



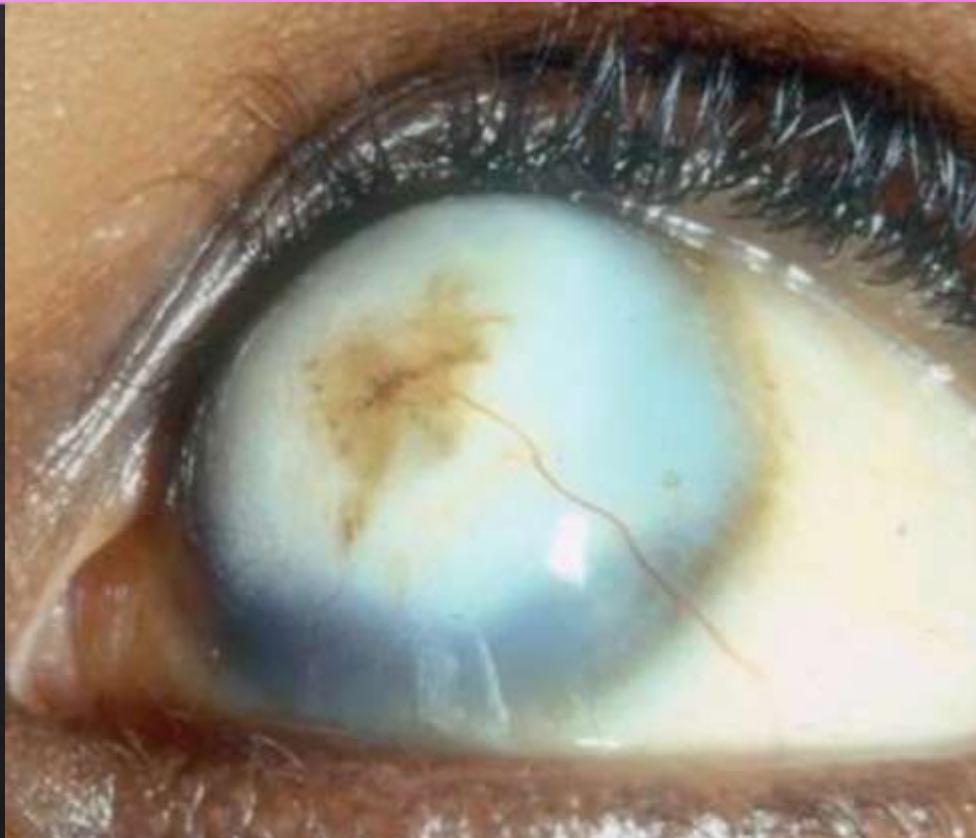
पोषण और स्वास्थ्य || महिला सुपरवाइज़र

पोषक तत्वों की कमी से
होने वाले रोग

BY - RAMJI GUPTA SIR

पोषक तत्वों की कमी से होने वाले योग

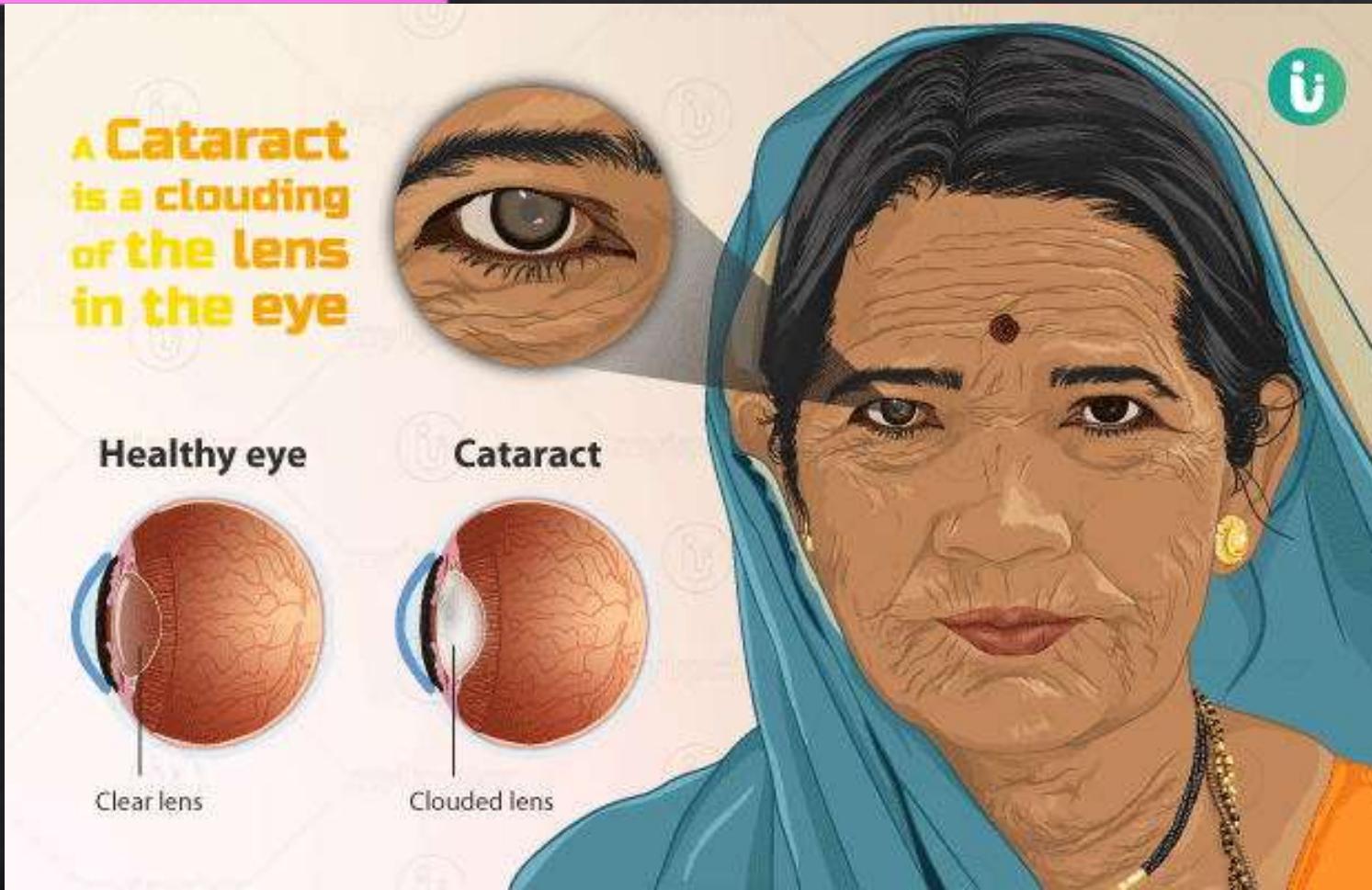
विटामिन A की कमी से विकार



- 1 - **रतौंधी-** रात को दिखाई न देना।
- 2 - **निकटलोपिया-** रतौंधी से ग्रसित व्यक्ति को दिन में भी दिखाई न देना।
- 3- **कैरोटेमलेशिया** - ऊँखों में **केरेटिन प्रोटीन** की परत का जमा हो जाना।

