

Name: _____ Date: _____

रक्त और हमारा शरीर

प्रश्न-1 एनीमिया से बचने के लिए हमें क्या-क्या खाना चाहिए?

उत्तर

प्रश्न-2 दिव्या अपने भाई अनिल के साथ अस्पताल क्यों गई थी?

उत्तर

प्रश्न-3 रक्त में सफ़ेद कणों का क्या महत्व होता है?

उत्तर

प्रश्न-4 रक्त के बहाव को रोकने के लिए क्या करना चाहिए?

उत्तर

रक्त और हमारा शरीर

प्रश्न-1 एनीमिया से बचने के लिए हमें क्या-क्या खाना चाहिए?

उत्तर एनीमिया से बचने के लिए हमें पौष्टिक और संतुलित आहार लेना चाहिए। हमें प्रोटीन, लौहतत्त्व और विटामिन युक्त भोजन जैसे हरी सब्जी, फल, दूध, अंडा और गोश्त इत्यादि उपयुक्त मात्रा में लेने चाहिए।

प्रश्न-2 दिव्या अपने भाई अनिल के साथ अस्पताल क्यों गई थी?

उत्तर दिव्या अपने भाई अनिल के साथ अस्पताल इसलिए गई थी क्योंकि इधर कुछ दिनों से उसे हर समय थकान महसूस होती थी, उसका मन किसी काम में नहीं लगता था, और उसकी भूख भी पहले से कम हो गई थी।

प्रश्न-3 रक्त में सफ़ेद कणों का क्या महत्व होता है?

उत्तर सफ़ेद कण वास्तव में हमारे शरीर के वीर सिपाही हैं। जब रोगाणु शरीर पर धावा बोलने की कोशिश करते हैं तो सफ़ेद कण उनसे डटकर मुकाबला करते हैं और जहाँ तक संभव हो पाता है रोगाणुओं को भीतर घर नहीं करने देते।

प्रश्न-4 रक्त के बहाव को रोकने के लिए क्या करना चाहिए?

उत्तर रक्त के बहाव को रोकने के लिए चोट के स्थान पर कसकर एक साफ़ कपड़ा बाँध देना चाहिए। दबाव पड़ने से रक्त का बहना कम हो जाता है, जो उस व्यक्ति के लिए काफ़ी लाभप्रद सिद्ध हो सकता है। फिर घायल व्यक्ति को जल्दी से डॉक्टर के पास ले जाना चाहिए।