

ઘોરણુ : 9

વિજ્ઞાન

પાઠ : 13

આપણે શા માટે માંડા પડીએ છીએ ?

સ્વાધ્યાય સોલ્યુશન

(sem : 2)



1. છેલ્લા એક વર્ષમાં તમે કેટલી વાર બીમાર પડ્યા હતા ?
બીમારી શું હતી?
- (a) આ બીમારીઓને દૂર કરવા માટે તમે તમારી દિનચર્ચામાં ક્યું
પરિવર્તન કરશો?
- (b) આ બીમારીઓથી બચવા માટે તમે તમારી આડોશપાડોશમાં
શું પરિવર્તન કરશો?

► છેલ્લા એક વર્ષમાં હું ત્રણ વખત બીમાર પડ્યો હતો. મેલેરિયા,
શરદી-ઉધરસ અને હિપેટાઇટિસની બીમારી હતી.

- (a) આ બિમારીઓને દૂર કરવા માટે આસપાસનું પર્યાવરણ સ્વચ્છ, બંધિયાર પાણીનો નિકાલ, ખુલ્લા બજારુ ખોરાકનો ઉપયોગ ટાળવો, પોષણક્ષમ આહાર અને ચોખ્યું ઉકાળેલા પાણીનો પીવા માટે ઉપયોગ તેમજ ઠંડાં પીણાંનો ઉપયોગ ટાળવા જેવાં પરિવર્તનો દિનચર્યામાં કરીશું.
- (b) આ બિમારીઓથી બચવા અડોશપડોશમાં ભરાઈ રહેતા પાણીનો નિકાલ તેમજ કચરો એકત્રિત થતો રોકવા જેવાં પરિવર્તન કરીશું.

2. ડોક્ટર, નર્સ, સ્વાસ્થ્ય કર્મચારીઓ અન્ય વ્યક્તિની તુલના માં રોગીઓના સંપર્કમાં વધારે રહે છે. તપાસ કરો કે તેઓ તેમની જતને બિમાર થતા કેવી રીતે બચાવે છે ?

- ડોક્ટર, નર્સ, સ્વાસ્થ્ય કર્મચારીઓ તેમની જતને બિમાર થતા બચાવવા માટે નીચેની સાવચેતી રાખે છે :
- દદીની તપાસ કરી સાબુશી હાથ ધૂએ છે અથવા હેંડ સેનિટાઇઝરના ઉપયોગશી હાથને જીવાણુમુક્ત કરે છે.

- ફિનાઇલથી તેમના કાર્ય-સ્થાનની સફાઈ કરાવે છે.
- ઉપયોગમાં લેવાતાં સાધનો જંતુરહિત (Sterilized) કરે છે.
- જરૂર મુજબ હેન્ડ-લોઝનો ઉપયોગ કરે છે.
- એઈ માટે ઉપયોગમાં લેવાચેલી સિરિંજ, નીડલ, પાટા, રંગોરેનો યોગ્ય નિકાલ કરાવે છે.



3. તમારી આડોશપાડોશમાં એક સર્વેક્ષણ કરો અને તપાસ કરો
કે સામાન્ય રીતે કઈ ત્રણ બીમારીઓ થાય છે ? આ બીમારી
ઓને ફેલાતી અટકાવવા માટે તમારા સ્થાનીય પ્રશાસનને
ત્રણ સૂચન કરો.

➤ સામાન્ય બિમારીઓ :

શરદી-ખાંસી, ટાઇફોઇન, ઝડપ. સ્થાનીય પ્રશાસનને આ બિમારી
ફેલાતી અટકાવવા માટે સુચનો :

➤ ચોઘા પાણીનો પુરવઠો પૂરો પાડવો. પાણીને ક્લોરિન-યુક્ત કરવું.

- નિયમિત રીતે કચરાના નિકાલની વ્યવસ્થા અને જંતુનાશકના છંટકાવ કરાવવા.
- સામાન્ય સંસર્ગજન્ય રોગો સંદર્ભે વખતોવખત રસીકરણ કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવું.



4. એક બાળક તેની બીમારી કહી શકતો નથી. આપણે તેની ઓળખ કઈ રીતે કરીશું ?

(a) શું બાળક બીમાર છે ?

(b) બાળકને કઈ બીમારી થઈ છે ?

- (a) સતત રડવું, આડા, ઘોરાક પ્રત્યે અરુંધિ તેમજ શરીર ગરમ રહેવું વગેરે લક્ષણો પરથી બાળક બીમાર છે તેની ઓળખ કરીશું.
- (b) બાળકને તાવ અને આડાની બીમારી થઈ છે.

**5. નીચે આપેલી પૈકી કઈ પરિસ્થિતિઓમાં કોઈ વ્યક્તિ પુનઃ
બીમાર પડી શકે છે ? શા માટે ?**

- (a) જ્યારે તે મેલેરિયામાંથી સાજો થઈ રહ્યો છે.
- (b) તે મેલેરિયામાંથી સાજો થઈ ગયો છે અને તે અછબડાના
રોગીની સેવા કરી રહ્યો છે.
- (c) મેલેરિયામાંથી સાજ થઈ ગયા પછી તે ચાર દિવસ ઉપવાસ
કરે છે અને અછબડા રોગીની સેવા કરી રહ્યો છે. શા માટે ?

➤ (c) મેલરિયામાંથી સાજુ થઈ ગઈ પછી વ્યક્તિ ચાર દિવસ ઉપવાસ કરે છે અને અછબડાના રોગીની સેવા કરી રહી છે. તે વ્યક્તિ પુનઃ બિમાર પડી શકે છે, કારણ કે મેલરિયાને કારણે વ્યક્તિ અશક્ત હોય છે. ઉપરાંત ચાર દિવસ ઉપવાસ કરે છે. તેથી ખોરાકના અભાવે તે વધારે અશક્ત બને છે. આ સ્થિતિમાં રોગપ્રતિકારતંત્રની કાર્યક્ષમતા ખૂબ જ નબળી હોવાથી અછબડાના રોગીની સારવારમાં ચેપ ઝડપથી લાગી શકે છે અને પુનઃ બિમાર પડી શકે છે.

6. નીચે આપેલ પૈકી કઈ પરિસ્થિતિઓમાં તમે બીમાર થઈ શકો છો ?

- (a) જ્યારે તમારી પરીક્ષાનો સમય છે.
- (b) જ્યારે તમે બસ તેમજ રેલગાડીમાં બે દિવસ સુધી યાત્રા કરી ને આવ્યા હોય.
- (c) જ્યારે તમારો મિત્ર ઓરીથી પીડાય છે. શા માટે ?

➤ (C) કારણ કે ઓરી સંસર્જન્ય (ચેપી) રોગ છે.



SUBSCRIBE

COMMENT

SHARE