

EPISODE 03

ജീവകങ്ങൾ

VITAMINS — PSC REVISION



ജീവകങ്ങൾ

ജീവശാസ്ത്രം

- Q1. സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ നിന്ന് ശരീരത്തിന് ലഭിക്കുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?
✓ ജീവകം ഡി
- Q2. 'സൗന്ദര്യ ജീവകം' എന്നറിയപ്പെടുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?
✓ ജീവകം ഇ
- Q3. രക്തം കട്ടപിടിക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?
✓ ജീവകം കെ
- Q4. ജീവകം സി-യുടെ രാസനാമം എന്താണ്?
✓ അസ്കോർബിക് ആസിഡ്
- Q5. ജീവകം ബി1-ന്റെ രാസനാമം എന്താണ്?
✓ തയാമിൻ
- Q6. തയാമിന്റെ കുറവുകൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്ന രോഗം ഏതാണ്?
✓ ബെറിബെറി
- Q7. പെല്ലുഗ്ര ഏത് ജീവകത്തിന്റെ കുറവുമൂലം ഉണ്ടാകുന്ന രോഗമാണ്?
✓ ജീവകം ബി3



ജീവകങ്ങൾ

ജീവശാസ്ത്രം

- Q8. ജലത്തിൽ ലയിക്കുന്ന ജീവകങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്?
✓ ജീവകം ബി, ജീവകം സി
- Q9. കൊഴുപ്പിൽ ലയിക്കുന്ന ജീവകങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്?
✓ ജീവകം എ, ഡി, ഇ, കെ
- Q10. സ്കർവി ഏത് ജീവകത്തിന്റെ കുറവുകൊണ്ടാണ് ഉണ്ടാകുന്നത്?
✓ ജീവകം സി
- Q11. 'കാൽസിഫെറേൾ' എന്നത് ഏത് ജീവകത്തിന്റെ രാസനാമമാണ്?
✓ ജീവകം ഡി
- Q12. അണുബാധയെ പ്രതിരോധിക്കുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?
✓ ജീവകം എ
- Q13. കൊബാൾട്ട് അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ജീവകം ഏതാണ്?
✓ ജീവകം ബി12
- Q14. 'നെറ്റിനോൾ' എന്നത് ഏത് ജീവകത്തിന്റെ രാസനാമമാണ്?
✓ ജീവകം എ



ജീവകങ്ങൾ

ജീവശാസ്ത്രം

- Q15. ജീവകം ബി2-ന്റെ രാസനാമം എന്താണ്?
✓ നൈബോപ്റ്റേവിൻ
- Q16. ജീവകം ഡി-യുടെ കുറവുകൊണ്ട് കുട്ടികളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന രോഗം ഏതാണ്?
✓ റിക്ടസ്
- Q17. ജീവകം ഇ-യുടെ രാസനാമം എന്താണ്?
✓ ടോക്കോഫെറോൾ
- Q18. ജീവകം കെ-യുടെ രാസനാമം എന്താണ്?
✓ ഫൈലോക്വിനോൺ
- Q19. ജീവകം ബി12-ന്റെ കുറവുകൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്ന അനീമിയ ഏതാണ്?
✓ പെർണീഷ്യസ് അനീമിയ
- Q20. ജീവകം ബി9-ന്റെ മറ്റൊരു പേരെന്താണ്?
✓ ഫോളിക് ആസിഡ്
- Q21. ജീവകം സി ഏറ്റവും കൂടുതൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ഫലം ഏതാണ്?
✓ നെല്ലിക്ക



ജീവകങ്ങൾ

ജീവശാസ്ത്രം

Q22. ജീവകം എ ഏറ്റവും കൂടുതൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള പച്ചക്കറി ഏതാണ്?

✓ കാരറ്റ്

Q23. ജീവകം ബി6-ന്റെ രാസനാമം എന്താണ്?

✓ പൈറിഡോക്സിൻ

Q24. ജീവകം ഡി-യുടെ കുറവുകൊണ്ട് മുതിർന്നവരിൽ ഉണ്ടാകുന്ന അസ്ഥി രോഗം ഏതാണ്?

✓ ഓസ്റ്റിയോമലേഷ്യ

Q25. പാലിലും മുട്ടയിലും ഇല്ലാത്ത ജീവകം ഏതാണ്?

✓ ജീവകം സി

Q26. ജീവകം ബി7-ന്റെ രാസനാമം എന്താണ്?

✓ ബയോട്ടിൻ

Q27. തവിട് കളയാത്ത ധാന്യങ്ങളിൽ ധാരാളമായി അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?

✓ ജീവകം ബി1

Q28. ചുടാക്കുമ്പോൾ ഏറ്റവും വേഗത്തിൽ നഷ്ടപ്പെടുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?

✓ ജീവകം സി



ജീവകങ്ങൾ

ജീവശാസ്ത്രം

Q29. മനുഷ്യശരീരത്തിൽ ഹോർമോണായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?

✓ ജീവകം ഡി

Q30. പ്രത്യുത്പാദന ശേഷിക്ക് ആവശ്യമായ ജീവകം ഏതാണ്?

✓ ജീവകം ഇ

Q31. ജീവകം ബി12-ന്റെ രാസനാമം എന്താണ്?

✓ സയനോകൊബാലമിൻ

Q32. രാക്കുരുടി ഏത് ജീവകത്തിന്റെ കുറവുകൊണ്ടാണ് ഉണ്ടാകുന്നത്?

✓ ജീവകം എ

Q33. മൂത്രത്തിലൂടെ വിസർജ്ജിക്കപ്പെടുന്ന ജീവകം ഏതാണ്?

✓ ജീവകം സി

Q34. ജീവകങ്ങൾ കണ്ടെത്തിയ ശാസ്ത്രജ്ഞൻ ആരാണ്?

✓ കാസിമിർ ഫങ്ക്

