अध्याय - 7 | मानव स्वास्थ्य और रोग

QUIZ PART-12

1. **किशोरावस्था की आयु सीमा क्या होती है?**
A. 8–14 वर्ष B. 12–18 वर्ष
C. 10–16 वर्ष D. 15–21 वर्ष (B)
व्याख्या : किशोरावस्था 12 से 18 वर्ष की आयु की अवधि होती है, जिसमें बालक शारीरिक, मानसिक और सामाजिक रूप से परिपक्व होता है।

2. **ड्रग और ऐल्कोहल के प्रयोग का एक प्रमुख कारण क्या है?**
A. अधिक पढ़ाई करना
B. सामाजिक दबाव और जिज्ञासा
C. भूख बढ़ाना
D. नींद लाना (B)
व्याख्या : किशोर टेलीविजन, इंटरनेट, साथियों के दबाव या तनाव से बचने के लिए ड्रग या ऐल्कोहल का सेवन शुरु करते हैं।

3. **बार-बार ड्रग के सेवन से क्या होता है?**
A. रोग प्रतिरोधकता बढ़ती है
B. ग्राही (receptor) संवेदनशीलता घटती है
C. नींद में वृद्धि होती है
D. पाचन सुधरता है (B)
व्याख्या : लगातार ड्रग सेवन से शरीर के ग्राही (receptor) कम संवेदनशील हो जाते हैं, जिससे व्यक्ति को अधिक मात्रा की आवश्यकता होती है — इसे “Tolerance” कहते हैं।

4. **निर्भरता (Dependence) क्या है?**
A. ड्रग सेवन की इच्छा का समाप्त होना
B. ड्रग या ऐल्कोहल बंद करने पर असामान्य लक्षणों का प्रकट होना
C. रोगों से मुक्ति
D. नींद का बढ़ना (B)
व्याख्या : निर्भरता का अर्थ है शरीर की ऐसी स्थिति जिसमें ड्रग या ऐल्कोहल बंद करने पर विदड्रावल सिंड्रोम जैसे लक्षण (कंपन, पसीना, बेचैनी) उत्पन्न होते हैं।

5. **अंत:शिरा द्वारा ड्रग लेने से कौन-से रोगों का खतरा बढ़ता है?**
A. पोलियो और टिटनेस
B. एड्स और हेपेटाइटिस-B
C. मलेरिया और डेंगू
D. फाइलेरिया और चिकनगुनिया (B)
व्याख्या : संक्रमित सुईयों और सिरिंजों के साझा उपयोग से ड्रग लेने वालों में एड्स (HIV) और हेपेटाइटिस-B का खतरा अत्यधिक बढ़ जाता है।

6. **उपचयी स्टेरॉयड (Anabolic Steroids) का दुरुपयोग कौन करता है?**
A. खिलाड़ी B. वृद्ध व्यक्ति
C. छोटे बच्चे D. गर्भवती महिलाएँ (A)
व्याख्या : खिलाड़ी अपनी मांसपेशियों को मज़बूत और प्रदर्शन बेहतर करने के लिए उपचयी स्टेरॉयडों का अनुचित उपयोग करते हैं, जिससे हानिकारक प्रभाव पड़ते हैं।

7. **महिलाओं में उपचयी स्टेरॉयड सेवन का क्या प्रभाव होता है?**
A. शरीर में पुरुष-जैसे गुण आना
B. स्तनों का आकार बढ़ना
C. वजन घटना
D. रोग प्रतिरोधकता में वृद्धि (A)
व्याख्या : महिलाओं में स्टेरॉयड सेवन से पुरुष-जैसे गुण जैसे आवाज़ भारी होना, शरीर पर बाल बढ़ना और मासिक धर्म की अनियमितता देखी जाती है।

8. **पुरुषों में उपचयी स्टेरॉयड का प्रमुख प्रभाव क्या है?**
A. हड्डियों का क्षय
B. वृषण का आकार घटना और शुक्राणु उत्पादन में कमी
C. पाचन में सुधार
D. दृष्टि की तीक्ष्णता बढ़ना (B)
व्याख्या : स्टेरॉयड पुरुषों में वृषण के आकार को घटाते हैं, शुक्राणु उत्पादन कम करते हैं और प्रोस्टेट ग्रंथि का आकार बढ़ा देते हैं।

9. **ड्रग या ऐल्कोहल सेवन की रोकथाम के लिए क्या आवश्यक है?**
A. माता-पिता और शिक्षकों की सतर्कता
B. अनुशासन और उचित परामर्श
C. तनाव प्रबंधन और सहायता लेना
D. उपर्युक्त सभी (D)
व्याख्या : ड्रग और ऐल्कोहल कुप्रयोग की रोकथाम के लिए परिवार, शिक्षक और समाज का सहयोग, परामर्श और व्यक्तिगत अनुशासन अत्यंत आवश्यक है।

10. **उपचयी स्टेरॉयड का युवाओं पर दीर्घकालिक प्रभाव क्या है?**
A. ग्रोथ प्लेट्स का समय से पहले बंद होना
B. ऊँचाई का बढ़ना
C. रक्तचाप का कम होना
D. रोग प्रतिरोधकता में वृद्धि (A)
व्याख्या : युवाओं में स्टेरॉयड का सेवन हड्डियों के ग्रोथ सेंटर को जल्दी बंद कर देता है जिससे कद बढ़ना रुक जाता है और शरीर असंतुलित रुप से विकसित होता है।