



KHAN GLOBAL STUDIES

The Most Trusted Learning Platform

LIVE CLASSES

AMRITA MA'AM

1. निम्नलिखित में से कौन सा खाद्य समूह विटामिन बी12 का समृद्ध स्रोत है?

- ✓ A. दूध और मांस उत्पाद
- B. फल और सब्जियां
- C. अनाज और अनाज उत्पाद
- D. उपरोक्त में से एक से अधिक

(X)

Which of the following food groups is rich source of Vitamin B12?

- ✓ A. Milk and meat products
- B. Fruits and vegetables
- C. Cereals and grains products
- D. More than one of the above

Fish
+
Meat

2. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन पानी में घुलनशील है?

- ✓ A. विटामिन बी और विटामिन सी
- B. विटामिन ए और विटामिन बी
- C. विटामिन सी और विटामिन डी
- D. उपरोक्त में से एक से अधिक

Which of the following Vitamins are water soluble?

- ✓ A. Vitamin B and Vitamin C
- B. Vitamin A and Vitamin B
- C. Vitamin C and Vitamin D
- D. More than one of the above

B, C.

A, D, E, K

3. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन लौह अवशोषण को प्रभावित करता है?

A. विटामिन बी

B. विटामिन डी

✓ C. विटामिन सी

D. उपरोक्त में से एक से अधिक

Which among the following vitamins influences iron absorption?

A. Vitamin B

B. Vitamin D

✓ C. Vitamin C

D. More than one of the above



4. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन पानी में घुलनशील है?

✓ A. विटामिन बी और विटामिन सी

B. विटामिन ए और विटामिन बी

C. विटामिन सी और विटामिन डी

D. विटामिन ए और विटामिन के

(R)

Which of the following Vitamins are water soluble?

✓ A. Vitamin B and Vitamin C

B. Vitamin A and Vitamin B

C. Vitamin C and Vitamin D

D. Vitamin A and Vitamin K

5. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन पानी में घुलनशील है?

✓ A. विटामिन बी और विटामिन सी

B. विटामिन ए और विटामिन बी

C. विटामिन सी और विटामिन डी

D. उपरोक्त में से एक से अधिक

Q

Which of the following Vitamins are water soluble ?

✓ A. Vitamin B and Vitamin C

B. Vitamin A and Vitamin B

C. Vitamin C and Vitamin D

D. More than one of the above

6. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन सामान्यतः गुर्दे में बनता है?

- A. विटामिन ए
- B. विटामिन ई
- C. विटामिन सी
- ✓ D. विटामिन डी

Which of the following vitamins are normally made in the kidneys?

- A. Vitamin A
- B. Vitamin E
- C. Vitamin C
- ✓ D. Vitamin D

Liver
पेटुन → D

7. आमतौर पर इस्तेमाल किया जाने वाला विटामिन बी कॉम्प्लेक्स कितने विटामिनों से बना है?

The commonly used Vitamin B Complex is constituted of how many vitamins?

✓ **A. 8**

B. 10

C. 12

D. 6

A

8. किस विटामिन की कमी से भोजन से कैल्शियम अवशोषण की दर कम हो जाती है?

- ☒ A. विटामिन डी
- B. विटामिन सी
- C. विटामिन बी
- D. विटामिन के

Deficiency of which vitamin lowers the rate of calcium absorption from the food?

- ☒ A. Vitamin D
- B. Vitamin C
- C. Vitamin B
- D. Vitamin K

9. हमारे शरीर में विटामिन K की कमी से होता है:

✓ A. रक्त का थक्का देर से जमना

B. प्रजनन में हस्तक्षेप

C. रतौंधी

D. स्कर्वी

Vitamin K deficiency in our body leads to:

✓ A. delayed clotting of blood

B. interference with reproduction

C. night-blindness

D. scurvy

A

10. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन टोकोफेरॉल है?

Which of the following vitamin is tocopherol?

