

## आरोग्य संवर्धन भाग – १ (Health Promotion – 1)

### अनुक्रमणिका

#### शरीरशास्त्र

१) मानवी शरीर (Human Body)	१
२) अस्थिसंस्था व हाडे (Skeletal System & Bones)	८
३) हृदिराभिसरण संस्था (Circulatory System)	२४
४) लससंस्था (Lymphatic System)	३८
५) पचनसंस्था (Digestive System)	४२
६) श्वसनसंस्था (Respiratory System)	६३
७) मूत्रसंस्था (Urinary System)	६९
८) जननसंस्था (Reproductive System)	७६
९) मज्जासंस्था (Nervous System)	९०
१०) नलिका विरहित ग्रंथी (Nervous System)	१०४
११) ज्ञानेंद्रिये (Special Senses)	११२

#### आहारशास्त्र (Nutrition)

१२) आहार व आरोग्य (Nutrition & Health)	१२५
१३) अन्नाचे वर्गीकरण व अन्नघटक (Classification of food & Nutrient)	१२८
१४) अन्नाचे पोषणमूल्यानुसार वर्गीकरण (Classification of food According to Nutritive Value)	१५४
१५) आहारीय कमतरतेने होणारे रोग	१६०

(Nutritional Defficiency Diseases)

१६) अन्न शिजविण्याच्या, साठविण्याच्या आणि टिकविण्याच्या पद्धती १८३

(Methods of cooking, Storage & Presveration of Food)

१७) अन्न शिजविण्यापूर्वी अन्नाची स्वच्छता व सुरक्षितता व अन्नभेसळ १९२

(Food Hygiene & safe Preparation, Food Adulteration)

१८) समतोल आहार (Balanced Diet) १९५

**आरोग्यशास्त्र (Hygine)**

१९) वैयक्तिक आरोग्य (Personal Hygiene) २०९

२०) आजान्यांची काळजी व देखभाल (Care of the Sick) २१७

२१) आरोग्यदायक सवयी/ हेल्थ हॅबिटस् (Healthy Habits) २२८