitamin E (D) Vitamin K

3. बाँझपन किस विटामिन की कमी से होता है ?
(A) विटामिन डी (B) विटामिन ए
(C) विटामिन ई (D) विटामिन बी

The sterility occurs from which vitamin's deficiency ?
(A) Vitamin D (B) Vitamin A
(C) Vitamin E (D) Vitamin B

4. विटामिन डी की कमी से कौन सा रोग होता है ?
(A) पेलाग्रा (B) सूखी बेरी बेरी
(C) ऑस्टियोमैलेशिया (D) रतौंधी

Which disease is caused by the deficiency of Vitamin D ?
(A) Pellagra
(B) Dry berry berry
(C) Osteomalecia
(D) Night-blindness

5. छह माह बाद शिशु का पूरक आहार शुरू करने के लिए एएनएम (ANM) को माँ को क्या सिखाना चाहिए ?
(A) कम से कम 2 साल तक स्तनपान जारी रखें
(B) स्तनपान बंद करें
(C) तला हुआ भोजन से पूरक भोजन शुरू करें
(D) कच्चे भोजन से शुरू करें

What should ANM teach mother for starting the supplementary food of the baby after six months ?
(A) Continue breast-feeding for atleast 2 years
(B) Discontinue breast-feeding
(C) Start supplementary food with the fried food
(D) Start with the raw food

6. 5 साल से कम उम्र के बच्चों के लिए पोषण का क्या महत्व है ?
(A) बच्चे की तेजी से वृद्धि और विकास
(B) बच्चा जंक फूड नहीं ले सकता
(C) यह अर्थव्यवस्था को प्रभावित करेगा
(D) यह माँ पर निर्भर है

What is the importance of nutrition for the children under the age of 5 ?
(A) Rapid growth and development of child
(B) Child cannot take the junk food
(C) It will affect the economy
(D) It is dependent on mother

7. एंथ्रोपोमेटरी सर्वे में एएनएम को क्या करना चाहिए ?
(A) भौतिक मापन लें
(B) बुद्धि लब्धि का मापन करें
(C) आर्थिक सर्वेक्षण लें
(D) सामाजिक स्थिति को मापें

What ANM should do in the anthropometry survey ?
(A) Take the physical measurement
(B) Take the intelligence quotient
(C) Take the economic survey
(D) Measure the social status

Teachingninja.in

8. एएनएम को व्यक्तिगत स्वच्छता क्यों सीखनी चाहिए ?

(A) बीमार व्यक्ति की स्वच्छता का ख्याल रखना
(B) स्वस्थ व्यक्ति की देखभाल करने के लिए
(C) उसे खुद को तैयार करने के लिए
(D) कीटाणु–नाशक तकनीक बनाए रखने के लिए

Why ANM should learn the personal hygiene ?

(A) To take care the hygiene of sick person
(B) To care the healthy person
(C) To groom her/himself
(D) To maintain aseptic technique

9. उदर के कौन से भाग हैं ?

(A) फंडस, बैक, पाइलोरस
(B) फंडस, बॉडी, पाइलोरस
(C) एपेक्स, बॉडी, पाइलोरस
(D) फंडस, बॉडी, पाईल

Which are the parts of the stomach ?

(A) fundus, back, pylorus
(B) fundus, body, pylorus
(C) apex, body pylorus
(D) fundus, body, pile

10. मानव शरीर में कौन सा अंग एंजाइम लाइपेज उत्पन्न करता है ?

(A) यकृत (B) पित्ताशय
(C) फेफड़े (D) अग्न्याशय

Which organ in human body produces enzyme lipase ?

(A) Liver (B) Gall-bladder
(C) Lungs (D) Pancreas

11. फेफड़ों की बाहरी आवरण परत को क्या कहते हैं ?

(A) फुफ्फुसावरण
(B) श्लेष्म झिल्ली
(C) श्वासनलियाँ
(D) ब्रोन्कियल

What is called the covering of outer layer of lungs ?

(A) Pleura
(B) Mucus membrane
(C) Bronchi
(D) Bronchials

12. मैस्टिकेशन क्या है ?

(A) चबाने का कार्य (B) पचाने का कार्य
(C) निगलने का कार्य (D) नष्ट करने का कार्य

What is mastication ?

(A) Act of chewing
(B) Act of digesting
(C) Act of gulping
(D) Act of eliminating

13. मूत्र पथ के संक्रमण को रोकने के लिए कौन सी स्वास्थ्य शिक्षा दी जानी चाहिए ?

(A) जितना हो सके मूत्र को रोकें
(B) प्राइवेट पार्ट को न धोएँ
(C) लंबे समय तक मूत्र को रोककर न रखें
(D) जघन बाल नहीं काटना

Which health education should be given to prevent the urinary tract infection ?

(A) hold the urine as much as possible
(B) do not wash the private part
(C) do not hold the urine for long time
(D) do not cut the pubic hair

14. अनुचित त्वचा स्वच्छता के कारण, ऐसा क्या होता है जिससे त्वचा में संक्रमण हो जाता है ?

(A) पसीने की ग्रंथियों के छिद्रों का बंद / जाम होना
(B) त्वचा के बालों का टूटना
(C) त्वचा का सूखना
(D) त्वचा का फटना

Due to improper skin hygiene, what happens that causes skin infection ?