A. A

B. B

C. D

☒ D. E

Vit E

11. किस विटामिन को बाँझपन रोधी विटामिन भी कहा जाता है?

A. विटामिन-ए

B. विटामिन-डी

☒ C. विटामिन-ई

D. विटामिन-के

Which vitamin is also known as anti-sterility vitamin?

A. Vitamin - A

B. Vitamin - D

☒ C. Vitamin - E

D. Vitamin - K

Vit E

12. खट्टे फलों में कौन सा विटामिन प्रचुर मात्रा में होता है?

A. विटामिन डी

B. विटामिन बी

C. विटामिन सी

D. विटामिन ए

Which vitamin is abundant in Citrus fruits?

A. Vitamin D

B. Vitamin B

C. Vitamin C

D. Vitamin A

C

13. निम्नलिखित में से किस विटामिन को नियासिन के नाम से जाना जाता है?

A. विटामिन बी4

✓ B. विटामिन बी3

C. विटामिन बी1

D. विटामिन बी2

Which among the following Vitamins is known as Niacin?

A. Vitamin B4

✓ B. Vitamin B3

C. Vitamin B1

D. Vitamin B2

B₃

14. विटामिन बी12 का रासायनिक नाम:

- A. फोलिक एसिड
- B. थियामिन
- ✓ C. सायनोकोबालामाइन
- D. एसिटिक एसिड

The chemical name of vitamin B12:

- A. Folic acid
- B. Thiamine
- ✓ C. Cyanocobalamine
- D. Acetic acid



15. निम्नलिखित में से किस विटामिन की कमी से घातक रक्ताल्पता होती है?

A. विटामिन के

B. विटामिन ई

C. विटामिन बी12

D. विटामिन बी6

Deficiency of which of the following Vitamins causes pernicious anaemia?

A. Vitamin K

B. Vitamin E

C. Vitamin B12

D. Vitamin B6



16. अल्पकालिक या तीव्र विटामिन ए विषाक्तता का कारण है

- A. खच्चर हिरण का कलेजा खाना
- B. भैंस का कलेजा खाना
- C. शूतुरमुर्ग का कलेजा खाना
- D. ध्रुवीय भालू का कलेजा खाना

The cause of short-term or acute vitamin A poisoning is due to

- A. Eating the liver of Mule deer
- B. Eating the liver of Buffalo
- C. Eating the liver of Ostrich
- D. Eating the liver of Polar bear

17. गर्भावस्था के प्रारंभिक चरण में जन्म दोषों को रोकने के लिए एक महिला के लिए निम्नलिखित में से कौन सा सबसे आवश्यक पोषक तत्व है?

A. थियामिन

✓ B. फोलिक एसिड

C. विटामिन सी

D. विटामिन ई

Which of the following is the most essential nutrient for a woman during her initial stages of pregnancy to prevent birth defects?

A. Thiamin

✓ B. Folic acid

C. Vitamin C

D. Vitamin E

B₉



18. निम्नलिखित में से किस खाद्य स्रोत में विटामिन सी का स्तर सबसे अधिक है?

- A. अजमोद
- B. ब्रोकोली
- C. काले किशमिश
- D. संतरे का रस

Which of the following food sources has the highest levels of vitamin C?

- A. Parsley
- B. Broccoli
- C. Black currants
- D. Orange juice



19. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन रक्त का थक्का जमने में मदद करता है?

- A. विटामिन ए
- B. विटामिन सी
- C. विटामिन डी
- D. ☒ विटामिन के

Which of the following vitamin helps in blood clotting?

- A. Vitamin A
- B. Vitamin C
- C. Vitamin D
- D. ☒ Vitamin K

K

20. दुनिया भर में बच्चों में अंधेपन का प्रमुख कारण क्या है?

- A. ग्लूकोमा
- B. मोतियाबिंद
- C. रंग अंधापन
- ✓ D. **विटामिन ए की कमी**

Which is the leading cause of blindness in children worldwide?

