న్యూనత వ్యాధులు – విటమిన్లు

1. ఒకటి కాని అంతకంటే ఎక్కువ_____లోపించిన ఆహారాన్ని తీసుకోవడాన్ని పోషకాహార లోపం అంటారు.
2. పోషకాహార లోపం వల్ల కలిగే ఫలితాలు వ్యక్తి _____స్థితుల మీద ఆధారపడి ఉంటాయి.
3. పెద్దవారిలో నిల్వ కార్బోహైడ్రేట్లు _____ ఖర్చయిపోతే శరీరం _____ నుంచి శక్తిని విడుదల చేస్తుంది.
4. పిల్లల శరీరంలో తగిన _____ , _____నిల్వలు ఉండవు.
5. గర్భిణీ స్త్రీలలో పోషకాహార లోపం వారి మీదే కాకుండా పిల్లల _____ ,_____స్థితుల మీద కూడా ప్రభావం చూపుతుంది.
6. ఆహారంలో తక్కువగా ప్రోటీన్లు లభించే పిల్లలు _____ పోషకాహార లోపానికి గురవుతారు.
7. తక్కువ పరిమాణంలో కార్బోహైడ్రేట్లు, కొవ్వులు తీసుకునే పిల్లలు _____పోషకాహార లోపానికి గురవుతారు.
8. క్వాషియోర్కర్ వ్యాధి _____ లోపం వల్ల కలుగుతుంది.
9. క్వాషియోర్కర్ అనే ఆఫ్రికా పదానికి అర్థం _____.
10. అతిగా తినడం, శక్తిని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల _____ కలుగుతుంది.
11. శరీరం బరువులో 20 శాతం కంటే ఎక్కువ బరువు కొవ్వు వల్ల, ఆ వ్యక్తికి సంభవించే వ్యాధిని _____ అంటారు.
12. ఇటీవల జరిపిన పరిశోధనల వల్ల స్థూలకాయత్వం _____ అవ్వొచ్చు.
13. శరీరంలో అధికంగా ఉండే కొవ్వు_____కణాలలో నిల్వ అవుతుంది.
14. విటమిన్ల పుట్టుపూర్వోత్తరాలు_____శతాబ్దంలో ప్రారంభమయ్యాయి.
15. సర్ హెచ్.జి.హాప్‌కిన్స్_____లో పెరుగుదలకు కావాల్సిన పదార్థాన్ని కనుగొన్నాడు.
16. హెచ్.జి. హాప్‌కిన్స్ పెరుగుదల పదార్థాన్ని _____ లేదా _____అని పిలిచాడు.
17. వైటమైన్ అని పేరు పెట్టిన శాస్త్రవేత్త _____.
18. విటమిన్ B_1ని _____ అని కూడా అంటారు.
19. రైబో ఫ్లావిన్ అనేది విటమిన్_____ రసాయనిక నామం.
20. థయామిన్ లోపం వల్ల _____ వ్యాధి కలుగుతుంది.
21. గ్లోసిటిస్ అనే వ్యాధి _____విటమిన్ లోపం వల్ల కలుగుతుంది.
22. బాగా మర పట్టిన బియ్యం, అదేపనిగా కడిగిన బియ్యంలో _____ లోపిస్తుంది.
23. _____ పదార్థం తినడంతో జపాన్ దేశ నావికుల్లో బెరిబెరి వ్యాధి కలిగిందని తెలిసింది.
24. విటమిన్ B_7 రసాయన నామం _____.

25. విటమిన్ B_3 లోపంతో కలిగే వ్యాధి _____ .

26. విటమిన్ B_6 రసాయన నామం _____.

27. _____ లోపం వల్ల పిల్లలలో ఈడ్పు రోగం లేదా మూర్ఛ రోగం వస్తాయి.

28. హానికర రక్తహీనత _____విటమిన్ లోపం వల్ల కలుగుతుంది.

29. సయనోకోబాలమైన్ అనేది _____విటమిన్ పేరు.

30. న్యూక్లిక్ ఆమ్లాల సంశ్లేషణానికి అవసరమయ్యే విటమిన్ _____.

