మానవ శరీరం

ఆరోగ్యం- పరిశుభ్రత

1. మనిషి శారీరకంగా, మానసికంగా, సామాజికంగా ఉల్లాసంగా ఉండడమే ఆరోగ్యం అన్నది?
జ. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ

2. శరీరానికి శక్తినిచ్చే పదార్థాలు?
జ. పిండి పదార్థాలు, కొవ్వు పదార్థాలు

3. శరీర నిర్మాణానికి, పెరుగుదలకు దోహదం చేసే పదార్థాలు?
జ. మాంసకృత్తులు

4. దంతాల, ఎముకల పటిష్టతను పెంచే ఖనిజలవణాలు?
జ. కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్

5. రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ ఏర్పరచడానికి ఉపయోగపడే పదార్థాలు?
జ. ఇనుము

6. మెదడు చురుకుగా పనిచేయడానికి ఉపయోగపడే పదార్థం?
జ. అయోడిన్

7. శరీర రక్షణకు ఉపయోగించే పదార్థాలు?
జ. విటమిన్‌లు

8. మానవ శరీరంలో మలబద్ధకంను నివారించే పదార్థాలు?
జ. పీచు పదార్థాలు

9. శరీరంలో వివిధ పదార్థాల రవాణాకు ఉపయోగపడే పదార్థం?
జ. నీరు

10. శరీరానికి అవసరమైన అన్ని పోషక పదార్థాలు తగినంత పరిమాణంలో ఉన్న ఆహారం?
జ. సమతుల్య ఆహారం

11. సమతుల్య ఆహారాన్ని పిరమిడ్‌లో సూచించిన ప్రకారం తీసుకోకపోతే వచ్చే వ్యాధులు?
జ. న్యూనతా వ్యాధులు

SAKSHI

12. సమతుల్య ఆహార పిరమిడ్‌లో పైనుంచి కిందికి అమర్చిన ఆహార పదార్థాలు?

జ. నీరు → పీచు → విటమిన్లు → ఖనిజలవణాలు → కొవ్వులు → మాంసకృత్తులు → పిండిపదార్థాలు

13. తల్లిపాలలో ఉండే విటమిన్ ?

జ. A విటమిన్

14. చిగుళ్ల వాయడం, రక్తం కారడం ఏ విటమిన్ లోపం వల్ల వస్తుంది?

జ. విటమిన్ 'సి'

15. దంతాలపై పచ్చని గారలు ఏర్పడటానికి కారణం?

జ. ఫ్లోరిన్

16. వ్యవసాయదారుని మిత్రుడిగా దేనిని పేర్కొంటారు?

జ. వానపాము

17. వానపాముల నుంచి తయారయ్యే ఎరువు?

జ. వర్మి కంపోస్ట్

18. మన దేహానికి కిటికీల వంటివి?

జ. జ్ఞానేంద్రియాలు

19. జ్ఞానేంద్రియాలు ?

జ. ముక్కు కన్ను చెవి నాలుక చర్మం

20. సున్నితమైన అవయవాలు?

జ. కళ్లు

21. టీవీకి కంటికి మధ్య ఉండాల్సిన కనీస దూరం?

జ. 2 ½ మీటర్లు

22. చదువుకునేప్పుడు పుస్తకానికి-కంటికి మధ్య దూరం?

జ. 30 సెం.మీ.

23. నాలికపై పుల్లని రుచిని తెలిపే రుచి కవలికలు?

జ. నాలిక అంచులు

24. నాలుక చివర తెలిసే రుచి?

జ. తీపి

25. నాలుక వెనుక భాగం తెలియజేసే రుచి?

జ. చేదు

26. నాలిక మధ్య భాగం ఏ రుచిని తెలియజేస్తుంది?

జ. ఉప్పు

ఎముకలు - కండరాలు

27. మానవ శరీరంలోని ఎముకల గూడునేమంటారు?

జ. అస్థిపంజరం

28. మన శరీరానికి ఓ ఆకారాన్ని ఇచ్చేది?

జ. ఎముకల అస్థిపంజరం

29. శరీరంలోని ఎముకల సంఖ్య?

జ. 206

30. ఒక్కోకాలిలో ఉండే ఎముకల సంఖ్య?

జ. 30

31. చేతుల్లో ఉండే ఎముకలు?

జ. 60

32. ఎముకల్లో ఉండే మూలకాలు?

జ. కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్

33. ఎముకల్లో ఎర్ర రక్తకణాలు ఏర్పడే ప్రాంతం?

జ. ఎముక మజ్జ

34. ఎముకలు కదలడానికి సహాయపడేవి?

జ. కండరాలు

35. మానవశరీరంలోని కండరాల సంఖ్య?

జ. 600

36. ఎముకలు ఒకదానితో మరొకటి కలిసిఉండే భాగం?

జ. కీళ్లు

37. కీళ్లలోని రకాలు?

జ. 2

38. కదలని కీళ్లకు ఉదాహరణ?

జ. పుర్రెలోని ఎముకలు

39. కదిలే కీళ్లలో రకాలు?

జ. నాలుగు రకాలు

40. క్రికెట్ బౌలింగ్ వేసినప్పుడు చేతిని తిప్పటానికి సహాయపడే కీళ్లు?

జ. బంతిగిన్నె కీళ్లు

41. భుజం ఎముకకు దండ ఎముకకు మధ్య ఉండే కీలు?

జ. బంతిగిన్నె కీళ్లు

42. మోచేతిలో ఉండే కీలుకు ఉదాహరణ?

జ. మడతబందు కీళ్లు

43. తలకు, మెడకు మధ్య ఉండే ఎముకల మధ్య ఉన్న కీలు?