- A. Glaucoma
- B. Cataracts
- C. Colour blindness
- ✓ D. **Vitamin A deficiency**



21. निम्नलिखित में से किस विटामिन की कमी से बेरीबेरी होता है?

- ☒ A. विटामिन बी1
- B. विटामिन बी2
- C. विटामिन बी6
- D. विटामिन बी12

Which of the following vitamin deficiency causes Beriberi?

- ☒ A. Vitamin B1
- B. Vitamin B2
- C. Vitamin B6
- D. Vitamin B12

22. विटामिन सी की कमी से स्कर्वी विकसित होने की सबसे अधिक संभावना किसे होती है?

A. एक गर्भवती महिला

B. एक कुपोषित बच्चा

✓ C. लंबे समय से शराबी

D. खाने के विकार एनोरेक्सिया नर्वोसा से पीड़ित व्यक्ति

(C) Who is most likely to develop scurvy – A vitamin C deficiency?

A. A pregnant woman

B. A malnourished child

✓ C. A long-time alcoholic

D. A person with the eating disorder anorexia nervosa



23. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन हार्मोन और दृश्य वर्णक दोनों के रूप में कार्य करता है?

A. थियामिन

✓ B. रेटिनल

C. राइबोफ्लेविन

D. फोलिक एसिड

D, A

Which of the following vitamin functions as both, hormone and visual pigment?

A. Thiamine

✓ B. Retinal

C. Riboflavin

D. Folic acid

→ vit A

24. निम्नलिखित में से किस पोषक तत्व की कमी से मेगालोब्लास्टिक एनीमिया होता है?

✓ A. फोलिक एसिड

B. नियासिन

C. पाइरिडोक्सिन

D. कोबालामिन

Which of the following nutrient deficiency causes megaloblastic anaemia?

✓ A. Folic acid B₉

B. Niacin

C. Pyridoxine

D. Cobalamin

25. निम्नलिखित में से कौन वसा में घुलनशील विटामिन है?

- A. विटामिन बी
- B. विटामिन सी
- C. विटामिन बी12
- D. ☒ विटामिन के

Which of the following is a fat-soluble vitamin?

- A. Vitamin B
- B. Vitamin C
- C. Vitamin B12
- D. ☒ Vitamin K

A, D, E, K

26. निम्नलिखित में से कौन सा रोग नियासिन की कमी से होता है?

A. स्कर्वी

B. रिकेट्स

C. पेलाग्रा

D. घातक रक्ताल्पता

Which of the following diseases is caused by the deficiency of Niacin?

A. Scurvy

B. Rickets

C. Pellagra

D. Pernicious anaemia



27. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन हार्मोन अग्रदूत के रूप में कार्य करता है?

- A. विटामिन ए
- B. विटामिन सी
- C. **विटामिन डी**
- D. विटामिन के

Which of the following vitamins serves as a hormone precursor?

- A. Vitamin A
- B. Vitamin C
- C. **Vitamin D**
- D. Vitamin K

→ D, A

28. निम्नलिखित में से कौन सा कोएंजाइम ए का एक घटक है?

- A. रेटिनोल
- B. पाइरिडोक्सिन
- C. रेटिनोइक एसिड
- D. पैंटोथेनिक एसिड

Which of the following is a component of the coenzyme A?

- A. Retinol
- B. Pyridoxine
- C. Retinoic acid
- D. Pantothenic acid

B5

29. निम्नलिखित में से किस विटामिन को कोबालामिन के नाम से भी जाना जाता है?

A. विटामिन बी11

B. विटामिन बी2

C. विटामिन बी6

✓ D. विटामिन बी12

Which of the following vitamins is also known as cobalamin?

A. Vitamin B11

B. Vitamin B2

C. Vitamin B6

✓ D. Vitamin B12

30. एस्कॉर्बिक एसिड के बारे में निम्नलिखित में से कौन सा कथन गलत है?

