विज्ञान

(www.tiwariacademy.com)

(अध्याय – 13) (हम बीमार क्यों होते हैं)

(कक्षा – 9)

पेज 210

प्रश्न 1:

जब आप बीमार होते हैं तो आपको सुपाच्य तथा पोषणयुक्त भोजन करने का परामर्श क्यों दिया जाता हैं?

उत्तर 1:

पौष्टिक भोजन से हमें प्रचुर मात्रा में कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, खनिज, विटामिन आदि मिलते हैं जो हमारे स्वास्थ्य के लिए अति आवश्यक हैं। ये शरीर की आवश्यकताओं को तेजी से पूरा करते हैं और बीमारी को जल्दी दूर करने में सहायक होते हैं। भोजन पौष्टिक होने के साथ - साथ सुपाच्य भी होना चाहिए ताकि हमारा शरीर भोजन से अधिक से अधिक पोषक तत्वों का अवशोषण कर सके।

प्रश्न 2:

संक्रामक रोग फैलने की विभिन्न विधियाँ कौन – कौन सी हैं?

उत्तर 2:

संक्रामक रोग फैलने की विभिन्न विधियाँ निम्नलिखित हैं:

- रोगी व्यक्ति से स्वस्थ व्यक्ति में स्पर्श द्वारा
- वायु द्वारा
- जल द्वारा
- भोजन द्वारा
- रक्त आदान प्रदान द्वारा
- कीटों (मच्छर, मक्खी, आदि) द्वारा

प्रश्न 3:

संक्रामक रोगों को फैलने से रोकने की लिए आपके विद्यालय में कौन – कौन सी सावधानियाँ आवश्यक हैं?

उत्तर 3:

संक्रामक रोगों को फैलने से रोकने की लिए विद्यालय में निम्नलिखित सावधानियाँ आवश्यक हैं:

- रोगी साथी को अलग सीट पर बैठने या छुट्टी लेने की सलाह देना।
- कक्षा तथा स्कूल में सफाई का विशेष ध्यान रखना।
- रोगी होने पर अन्य साथियों में चर्चा करके रोग के प्रति जागरूकता पैदा करना।
- विद्यालय के चिकित्सक से परामर्श करना तथा रोग के बारे में सभी छात्रों को बताना।
- टीकाकरण आदि की व्यवस्था करना।

प्रश्न 4:

प्रतिरक्षीकरण क्या है?

उत्तर 4:

एक बार रोग होने पर उसी रोग से बचने की विधि को प्रतिरक्षीकरण कहते हैं। इस प्रक्रिया में रोगाणुओं (कमजोर रोगाणुओं) को शरीर में प्रवेश कराया जाता है। जब रोगाणु प्रतिरक्षा तंत्र पर पहली बार आक्रमण करते हैं तो प्रतिरक्षा तंत्र रोगाणुओं के प्रति क्रिया करता है और फिर इसका विशिष्ट रूप से स्मरण कर लेता है। इस प्रकार जब वही रोगाणु या उससे मिलता - जुलता रोगाणु संपर्क में आता है तो पूरी शक्ति से उसे नष्ट कर देता है। इससे पहले संक्रमण की अपेक्षा दूसरा संक्रमण शीघ्र ही समाप्त हो जाता है।

प्रश्न 5:

आपके पास में स्थित स्वास्थ्य केंद्र में टीकाकरण के कौन-से कार्यक्रम उपलब्ध हैं? आपके क्षेत्र में कौन-कौन सी स्वास्थ्य संबंधी मुख्य समस्या है?

उत्तर 5:

हमारे पास में स्थित स्वास्थ्य केंद्र में पोलियो, टेटनेस, टायफाइड, काली खाँसी, चेचक, पीलिया आदि के टीकाकरण कार्यक्रम उपलब्ध हैं। हमारे क्षेत्र में हृदय रोग, मधुमेह, मलेरिया आदि स्वास्थ्य संबंधी मुख्य समस्याएँ हैं।