Kidney गुर्दे

① गुर्दे परासरण की प्रक्रिया पर कार्य करते है।

Kidneys are wark of osmosis process.

नोट → फेफड़े ⇒ विसरण diffusion
Note Lungs

P-12 ② गुर्दो की खराबी होने पर कृत्रिम तरीके से रक्त का शुद्धीकरण किया जाता है। जिसे डायलेसिस (अपोहन) हेमोडायलेसिस कहते है।

⇒ Artificial Purification of Blood is done when kidneys not function well. This is Known as dialysis or Hemodialysis.

(4) **क्रम sequence.**

[निस्यंदन, चयनात्मक पुनः अवशोषण, निष्कासन
filtration, selective Reabsorption, excretion]

मूत्र

Urine

⇒ २४ घण्टे ⇒ 1 – 1.8 lit

२४ hours

⇒ मूत्र का PH मान ⇒ 6 अम्लीय

PH value of urine — Acidic

मूत्र का पीला रंग

Yellow colour of urine

यूरोक्रोम रंगा के कारण

Urochrome Pigment

⇒ गुर्दों की पथरी | जाँच ⇒ अल्ट्रासोनोग्राफी | Ultrasonography

Stone | Test

Joundice
पीलिया ⇒ Bilirubin की अधिकता के कारण
More Amount of Bilirubin

गुर्दा मे ऊतक
Kidney tissue ⇒ उपकला ऊतक
Epithelial Tissue

Nutrition
पोषण

पोषण
Nutrition

⇒ भोजन से पोषक पदार्थों को ग्रहण करने की क्रिया पोषण कहलाता है।

Absorption of nutrients from the food is known as Nutrition

Types of Nutrients
पोषक पदार्थों के प्रकार

Micronutrients
सूक्ष्म पोषक पदार्थ

मिलीग्राम
Miligram

↳ इनकी कम मात्रा आवश्यक होती है
need less Amount

उदाहरण ⇒ विटामिन Vitamin, खनिज पदार्थ minerals.
Ex

Macronutrients
वृहद पोषक पदार्थ

gm

↳ इनकी अधिक मात्रा आवश्यक होती है need large Amount

Macronutrient
वृहद पोषक पदार्थ

उदाहरण ⇒
Ex

1. Protein प्रोटीन
2. Carbohydrates कार्बोहाइड्रेट्स
3. Fat वसा
4. Water जल 5-6 lit

Vitamin
विटामिन

① खोज Discovery → कैसमीर फंक Casmir funk 1911-1912

② ये कार्बनिक यौगिक है।
These are carbonic compounds.

③ कार्य function → ① उपापचयी दर नियन्त्रित करती है।
Metabolic Rate

② रोगों से बचाव करती है
Provide Immunity

types of Vitamin
विटामिन्स के प्रकार

1. Water soluble
   जल में घुलनशील → B, C

2. वसा में घुलनशील
   fat soluble → KEDA

Vitamin B

⇓

समूह → **Vitamin B Complex**
Group   विटामिन B समूह

8 विटामिन
Vitamins

[B_1 B_2 B_3 B_5 B_6 B_7 B_9 B_{12}]

B_{11}

Vitamin B_1 → N_2 आवश्यकता होती है। Need N_2

① Chemical Name रसायनिक नाम → Thiamin थायमीन

② अल्पता रोग Deficiency disease ⇒ बेरी-बेरी Beri-Beri
↳ पेशी का लकवा Muscles Paralysis

③ स्त्रोत Sources ⇒ फलियां Beans, अनाज Cereals, काजू Ceshew Nut
मटर Pea, Meat मांस, egg अंडे, दूध milk

Pya

केला Banana

Vitamin B2 → yellow vitamin पीली विटामीन

① **Chemical Name रसायनिक नाम** → Riboflavin राइबोफ्लेविन

② **D/D अल्पता रोग** → **Cheilosis किलोसीस**
मुंह में छाले Bluster in Mouth

③ **Sources स्त्रोत** → अनाज, पनीर, Meat, egg, दूध
Cereals, Cheese, मांस, अण्डा, Milk
मूंगफली Peanut.

गाय के दूध का रंग ⇒ पीला

Cow milk colour ⇒ yellow

↓

Vitamin ⇒ B_2 — पीला

⇒ प्रोटीन Protein

⇓

Carotinoid — कैरोटीनाइड

Carotene — कैरोटीन

Vitamin B_3

① Chemical Name
रसायानिक नाम → नियासीन Niacine, Nicotanic Acid
निकोटनीक अम्ल

P.P. → Pellegra Preventing
पेलाग्रा से बचाव करती

② अल्पता रोग
D/D → Pellegra
पेलाग्रा

पेलाग्रा

Pellagra

↳ 4 D- Diseases

4-D रोग कहते हैं।

1. Dermatitis त्वचा रोग
2. Diarrhea डायरिया
3. Dementia याददाश्त भूल जाना
4. Death मृत्यु