(A) Clogging of opening of the sweat glands
(B) Breaking of skin hairs
(C) Drying of the skin
(D) Cracking of the skin

Teachingninja.in

15. निम्नलिखित में से कौन मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की विशेषताओं में से एक है ?
(A) अधिक रक्षात्मक प्रतिक्रिया का उपयोग
(B) लगातार अतीत में रहना
(C) खुद की सीमा की उपेक्षा
(D) अच्छी दोस्ती और रिश्ते

Which of the following is one of the characteristics of the mentally healthy person ?
(A) Use of more defense mechanism
(B) Living in the past constantly
(C) Neglecting own limitation
(D) Good friendships and relationships

16. एक सहज प्रतिक्रिया जो मन अनजाने में ऐसी स्थिति से निपटने के लिए उपयोग करता है जो चिंता या संकट का कारण बनती है, क्या कहलाती है ?
(A) रक्षात्मक प्रतिक्रिया
(B) तनाव प्रबंधन
(C) पलायन अनुक्रिया
(D) सुपर ईगो

What is an innate response that the mind unconsciously uses to cope with a situation that causes anxiety or distress, called ?
(A) Defence mechanism
(B) Stress management
(C) Flight response
(D) Super ego

17. गलत समायोजन की कौन-सी विशेषताएँ हैं ?
(A) वापसी, स्कूल अस्वीकृति, नशीली दवाओं का दुरुपयोग/नशा करना
(B) स्वीकृति, दैनिक जीवन कार्य, मिजाज बदलना
(C) हंसना, मिजाज बदलना
(D) उच्च मनोबल मूल्य, बालों की देखभाल

Which are the characteristics of the mal adjustment ?
(A) withdrawal, school rejection, drug abuse
(B) acceptance, daily life work, mood swings
(C) laughing, mood swings
(D) high morale values, hair care

18. किस स्तर की रोकथाम में बचपन में स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देना शामिल है ?
(A) तृतीयक रोकथाम
(B) द्वितीयक रोकथाम
(C) प्राथमिक रोकथाम
(D) मूल/प्रारम्भिक संक्रमण

Which level of prevention includes promoting a healthy life style in childhood ?
(A) Tertiary prevention
(B) Secondary prevention
(C) Primary prevention
(D) Primordial infection

19. निम्नलिखित में से किस चरण को संचरण के चैनल को अवरुद्ध करने का चरण माना जा सकता है ?
(A) खाद्य स्वच्छता के मानकों में सुधार
(B) रोग की अधिसूचना
(C) रोग की निगरानी
(D) बीमार व्यक्ति के प्रयोगशाला परीक्षण

From the following which step can be considered as the step of blocking the channel of transmission ?
(A) Improving the standards of food hygiene
(B) Notification of the disease
(C) Surveillance of the disease
(D) Lab tests of the sick person

20. कुकर खांसी (pertussis/whooping cough) के संचरण का तरीका क्या है ?
(A) संपर्क
(B) छोटी बूंद/ ड्रोपलैट
(C) प्रत्यक्ष
(D) अप्रत्यक्ष

What is the mode of transmission of pertussis/whooping cough ?
(A) Contact (B) Droplet
(C) Direct (D) Indirect

Teachingninja.in

21. खसरा का कारक जीव क्या है ?

(A) स्ट्रेप्टोकोकल बैसिली

(B) ई. कोलाई

(C) ग्राम नकारात्मक स्ट्रेप्टोकोकल बैसिली

(D) 1 सीरोटाइप के साथ सिंगल स्ट्रैंडेड, आच्छादित आरएनए वायरस

Which is the causative organism of measles ?

(A) Streptococcal bacilli

(B) E. coli

(C) Gram negative Streptococcal bacilli

(D) Single-stranded, enveloped RNA virus with 1 serotype

22. क्षय रोग का मुख्य लक्षण क्या है ?

(A) 3 सप्ताह से अधिक खांसी

(B) कभी-कभी खांसी

(C) केवल रात के समय में खांसी

(D) हल्की खांसी

What is the main sign of the tuberculosis ?

(A) Coughing more than 3 weeks

(B) Coughing occasionally

(C) Coughing only at night time

(D) Mild coughing

23. रोगी के इतिहास को एकत्र करने में डेटा का प्राथमिक स्रोत कौन है ?

(A) रोगी के रिश्तेदार

(B) रोगी की केस फाइल

(C) स्वास्थ्य देखभाल टीम के सदस्य

(D) खुद रोगी

Who is the primary source of data in collecting the patients' history ?

(A) patient's relatives

(B) case file of patient

(C) members of health care team

(D) patient himself

24. हाइपोक्सिमिया क्या है ?

(A) रक्त में ऑक्सीजन का निम्न स्तर

(B) शरीर में ऑक्सीजन का निम्न स्तर

(C) शरीर में रक्त का निम्न स्तर

(D) रक्त में कार्बन डाइऑक्साइड का निम्न स्तर

What is hypoxemia ?

(A) Low level of oxygen in blood

(B) Low level of oxygen in body

(C) Low level of blood in body

(D) Low level of carbon dioxide in blood

25. शारीरिक परीक्षण के दौरान फेफड़ों की आवाज का आकलन करने के लिए किस विधि का प्रयोग किया जाता है ?

(A) अवलोकन (B) परिस्पर्शन

(C) आघात (D) ऑस्केल्टेशन

For assessing the lung sounds during physical examination, which method is used ?

(A) Observation (B) Palpation

(C) Percussion (D) Auscultation

26. पेट की शारीरिक जाँच के दौरान, एक नर्स कैसे पहचानेगी कि पेट में तरल पदार्थ या गैस या ठोस भरा है ?