జ. బొంగరపు కీళ్లు

44. నాట్యం చేసే వారు తలను తిప్పడంలో సహకరించే కీలు?

జ. బొంగరపు కీళ్లు

45. తాళంలో తాళం చెవిని తిప్పేటప్పుడు ముంజేతిలో కదిలే ఎముకలకు సహకరించే కీలు?

జ. జారెడు కీళ్లు

46. వెన్నెముకలో ఉండే కీలు?

జ. జారెడు కీళ్లు

47. కీళ్లు సక్రమంగా పనిచేయాలంటే మనం చెయ్యాల్సింది?

జ. వ్యాయామం

48. మనం తాగేనీటిలో ఫ్లోరిన్ ఎక్కువైతే వచ్చే వ్యాధి?

జ. ఫ్లోరోసిస్

49. ఫ్లోరోసిస్ వ్యాధి వల్ల కలిగే నష్టం?

జ. ఎముకలు పెలుసుబారి వంకర్లు తిరుగుతాయి.

50. ఫ్లోరోసిస్ వ్యాధి గ్రస్తులు ఎక్కువగా ఏ జిల్లాల్లో ఉన్నారు?

జ. నల్గొండ, ప్రకాశం, విశాఖపట్నం

51. ఎముకల ఆరోగ్యానికి ముఖ్యమైన కారకం?

జ. సూర్యరశ్మి

52. కండరాల్లో నొప్పులు, పట్టుకున్నట్లు ఉండడం,పట్టు కోల్పోవడం వంటివి ఏ వ్యాధి లక్షణాలు ?

జ. చికెన్ గున్యా

53. తేలుకుట్టిన భాగానికి పూయాల్సిన రసాయనం?

జ. టార్టారిక్ ఆమ్లం (లేదా) $KMnO_4$

54. విష సర్పం కాటు వేస్తే ఎన్ని గాట్లు పడతాయి?

జ. 2 గాట్లు

55. విష కీటకాలు కరిస్తే విరుగుడుగా ఇచ్చే మందు?

జ. ఏంటివీనమ్ ఇంజెక్షన్

56. కుక్కకాటుకు ఇచ్చే ఇంజెక్షన్

జ. యాంటీ రాబిస్ ఇంజెక్షన్

57. గాయాలు అయిన చోట శుభ్రం చేయడానికి ఉపయోగించే ద్రవం?

జ. యాంటి సెప్టిక్ లోషన్

58. అస్థిపంజరాన్ని గురించి చదివే శాస్త్రం?

జ. ఆస్టియాలజీ

58. జీవి వెలువల ఉండే పొలుసులు, ఈకలు, రోమాలు, కొమ్ములు మొదలైనవి?

జ. బయటి అస్థిపంజరాలు

59. పుర్రె, వెన్నెముకలో ఉండే అస్థిపంజరం?

జ. అంతరాస్థిపంజరం

60. మెదడును చుట్టి పెట్టెలా ఉండి రక్షణ కల్పించే నిర్మాణాలు?

జ. కపాలం

61. తలలో ఎముకల గూడు?

జ. పుర్రె

SAKSHI

62. మానవుని పుర్రెలో ఎముకల సంఖ్య?

జ. 22

63. కపాలంలో ఎముకల సంఖ్య?

జ. 8

64. మానవ శరీరంలో అతిచిన్న ఎముక?

జ. చెవి ఎముక(స్టేపిస్)

65. మానవ శరీరంలో అతిపెద్ద ఎముక?

జ. తొడ ఎముక(ఫీమర్)

66. మన శరీరం లోపల ఉండే అవయవాలకు ఆధారం, రక్షణ కల్పించేది?

జ. అస్థిపంజరం

67. శరీరంలో మెత్తగా ఉండే భాగం?

జ. కండరం

68. శరీర భాగాలకు రక్తాన్ని పంపిణీ చేసే అవయవం?

జ. గుండె

69. మన శరీరంలో గుండె ఉండే భాగం?

జ. ఛాతీలోపల ఎడమవైపు

70. రక్తంలో ఉండే మలినాలను వేరు చేసేది?

జ. మూత్ర పిండం

71. రక్తం కారే గాయాలకు ఏ మందు వేయాలి?

జ. అయోడిన్

72. ఎముకలో ఉండే కాల్షియం, పాస్ఫరస్ లవణాలను స్రవించే కణాలు?

జ. ఆస్టియోసైట్ కణాలు

73. మన శరీరంలో పక్కటెముకలు?

జ. 12 జతలు

74. వెన్నెముకలో వెన్నుపూసలు?

జ. 33

75. ఎముకలను సంధి తలాల్లో కలిపి ఉంచేది?

జ. లిగమెంట్ లేదా సంధి బంధనం

76. కండరాలను ఎముకతో కలిపే సంధి తలాల జాయింట్లలో ఉండే కణజాలం?

జ. స్నాయు బంధనాలు

77. కండరాలు ఎన్ని రకాలు?

జ. 3

78. అస్థిపంజరంలోని ఎముకలకు అతికి ఉండి కదలడానికి కారణమయ్యే కండరం?

జ. రేఖిత కండరం(అస్థికండర కణజాలం)

79. రక్తనాళాలు, పేగు కణజాలాల్లో ఉండే కండరాలు?

జ. అనియంత్రిత/అరేఖిత కండరాలు

80. గుండె నిర్మాణంలో ఉన్న కండరం?

జ. హృదయ కండరం

81. మన అధీనంలో ఉండి చలించడానికి వీలుగా ఉండే కండరాలు?

జ. రేఖిత కండరాలు

SAKSHI