पोषक तत्वों की कमी से होने वाले योग

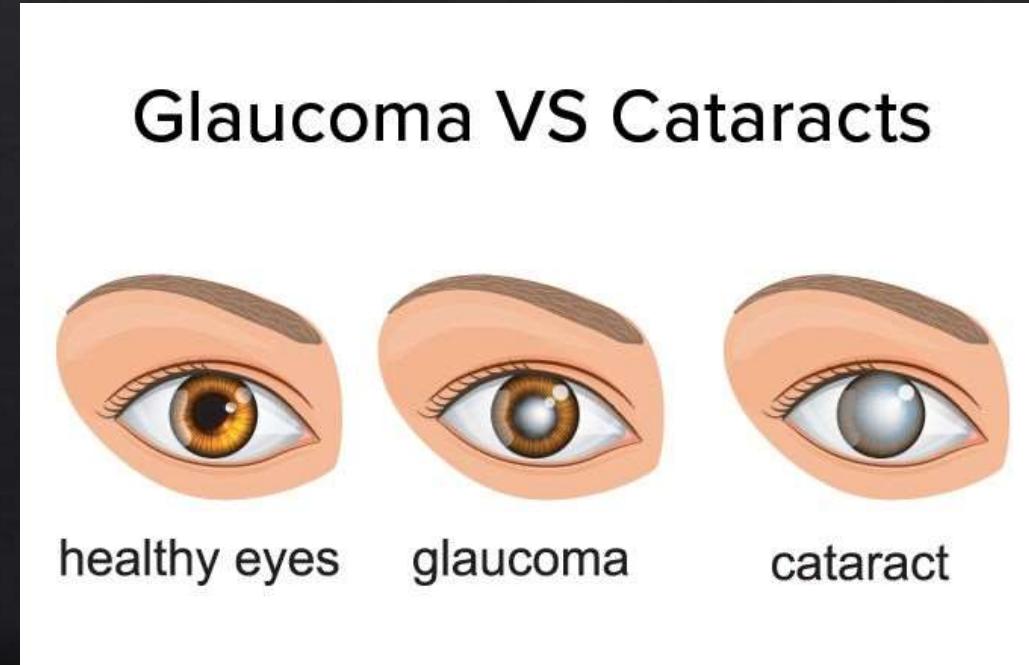
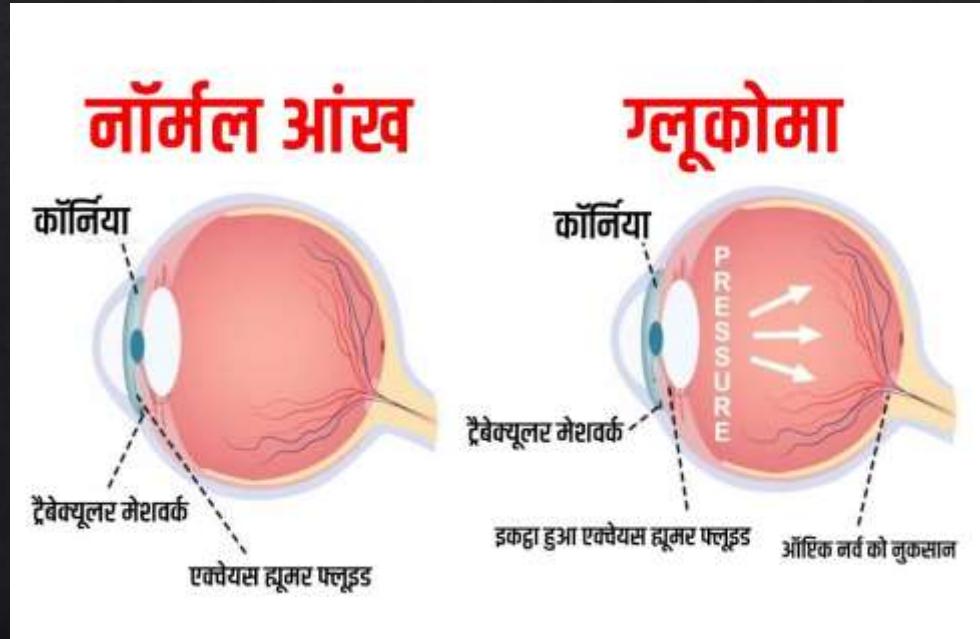
विटामिन A की कमी से विकार



पोषक तत्वों की कमी से होने वाले रोग

विटामिन A की कमी से विकार

□ **ग्लूकोमा** - हर तरह के ग्लूकोमा में आंखों में अधिक दबाव होने की वजह से आंख को दिमाग से जोड़ने वाली **तंत्रिका क्षतिग्रस्त हो जाती है**.