A. यह एंटीऑक्सीडेंट गतिविधि दर्शाता है

B. यह एक प्रबल अपचायक है

C. इसे शरीर में संश्लेषित किया जा सकता है

D. कोलेजन के प्रोलिल- और लाइसिल- अवशेषों के हाइड्रॉक्सिलेशन में शामिल

Which of the following statements is false about Ascorbic acid?

A. It shows antioxidant activity

B. It is a strong reducing agent

C. It can be synthesized in the body

D. Involved in the hydroxylation of prolyl- and lysyl- residues of collagen



31. निम्नलिखित में से किस विटामिन में कोएंजाइम कार्य होता है?

- A. विटामिन ए
- B. विटामिन सी
- C. विटामिन बी
- ☒ D. उपरोक्त सभी

Which of the following vitamins has a coenzyme function?

- A. Vitamin A
- B. Vitamin C
- C. Vitamin B
- ☒ D. All of the above

Hormone
↳ D, A

32. निम्नलिखित में से कौन सा खाद्य स्रोत विटामिन ए का सबसे अच्छा स्रोत है?

- A. शकरकंद
- B. पोल्ट्री
- C. फलियां
- D. डेयरी उत्पाद

Which of the following food source are the best sources of vitamin A?

- A. Sweet potato
- B. Poultry
- C. Legumes
- D. Dairy products

A



33. निम्नलिखित में से कौन सा पानी में घुलनशील विटामिन है?

A. विटामिन बी1

B. विटामिन सी

C. विटामिन बी2

✓ D. उपरोक्त सभी

Which of the following is a water-soluble vitamin?

A. Vitamin B1

B. Vitamin C

C. Vitamin B2

✓ D. All of the above

B, C

34. मांसपेशियों में कमजोरी और लाल रक्त कोशिकाओं की नाजुकता में वृद्धि _____ के कारण होती है।

✓ A. विटामिन ई की कमी

B. विटामिन डी की कमी

C. विटामिन सी की कमी

D. विटामिन ए की कमी

Weakness in muscles and increase in the fragility of red blood cells is caused due to the _____.

✓ A. Deficiency of vitamin E

B. Deficiency of vitamin D

C. Deficiency of vitamin C

D. Deficiency of vitamin A



35. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन K का वैज्ञानिक नाम है?

A. एस्कॉर्बिक एसिड

✓ B. फाइटोनैडियोन

C. टोकोफ़ेरॉल

D. पैन्थोथेनिक एसिड

Which of the following is the scientific name of Vitamin K?

A. Ascorbic acid

✓ B. Phytonadione

C. Tocopherol

D. Pantothenic Acid

New

Moimb.

Quinine
Aadon

Ques.

36. मानव शरीर के समुचित कार्य के लिए आवश्यक आवश्यक विटामिनो की कुल संख्या _____ है।

The total number of essential vitamins required for the proper functioning of the human body is _____.

A. 12

B. 13

C. 15

D. 22

B

37. निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन हमारे शरीर द्वारा उत्पादित नहीं किया जा सकता है?

- A. विटामिन ए
- B. विटामिन के
- C. विटामिन सी
- D. ☒ उपरोक्त सभी

Which of the following vitamins cannot be produced by our body?

- A. vitamin A
- B. vitamin K
- C. vitamin C
- D. ☒ All of the above

38. निम्नलिखित में से कौन सा खनिज शरीर के विकास और वजन को नियंत्रित करता है?

- A. आयोडीन
- B. कैल्शियम
- C. फॉस्फोरस
- D. उपरोक्त सभी

Which of the following minerals controls growth and body weight?

- A. Iodine
- B. Calcium
- C. Phosphorous
- D. All of the above

Thyroid gland

39. निम्नलिखित में से किस विटामिन को जल में घुलनशील विटामिन कहा जाता है?