(A) अवलोकन द्वारा

(B) ऑस्केल्टेशन द्वारा

(C) कानों से ध्वनि सुनने से

(D) आघात से

During physical examination of abdomen, how a nurse would identify whether it is filled with fluid or gas or solid ?

(A) By observation

(B) By auscultation

(C) By listening the sound by ears

(D) By percussion

27. कमजोर, स्पर्श द्वारा मालूम करने में मुश्किल नाड़ी को क्या कहते हैं ?

(A) अनियमित (B) थ्रेडी

(C) बिगेमिनल (D) डाइक्रोटिक

What is a weak, difficult to palpate pulse called ?

(A) Irregular (B) Thready

(C) Bigeminal (D) Dicrotic

Teachingninja.in

28. निम्नलिखित में से कौन गर्भपात का सिक्वुला है ?
(A) बांझपन (B) रक्तस्राव
(C) गर्भाशय वेध (D) ग्रीवा की चोट
Which one of the following is the sequelae of abortion ?
(A) Infertility
(B) Haemorrhage
(C) Uterine perforation
(D) Cervical injury

29. उस स्थिति के लिए किस शब्दावली का प्रयोग किया जाता है जहाँ रोगी को लेटते समय सांस लेने में कठिनाई महसूस होती है ?
(A) एपनिया (B) स्लीप एपनिया
(C) ऑर्थोपनिया (D) डिस्पनिया
What is the terminology used for condition where patient feels breathing difficulty when lying down ?
(A) Apnea (B) Sleep apnea
(C) Orthopnea (D) Dyspnea

30. संक्रामक रोग से ग्रसित रोगी द्वारा कमरे या भवन को खाली करने के बाद कीटाणुरहित करना क्या कहलाता है ?
(A) कीटाणुशोधन
(B) टर्मिनल कीटाणुशोधन
(C) एसेप्सिस
(D) कीटाणुनाशक तकनीक
What is the disinfection of a room or building after it has been vacated by a patient who had a contagious disease, called as ?
(A) Disinfection
(B) Terminal disinfection
(C) Asepsis
(D) Aseptic technique

31. भ्रूण के जीवनक्षम होने से पहले गर्भावस्था की समाप्ति को कहा जाता है :
(A) प्रत्यारोपण (B) गर्भपात
(C) ओव्यूलेशन (D) प्रसव
Termination of pregnancy before fetus becomes viable is called
(A) Implantation (B) Abortion
(C) Ovulation (D) Labour

32. एनआईपीआई की गाइडलाइन के अनुसार गर्भावस्था के दौरान आयरन की गोलियाँ किस महीने से शुरू की जाती हैं ?
(A) तीसरा (B) चौथा
(C) पाँचवा (D) छठा
According to NIPI guideline, from which month the iron tablets are started during pregnancy ?
(A) 3rd (B) 4th
(C) 5th (D) 6th

33. एमटीपी अधिनियम, 1971 के भारतीय कानून के अनुसार, गर्भपात की अनुमति केवल किस सप्ताह तक है ?
According to Indian Law of MTP Act, 1971, abortion is allowed only upto which weeks ?
(A) 10 (B) 24
(C) 20 (D) 28

34. कौन सा हाइपरएमेसिस ग्रेविडेरम के लिए प्रवर्तनपूर्व कारक नहीं है ?
(A) एकाधिक गर्भावस्था
(B) प्राइमी पैरा
(C) पहली तिमाही
(D) कुपोषण
Which is NOT the predisposing factor for Hyperemesis Gravidarum ?
(A) Multiple pregnancy
(B) Primi para
(C) First Trimester
(D) Malnutrition

35. प्लेसेंटा प्रेविया कितने प्रकार के होते हैं ?
How many types of Placenta Previa are there ?
(A) 1 (B) 2
(C) 3 (D) 4

Teachingninja.in

36. प्रसव के दौरान संक्रमण को रोकने के लिए कितने 'क्लीन्स' की जाँच करनी पड़ती है ?

How many 'cleans' have to be checked in order to prevent infection during labour ?

(A) 3 (B) 5
(C) 7 (D) 9

37. APGAR स्कोर 4-6 को नवजात में क्या माना जाता है ?

(A) शून्य
(B) गंभीर तनाव
(C) हल्का तनाव
(D) कोई अवसाद नहीं

APGAR score of 4-6 is considered as what in new born ?

(A) Nill
(B) Severe depression
(C) Mild depression
(D) No depression

38. नवजात शिशु के शरीर का तापमान बनाए रखने के लिए क्या प्रोत्साहित करना चाहिए ?

(A) माँ के साथ त्वचा से त्वचा का संपर्क
(B) बच्चे को रबड़ शीट पर रखना
(C) बच्चे को खिड़कियों के पास रखना
(D) बच्चे को ठंडी दीवारों के पास रखना

In order to maintain body temperature of new born, what has to be encouraged ?

(A) Skin-to-skin contact with mother
(B) Putting baby on rubber sheet
(C) Keeping baby near windows
(D) Putting baby near the cold walls

39. प्रसव के दौरान कीटाणुरहित उपकरणों और गर्भनाल बंधन का उपयोग करके नवजात शिशु में किस रोग को रोका जा सकता है ?

(A) हेपेटाइटिस (B) एनीमिया
(C) टेटनस (D) नेत्रश्लेष्मला शोथ

Which disease can be prevented in the newborn by using sterilized instruments and cord ties during delivery ?