विटामिन A की कमी से विकार

Xerosis (Dry Eyes)

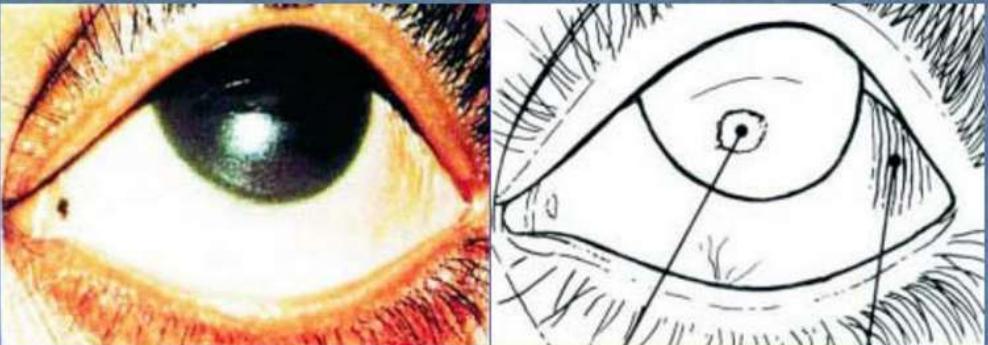


Fig. 7. Child, 2 years old. Xerosis, wrinkling and dark coloring of the conjunctiva on one side. Cornea dry and dull (xerosis).

- ३ - **जीरोप्थेलमिया** - आँखों का द्रव सूख जाता। या आँखों की कॉर्निया की श्लेष्मल डिल्ली (mucous membrane) का सूख जाना
- **ज़ेरोसिस कंज़ंक्टिवा** - एक ऐसी स्थिति है जिसके कारण कंज़ंक्टिवा शुष्क और सुस्त दिखाई देता है, और हल्की झुरियाँ भी हो सकती हैं।
- **कॉर्नियल ज़ेरोसिस** - एक ऐसी स्थिति है जिसके कारण कॉर्निया सूखा और धुंधला दिखाई देता है। यह जेरोफथाल्मिया का लक्षण है इसमे अश्रू ग्रंथियां सूख जाती हैं।

पोषक तत्वों की कमी से होने वाले रोग

विटामिन A की कमी से विकार



□ बिटोट स्पॉट -

□ बिटोट के धब्बे मानव की आँखों के कंजांकिट्वा में सतही रूप से स्थित **केराटिन** का निर्माण होते हैं। वे आकार में अंडाकार, त्रिकोणीय या अनियमित हो सकते हैं।

□ **फोटो फोबिया** - फोटोफोबिया, या प्रकाश संवेदनशीलता, प्रकाश के कारण आँखों में होने वाली असुविधा है। सूरज की रोशनी, फ्लॉरेसेंट प्रकाश या अन्य रोशनी से आँखों में आँसू आना या दर्द होना ...

पोषक तत्वों की कमी से होने वाले रोग

खनिजों की कमी से विकार

कैल्शियम	भंगुर हड्डियां, अत्यधिक रक्तस्राव
फास्फोरस	खराब दांत और हड्डियां
लोहा	खून की कमी
आयोडीन	घेंघा रोग, थायरॉयड ग्रंथि का बढ़ना
ताँबा	कम भूख, मंद विकास

विटामिन की कमी से विकार

विटामिन के प्रकार	कमी से होने वाले रोग
ए (रेटिनॉल)	रत्तौंधी
बी (थायमिन)	बेरी-बेरी
बी2 (राइबोफ्लेविन)	विकास में रुकावट, खराब त्वचा
बी12 (सायनोकोबालामिन)	खून की कमी
सी (एस्कॉर्बिक एसिड)	पाजी
डी (कैल्सीफेरॉल)	सूखा रोग
के (फाइलोक्लिनोन)	चोट के कारण अत्यधिक रक्तस्राव



KHAN GLOBAL STUDIES

Most Trusted Learning Platform

THANKS FOR WATCHING