- A. विटामिन ए
- B. विटामिन डी
- C. विटामिन सी
- D. विटामिन के

Which of the following vitamins is called a water-soluble vitamin?

- A. vitamin A
- B. vitamin D
- C. vitamin C
- D. vitamin K

C

40. _____ रक्त की मात्रा और रक्तचाप के नियमन में मदद करता है।

- A. लोहा
- B. आयोडीन
- C. सोडियम
- D. फॉस्फोरस

_____ helps in the regulation of blood volume and blood pressure.

- A. Iron
- B. Iodine
- C. Sodium
- D. Phosphorous

41. निम्नलिखित में से कौन स्थूल खनिजों के उदाहरण हैं?

- A. सोडियम
- B. कैल्शियम
- C. क्लोराइड
- D. उपरोक्त सभी

Which of the following are examples of macro minerals?

- A. Sodium
- B. Calcium
- C. Chloride
- D. All of the above

D

42. हमारे आहार में कैल्शियम के अत्यधिक सेवन से _____ होता है।

A. स्टोर्के

B. दस्त

C. कब्ज

✓ D. गुर्दे की पथरी

Excessive intake of calcium in our diet results in

_____.

A. Stroke

B. Diarrhoea

C. Constipation

✓ D. Kidney stones

43. निम्नलिखित में से किस विटामिन को वसा में घुलनशील विटामिन कहा जाता है?

- A. विटामिन बी
- ☒ B. विटामिन ई
- C. विटामिन सी
- D. विटामिन बी₂

Which of the following vitamins are called fat-soluble vitamins?

- A. vitamin B
- ☒ B. vitamin E
- C. vitamin C
- D. vitamin B₂

44. प्याज, ब्रोकोली, ताजे फल, दूध, अंडे और आयोडीन युक्त नमक _____ के अच्छे स्रोत हैं।

A. फास्फोरस

B. सोडियम

C. आयोडीन

✓ D. B. और (c) दोनों

Onions, broccoli, fresh fruits, milk, eggs, and iodized salt are good sources of _____.

A. Phosphorus

B. Sodium

C. Iodine

✓ D. Both B. and (c)

45. पैशन फ्रूट और अनार किस खनिज से भरपूर हैं?

A. फॉस्फोरस

B. कैल्शियम

C. मैंगनीज

D. उपरोक्त में से कोई नहीं

Passion fruit and pomegranate are rich in which mineral?

A. Phosphorous

B. Calcium

C. Manganese

D. None of the above

(A)

46. कुपोषित बच्चे:

1. संज्ञानात्मक कार्य के परीक्षण में अधिक खराब अंक प्राप्त करना

2. खराब साइकोमोटर विकास होना

3. गतिविधि का स्तर कम है

4. अपने वातावरण में अधिक बार बातचीत करें

5. सामान्य दरों पर कौशल हासिल करें

A. केवल 2, 3 और 4

B. केवल 2, 3 और 5

C. केवल 1, 2 और 3

D. केवल 1, 2 और 4

C

Malnourished children:

- 1. score more poorly on tests of cognitive function**
- 2. have poor psychomotor development**
- 3. have lower activity levels**
- 4. interact more frequently in their environments**
- 5. acquire skills at normal rates**

A. Only 2, 3 and 4

B. Only 2, 3 and 5

✓ C. Only 1, 2 and 3

D. Only 1, 2 and 4



47. जो प्रजातियाँ किसी विशेष क्षेत्र तक ही सीमित होती हैं, कहलाती हैं-

A. महामारी प्रजाति

B. विलुप्त प्रजातियाँ

✓ C. स्थानिक प्रजातियाँ

D. उपरोक्त में से एक से अधिक

The species which are confined to a particular area are called-

A. Pandemic species

B. Extinct species

✓ C. Endemic species

D. More than one of the above





KHAN GLOBAL STUDIES

Most Trusted Learning Platform

THANKS FOR WATCHING