(A) hepatitis (B) anemia
(C) tetanus (D) conjunctivitis

40. निम्नलिखित में से किसे गर्भधारण का सकारात्मक संकेत माना जाता है ?

(A) भ्रूण संचलन (B) गर्भाशय का परिवर्तन
(C) स्तन परिवर्तन (D) मॉर्निंग सिकनेस

Out of the following, which is considered as the positive sign of pregnancy ?

(A) Fetal movement
(B) Change of the uterus
(C) Breast change
(D) Morning sickness

41. पार्टोग्राफ में, गर्भाशय का फैलाव किस प्रतीक द्वारा दर्शाया गया है ?

In partograph, dilatation of uterus is depicted by which symbol ?

(A) X (B) Y
(C) Z (D) A

42. बच्चे की डिलीवरी प्रसव के किस चरण में होती है ?

(A) पहला चरण (B) दूसरा चरण
(C) तीसरा चरण (D) चौथा चरण

Delivery of baby happens in which stage of labour ?

(A) 1st stage (B) 2nd stage
(C) 3rd stage (D) 4th stage

43. निम्नलिखित में से कौन प्रसव के चौथे चरण के प्रबंधन के रूप में नहीं किया जाता है ?

(A) मां को पेरिनियल वॉश देना
(B) रक्तस्राव, नाड़ी और रक्तचाप का आकलन करने के लिए
(C) मां की त्वचा के रंग और बच्चे की स्थिति का निरीक्षण करने के लिए
(D) प्लेसेंटा और गर्भनाल का आकलन करने के लिए

Which of the following is NOT done as the management of 4th stage of labour ?

(A) To give perineal wash to mother
(B) To assess for bleeding, pulse and blood pressure
(C) To observe mother's skin colour and baby's condition
(D) To assess placenta and umbilical cord

Teachingninja.in

44. ओलिगोहाइड्राम्निओस क्या है ?

(A) एमनियोटिक द्रव 1500 मिलीलीटर से अधिक है।
(B) एमनियोटिक द्रव 1500 मिलीलीटर से कम है।
(C) एमनियोटिक द्रव 300 मिलीलीटर से कम है।
(D) एमनियोटिक द्रव 300 मिलीलीटर से अधिक है।

What is Oligohydramnios ?

(A) Amniotic fluid is more than 1500 ml.
(B) Amniotic fluid is less than 1500 ml.
(C) Amniotic fluid is less than 300 ml.
(D) Amniotic fluid is more than 300 ml.

45. गर्भावस्था के 36 सप्ताह में, गर्भाशय कोष शरीर के किस अंग में पहुंचता है ?

(A) सिम्फिसिस प्यूबिस
(B) जिफिस्टर्नम
(C) नाभि और जिफिस्टर्नम के बीच
(D) नाभि

At 36 weeks of pregnancy, uterine fundus reaches which part of body ?

(A) Symphysis pubis
(B) Xiphisternum
(C) Between umbilicus and xiphisternum
(D) Umbilicus

46. पेल्विक नस में दबाव के कारण, गर्भावस्था में आमतौर पर कौन सा संकेत मिलता है ?

(A) पीठ दर्द (B) वैरिकाज़ नस
(C) कब्ज (D) हृद जलन

Due to pressure in the pelvic vein, which sign is usually found in pregnancy ?

(A) Back ache (B) Varicose Vein
(C) Constipation (D) Heart burn

47. प्लेसेंटा पूरी तरह से किस सप्ताह में बनता है ?

At which week, placenta is completely formed ?

(A) 6 (B) 8
(C) 10 (D) 12

48. मासिकधर्म चक्र का कौन सा चरण है जहाँ एंडोमेट्रियम अधिक संवहनी हो जाता है और बहना शुरू हो सकता है ?

(A) पुनर्योजी चरण (B) प्रोलिफेरेटिव चरण
(C) स्रावी चरण (D) मासिक धर्म चरण

Which is the phase of menstrual cycle where the endometrium becomes more vascular and may start to shed ?

(A) Regenerative phase
(B) Proliferative phase
(C) Secretory phase
(D) Menstruation phase

49. मासिक धर्म की स्वच्छता बनाए रखने के लिए कितने घंटों में शोषक सैनिटरी पैड बदलने की सलाह दी जाती है ?

(A) हर 2 घंटे (B) हर 4 घंटे
(C) हर 1 घंटे (D) हर 8 घंटे

It is advised to change absorbent sanitary pads in how many hours to maintain menstrual hygiene ?

(A) Every 2 hourly
(B) Every 4 hourly
(C) Every 1 hourly
(D) Every 8 hourly

50. निम्नलिखित में से कौन सी स्थिति है जिसके तहत एमटीपी अधिनियम के तहत गर्भावस्था को समाप्त किया जा सकता है ?

(A) जुड़वाँ गर्भावस्था
(B) भ्रूण के स्वस्थ होने की संभावना
(C) बच्चे के गंभीर विकलांगता के साथ पैदा होने का जोखिम
(D) सिजेरियन सेक्शन द्वारा प्रसव का जोखिम

Out of the following, which is the condition under which a pregnancy can be terminated under MTP Act ?

(A) Twin pregnancy
(B) Probability of being fetus healthy
(C) Risk of the child being born with serious handicap
(D) Risk of delivery by cesarion section

Teachingninja.in

51. गर्भकालीन मधुमेह वाली गर्भवती महिला में कौन से लक्षण दिखाई दे सकते हैं ?

(A) भ्रूण का अधिक वजन

(B) भ्रूण का कम वजन

(C) सामान्य प्रसव

(D) सामान्य प्लेसेंटा

Which symptom may be seen in the pregnant woman with the gestational diabetes ?