31. _____ లోపం వల్ల మానవుల కాళ్లలో మంటలు పుడతాయి.

32. _____ లోపం వల్ల కండరాల నొప్పులు, అలసట, నాడీ మండల రుగ్మతలు కలుగుతాయి.

33. విటమిన్ 'సి' రసాయన నామం _____.

34. విటమిన్ 'సి' లోపంతో కలిగే వ్యాధి _____.

35. కొల్లోజన్ ఏర్పడటానికి_____విటమిన్ అవసరం.

36. గాయాలు మానడంలోనూ, విరిగిన ఎముకలు అతుక్కోవడంలోనూ తోడ్పడే విటమిన్_____.

37. విటమిన్ 'సి' _____ ఖనిజ లవణాన్ని శోషణ చేసుకుని నిల్వ చేయడంలో సహాయపడుతుంది.

38. వేడికి అతి త్వరగా నశించే విటమిన్ _____.

39. విటమిన్ 'ఎ' రసాయన నామం _____.

40. రోడాప్సిన్,ఐడాప్సిన్ అనే వర్ణకాలు_____లోని _____ పొరలో ఉంటాయి.

41. వృక్ష సంబంధమైన ఆహార పదార్థంలో విటమిన్ 'ఎ' _____ అనే మిశ్రమం రూపంలో ఉంటుంది.

42. రేచీకటి_____విటమిన్ లోపంతో కలుగుతుంది.

43. జిరాఫ్థాల్మియా వ్యాధి _____ అవయవానికి సంబంధించినది.

44. శరీరంలో 6 నుంచి 9 నెలల వరకు నిల్వ ఉండే విటమిన్ _____.

45. విటమిన్ 'డి' రసాయన నామం_____.

46. కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ శోషణలో సహాయపడే విటమిన్ _____.

47. సూర్యరశ్మి, శరీరంలో ఆహారంలో ఉన్న _____ ను విటమిన్ 'డి'గా మారుస్తుంది.

48. విటమిన్ 'డి' న్యూనత వల్ల పిల్లల్లో _____ వ్యాధి కలుగుతుంది.

49. విటమిన్ 'ఇ' రసాయన నామం _____.

50. పురుషుల్లో వంధ్యత్వం రాకుండా చేసే విటమిన్ _____.

జవాబులు

1. విటమిన్లు; 2. వయసు, ఆరోగ్యం; 3. ఒకసారి, ప్రోటీన్లు; 4.కార్బోహైడ్రేట్లు, కొవ్వులు; 5. భౌతిక,

మానసిక; 6. ప్రోటీన్; 7. ప్రోటీన్ పోషకాహార లోపం; 8. శక్తి పోషకాహారలోపం/కేలరీల పోషకాహార లోపం; 9. నిర్లక్ష్యానికిగురైన శిశువు; 10. స్థూలకాయత్వం; 11. స్థూలకాయత్వం; 12. వంశపారంపర్యం; 13. ఎడి పోస్; 14. 18వ; 15. పాలలో 16. సహాయ, అదనపు కారకం; 17.ఫంక్; 18. థయామిన్; 19. B_2; 20. బెరిబెరి; 21. బి–2; 22. బి–1; 23. పాలిష్ చేసిన బియ్యం; 24. నియాసిన్/నికోటినిక్ ఆమ్లం; 25. పెల్లాగ్రా; 26. పైరిడాక్సిన్; 27. పైరిడాక్సిన్; 28. బి–12; 29. బి–12; 30. ఫోలిక్ ఆమ్లం; 31. పాంటో థినిక్ ఆమ్లం 32. బయోటిన్; 33. ఆస్కార్బిక్ ఆమ్లం; 34. స్కర్వి; 35. 'సి'; 36. 'సి'; 37. ఐరన్; 38. సి; 39. రెటినాల్; 40. కంటి, రెటీనాలోని; 41. కెరాటిన్; 42. ఎ; 43. కళ్లు; 44. ఎ; 45. కాల్సిఫెరల్; 46. డి; 47. కొలెస్ట్రాల్; 48. రికెట్స్; 49. టోకోఫెరాల్; 50. 'ఇ' విటమిన్.