(A) High weight of the fetus

(B) Low weight of fetus

(C) Normal delivery

(D) Normal placenta

52. कौन सा एक स्कूल स्वास्थ्य सेवा का पहलू नहीं है ?

(A) स्कूली बच्चों और स्कूल कर्मियों का स्वास्थ्य मूल्यांकन

(B) स्वस्थ स्कूल वातावरण

(C) पोषण सेवाएँ

(D) किशोर प्रजनन और स्वास्थ्य के लिए सेवा

Which one is NOT the aspect of School Health Service ?

(A) Health Appraisal of school children and school personnel

(B) Healthy school environment

(C) Nutritional Services

(D) Adolescent Reproduction and Service for Health

53. स्कूल स्वास्थ्य कार्यक्रम के तहत पोषण सेवा का एक हिस्सा क्या है ?

(A) विद्यालय में मिड-डे मील

(B) प्राथमिक चिकित्सा के लिए शिक्षक का प्रशिक्षण

(C) व्यक्तिगत स्वच्छता

(D) पर्यावरणीय स्वास्थ्य

What is one of the part of nutrition service under School Health Program ?

(A) Mid-Day Meal at School

(B) Teacher's Training for First Aid

(C) Personal Hygiene

(D) Environmental Health

54. स्कूल स्वास्थ्य समिति (1961) के अनुसार नर्सरी और माध्यमिक विद्यालयों को सबसे अधिक प्राथमिकता कैसे दी जानी चाहिए ?

(A) बहुमंजिला (B) ट्रिपल मंजिला

(C) दो मंजिला (D) एकल मंजिला

According to School Health Committee (1961), how should be Nursery and Secondary Schools most preferably ?

(A) Multiple storied

(B) Triple storied

(C) Double storied

(D) Single storied

55. एक चिकित्सा अधिकारी को प्रति वर्ष कितने बच्चों को स्कूल स्वास्थ्य कार्यक्रम के तहत कवर करना चाहिए ?

How many children per year should a medical officer cover under School Health Program ?

(A) 1000-2000 (B) 3000-4000

(C) 5000-6000 (D) 7000-8000

56. स्तनपान के प्रति जागरूकता पैदा करने के लिए स्तनपान सप्ताह कब मनाया जाता है ?

(A) मई के पहले सप्ताह

(B) मई के चौथे सप्ताह

(C) अगस्त के पहले सप्ताह

(D) अगस्त के चौथे सप्ताह

In order to create the awareness of breast-feeding, when is Breast-Feeding Week celebrated ?

(A) 1st week of May

(B) 4th week of May

(C) 1st week of August

(D) 4th week of August

Teachingninja.in

57. जब शिशु बिना किसी अतिरिक्त भोजन या पेय के केवल माँ का दूध प्राप्त करता है, यहाँ तक कि पानी भी नहीं, तो किस शब्द का प्रयोग किया जाता है ?

(A) अत्यधिक स्तनपान
(B) विशेष/ अनन्य स्तनपान
(C) प्रारंभिक स्तनपान
(D) इनमें से कोई नहीं

What is the term used when the infant only receives breast milk without any additional food or drink, not even water ?

(A) Extreme Breast-feeding
(B) Exclusive Breast-feeding
(C) Early Breast-feeding
(D) None of these

58. स्तनपान के फायदों में से कौन सा नहीं है ?

(A) स्नेह बंधन और विकास में मदद करता है
(B) एक नई गर्भावस्था में देरी में मदद करता है
(C) कृत्रिम पोषण से अधिक महँगा है।
(D) संक्रमण से बचाता है

Which is NOT one of the advantages of breast-feeding ?

(A) Helps bonding and development
(B) Helps delay a new pregnancy
(C) Costs more than artificial feeding
(D) Protects against infection

59. निम्नलिखित में से, बच्चे को स्तनपान के लिए रखने का कौन सा तरीका उपयुक्त है ?

(A) केवल गर्दन पकड़ें
(B) बच्चे के निचले हिस्से को पकड़ें
(C) बच्चे को सीधे स्थिति में पकड़ें
(D) पूरे शरीर को सहारा देकर बच्चे को पकड़ें

From following, which is the appropriate method of holding the baby for breast-feeding ?

(A) hold only neck
(B) hold baby's lower part
(C) hold baby in upright position
(D) hold baby giving support to whole body

60. सिरिंज का वह भाग जहाँ सुई सिरिंज के साथ फिट होती है, कहलाता है

(A) नोजल (B) बैरल
(C) पिस्टन (D) स्टाइलेट

The part of the syringe where the needle fits with the syringe is called

(A) Nozzle (B) Barrel
(C) Piston (D) Stylet

61. कोलोस्ट्रम के बाद आने वाले स्तन के दूध को क्या कहते हैं ?

(A) पोस्ट कोलोस्ट्रम
(B) अवस्थापरिवर्तनकालिक दूध
(C) अग्र दूध
(D) पश्च दूध

The breast milk which comes after colostrum is called

(A) Post colostrum
(B) Transitional milk
(C) Fore milk
(D) Hind milk

62. यदि दवा को जीभ के नीचे रखा जाए तो उस मार्ग को क्या कहते हैं ?

(A) अंतःश्वसन
(B) टपकाना
(C) सबलिंगुअल/अधोजिह्वा
(D) स्थानीय

If the medicine is kept under the tongue, then that route is called what ?

(A) Inhalation (B) Instillation
(C) Sublingual (D) Topical

63. दवाई देने से पहले कितनी बार इसकी जाँच की जानी चाहिए ?

(A) 1 बार (B) 2 बार
(C) 3 बार (D) 4 बार

How many times the drug should be checked before its administration ?

(A) 1 time (B) 2 times
(C) 3 times (D) 4 times

Teachingninja.in

64. बुखार के लिए आमतौर पर कौन सी दवा का उपयोग किया जाता है ?
(A) मेट्रोजिल, ओआरएस, क्लोट्रिमेज़ोल
(B) डोमस्टल, रैनिटिडीन, पेरिनोर्म
(C) सेट्रीजीन, कोल्ड एच, एवील
(D) पैरासिटामोल, डायक्लोफेनाक, एस्पिरिन, मेफेंटामाइन एसिड

Which drugs are commonly used for fever ?
(A) Metrozyl, ORS, Clotrimazole
(B) Domstal, Ranitidine, Perinorm
(C) Cetrizine, Cold ache, Avil
(D) Paracetamol, Diclofenac, Aspirin, Mefentamine acid

65. अधस्त्वचीय इंजेक्शन देते समय सुई का त्वचा से कोण कितना होना चाहिए ?
(A) 30 डिग्री (B) 45 डिग्री
(C) 60 डिग्री (D) इनमें से कोई नहीं

What should be the angle of needle with skin while giving subcutaneous injection ?
(A) 30 degree (B) 45 degree
(C) 60 degree (D) None of these

66. उल्टी का इलाज करने वाली दवा के समूह को क्या कहते हैं ?
(A) कृमिनाशक (B) रेचक
(C) एंटीएमिटिक (D) एंटीबायोटिक

What is the group of drug that is used to treat vomiting called ?
(A) Antihelmentic (B) Laxative
(C) Antiemetic (D) Antibiotic

67. मूत्र की बारंबारता बढ़ाने के लिए प्रयोग की जाने वाली औषधियों के समूह को क्या कहते हैं ?
(A) मूत्रवर्धक (B) रेचक
(C) एंटीएमिटिक (D) एंटीबायोटिक

What is the group of drug that is used for increasing frequency of urine called ?
(A) Diuretics (B) Laxative
(C) Antiemetic (D) Antibiotic

68. कौन सा प्राथमिक चिकित्सा के उद्देश्यों में से एक नहीं है ?
(A) उपचार को लम्बा करने के लिए
(B) जीवन को संरक्षित करने के लिए
(C) आगे की चोट को रोकने के लिए
(D) घायलों को जल्द से जल्द चिकित्सा देखभाल के तहत रखना

Which is NOT one of the objectives of First-Aid ?
(A) To prolong the treatment
(B) To preserve life
(C) To prevent further injury
(D) To put the injured under medical care at the earliest

69. आमतौर पर कोहनी और टखनों जैसे जोड़ों पर बंधी हुई पट्टियों को क्या कहा जाता है ?
(A) कैपलाइन पट्टी
(B) फिगर ऑफ एट
(C) स्पाइका
(D) रिवर्स स्पाइका

What is the type of bandages usually tied at the joints such as elbows and ankles called ?
(A) Capeline bandage
(B) Figure of eight
(C) Spica
(D) Reverse spica

70. नुकीले उपकरणों से लगने वाले घाव को क्या कहते हैं ?
(A) चीरा घाव
(B) फटा हुआ घाव
(C) कुचलने का घाव
(D) छिद्रित घाव

What is the type of wound occurred from sharp instruments called ?
(A) incised wound
(B) lacerated wound
(C) contused wound
(D) punctured wound

Teachingninja.in

71. जन्म से 1 वर्ष की आयु तक के बच्चे को क्या कहा जाता है ?
(A) नियोनेट (B) शिशु
(C) नवजात (D) टोडलर
The child from birth till the age of 1 year is called
(A) Neonate (B) Infant
(C) New-born (D) Toddler

72. बच्चे को डूबने से बचाने के लिए घर पर क्या करना चाहिए ?
(A) सभी जल भंडारण स्थानों को कसकर बंद रखें
(B) घर की पानी की टंकी को खुला रखें
(C) बच्चे को गहरे स्नान टब में खेलने दें
(D) बच्चे के पास पानी से भरे सभी बर्तन रखें
What should be done at home to prevent drowning of child ?
(A) Keep tightly close all the water storage places
(B) Keep open the water tank of home
(C) Allow child to play in deep bath tub
(D) Keep all the vessels full of water near child

73. रूल ऑफ 9 के अनुसार प्राइवेट पार्ट को कितना प्रतिशत आवंटित किया जाता है ?
According to rule of 9, what is the percentage allotted to private part ?
(A) 1% (B) 9%
(C) 18% (D) 36%

74. कौन सा कारक बच्चे की वृद्धि और विकास में महत्वपूर्ण भूमिका नहीं निभाता है ?
(A) आनुवंशिकता (B) पर्यावरण
(C) पोषण (D) पिता का स्वास्थ्य
Which factor DOES NOT play an important role in the growth and development of the child ?
(A) Heredity (B) Environment
(C) Nutrition (D) Father's Health

75. बच्चे में अग्र फॉन्टानेल कब बंद होता है ?
(A) 6–8 सप्ताह (B) 6–8 महीने
(C) 12–18 महीने (D) 12–18 सप्ताह
When does the anterior fontanelle close in the child ?
(A) 6-8 weeks (B) 6-8 months
(C) 12-18 months (D) 12-18 weeks

76. आमतौर पर किस उम्र में एक बच्चे का वजन 3-3.5 किलोग्राम होता है और उसकी ऊँचाई 48-50 सेंटीमीटर होती है ?
(A) 1 महीना (B) 3 महीने
(C) 5 महीने (D) 7 महीने
In which age normally a child weighs 3-3.5 kgs and his height is 48-50 cms ?
(A) 1 month (B) 3 months
(C) 5 months (D) 7 months

77. आंत्र और मूत्राशय (बॉउल एंड ब्लैडर) प्रशिक्षण के लिए उपयुक्त आयु कौन सी है ?
(A) 6 महीने – 1 साल (B) 1-1.5 साल
(C) 1-2 साल (D) 2-3 साल
Which is appropriate age for bowel and bladder training ?
(A) 6 months – 1 year
(B) 1-1.5 years
(C) 1-2 years
(D) 2-3 years

78. एरिक्सन के अनुसार किस उम्र में बच्चे में शर्म और संदेह पैदा हो जाता है ?
(A) 1-3 साल (B) 3-6 साल
(C) 6-12 साल (D) 12-18 साल
In which age shame and doubt develops in the child according to Erickson ?
(A) 1-3 years (B) 3-6 years
(C) 6-12 years (D) 12-18 years

79. किस उम्र में बच्चे में अहंकार का विकास होता है ?
(A) 1-3 साल (B) 3-6 साल
(C) 6-12 साल (D) 12-18 साल
In which age egocentricity develops in the child ?
(A) 1-3 years (B) 3-6 years
(C) 6-12 years (D) 12-18 years

Teachingninja.in

80. निम्नलिखित में से कौन स्वास्थ्य का व्यवहारात्मक निर्धारक है ?

(A) आनुवंशिकता (B) शिक्षा

(C) वायु प्रदूषण (D) धूम्रपान

Which of the following is the behavioural determinant of the health ?

(A) Heredity (B) Education

(C) Air pollution (D) Smoking

81. निम्नलिखित में से कौन स्वास्थ्य निर्धारक के रूप में स्वास्थ्य देखभाल वितरण प्रणाली का पहलू है ?

(A) अप्रभावी कानून और व्यवस्था

(B) यातायात नियमों का पालन नहीं करना

(C) निरक्षरता

(D) प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल

Which of the following is the aspect of the health care delivery system as health determinant ?

(A) Ineffective law and order

(B) Not following traffic rules

(C) Illiteracy

(D) Primary health care

82. निम्नलिखित में से कौन भारत में गैर-संचारी रोग है ?

(A) कुष्ठ रोग (B) कैंसर

(C) तपेदिक (D) हैजा

Which of the following is the non-communicable disease in India ?

(A) Leprosy (B) Cancer

(C) Tuberculosis (D) Cholera

83. एक सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र द्वारा कितने प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों को कवर किया जाता है ?

How many PHCs are covered by one community health centre ?

(A) 4 (B) 6

(C) 8 (D) 10

84. जनसंख्या वृद्धि वर्गीकरण के 5M कौन से हैं ?

(A) मातृत्व, विवाह, मृत्युदर, गतिशीलता, प्रवासन

(B) संचलन, विवाह, मृत्युदर, गतिशीलता, प्रवासन

(C) मातृत्व, मानसिकता, मृत्युदर, गतिशीलता, प्रवासन

(D) मातृत्व, मील, मृत्युदर, गतिशीलता, प्रवासन

Which are the 5M of population growth classification ?

(A) Maternity, Marriage, Mortality, Mobility, Migration

(B) Movement, Marriage, Mortality, Mobility, Migration

(C) Maternity, Mentality, Mortality, Mobility, Migration

(D) Maternity, Mile, Mortality, Mobility, Migration

85. सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारी किस केंद्र पर काम करता है ?

(A) हेल्थ एण्ड वेलनेस सेंटर

(B) प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र

(C) सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र

(D) जिला अस्पताल

The community health officer works at which centre ?

(A) Health and Wellness centre

(B) Primary health centre

(C) Community health centre

(D) District hospital

86. प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र द्वारा कितनी आबादी को कवर किया जाता है ?

How much population does the primary health centre cover ?

(A) 30,000 (B) 40,000

(C) 50,000 (D) 60,000

Teachingninja.in

87. गर्भवती महिला के घर की प्रथम विजिट के दौरान एएनएम को क्या करना चाहिए ?
(A) अस्पताल भेजे
(B) एंटीबायोटिक्स दें
(C) ममता क्लीनिक संचालित करें
(D) हीमोग्लोबिन, मूत्र शर्करा और एल्ब्यूमिन की जाँच करें

What an ANM should do during the first visit to a pregnant woman's home ?
(A) Refer to hospital
(B) Give antibiotics
(C) Operate the MAMTA clinic
(D) Check hemoglobin, urine sugar and albumin

88. भारत में WHO का मुख्यालय कहाँ स्थित है ?
(A) मुंबई (B) कलकत्ता
(C) नई दिल्ली (D) चेन्नई

Where is the headquarters of the WHO in India situated ?
(A) Mumbai (B) Calcutta
(C) New Delhi (D) Chennai

89. यूनिसेफ द्वारा मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य देखभाल के लिए कौन सा कार्यक्रम बनाया गया है ?
(A) गोबी-एफएफएफ
(B) आईसीडीएस
(C) एमसीएच केयर
(D) यूएनएफपीए

Which program is created for the mother and child health care by UNICEF ?
(A) GOBI-FFF (B) ICDS
(C) MCH care (D) UNFPA

90. निम्नलिखित में से कौन सा संगठन दुनिया में लोगों की शिक्षा के लिए काम कर रहा है ?
(A) यूनिसेफ (B) दानीदा
(C) यूनेस्को (D) रेड क्रॉस

Which of the following organizations is working for people's education in world ?
(A) UNICEF (B) DANIDA
(C) UNESCO (D) Red Cross

91. परिवार नियोजन के लिए एएनएम की क्या ज़िम्मेदारी है ?
(A) योग्य जोड़े की जानकारी प्राप्त करें
(B) प्रसवपूर्व माँ को गर्भनिरोधक गोलियाँ दे
(C) बांझपन की जांच
(D) सुरक्षित पानी के संबंध में शिक्षा देना

What is the responsibility of the ANM for the family planning ?
(A) Get information of eligible couple
(B) Give contraceptive pills to the antenatal mother
(C) Check for infertility
(D) Give education regarding safe water

92. एएनएम द्वारा कौन से रजिस्टरों का रखरखाव किया जाना चाहिए ?
(A) जनगणना रजिस्टर
(B) स्कूल रजिस्टर
(C) जन्म और मृत्यु रजिस्टर
(D) AIDS रजिस्टर

Which registers should be maintained by the ANM ?
(A) Census register
(B) School register
(C) Birth and death register
(D) AIDS register

93. निम्नलिखित में से कौन एएनएम के लिए नीति-संहिता है ?
(A) स्वतंत्र रूप से दवाएँ देना
(B) रोगी की गोपनीयता बनाए रखें
(C) स्वास्थ्य देखभाल टीम के निर्णय लेना
(D) रोगी के लिए उनकी इच्छा से ऊपर निर्णय लेना

Which of the following is the code of ethics for ANM ?
(A) Giving drugs independently
(B) Maintain confidentiality of the patient
(C) Taking decisions of the health care team
(D) Taking decision for patient over their willingness

Teachingninja.in

94. निम्नलिखित में से रोगी के उपचार के दौरान, एएनएम को काउंसलर के रूप में क्या करना चाहिए ?
(A) रोगी के लिए निर्णय लें
(B) उपचार के विभिन्न रूपों पर चर्चा न करें
(C) बीमारी के लिए पर्याप्त और उचित उपचार के बारे में सलाह देना
(D) इलाज में रिश्तेदारों को शामिल न करें

During treatment of patient from following, what should be done by the ANM as a counsellor ?
(A) Take the decision for the patient
(B) Do not discuss different forms of treatment
(C) Advise regarding the adequate and appropriate treatment for disease
(D) Do not involve the relatives in treatment

95. निम्नलिखित में से कौन सी परामर्शदाता की भूमिका है ?
(A) जोखिम की पहचान
(B) भावनात्मक समर्थन
(C) निर्णय लेने में सहायता
(D) उपरोक्त सभी

Which of the following is the role of a counsellor ?
(A) Risk identification
(B) Emotional support
(C) Decision making support
(D) All of the above

96. एएनएम के लिए पोषण सीखने का क्या महत्व है ?
(A) पोषण और स्वास्थ्य के बीच संबंध को समझने के लिए
(B) जंक फूड को समझने के लिए
(C) विभिन्न प्रकार के जंक फूड को सूचीबद्ध करने के लिए
(D) विभिन्न दवाओं के साथ पोषण को बदलने के लिए

What is the importance of learning the nutrition for the ANM ?
(A) To understand the relationship between nutrition and health
(B) To understand the junk food
(C) To list out different types of junk food
(D) To replace the nutrition with different medicines

97. अमीनो एसिड जो हमारे शरीर द्वारा निर्मित होते हैं और जिन्हें भोजन से लेने की आवश्यकता नहीं होती है, कहलाते हैं
(A) आवश्यक अमीनो एसिड
(B) गैर-आवश्यक अमीनो एसिड
(C) अतिरिक्त अमीनो एसिड
(D) परिधि एमिनो एसिड

The amino acids which are produced by our body and need not to be taken from food are called
(A) essential amino acids
(B) non-essential amino acids
(C) extra amino acids
(D) periphery amino acids

98. किसी पोषक तत्व की पूर्ण कमी के साथ या उसके बिना आवश्यक पोषक तत्वों के बीच असमानता के परिणामस्वरूप होने वाली रोग अवस्था को क्या कहा जाता है ?
(A) अल्पपोषण (B) अति पोषण
(C) असंतुलित पोषण (D) विशिष्ट कमी

The pathological state resulting from a disproportion among essential nutrients with or without the absolute deficiency of any nutrient is called as
(A) Under nutrition
(B) Over nutrition
(C) Imbalanced nutrition
(D) Specific deficiency

99. निम्नलिखित में से कौन शरीर निर्माण आहार है ?
(A) वसा (B) कार्बोहाइड्रेट
(C) खनिज (D) प्रोटीन

Which of the following is the body building food ?
(A) Fat (B) Carbohydrate
(C) Minerals (D) Protein

100. संरक्षी भोजन हमारे शरीर को क्या करता है ?
(A) मांसपेशियाँ बनाता है।
(B) प्रतिरक्षा बढ़ाता है।
(C) ऊर्जा देता है।
(D) शरीर को हाइड्रेट करता है।

What does the protective food do to our body ?
(A) make muscles
(B) increases immunity
(C) gives energy
(D) hydrates body

Teachingninja.in