I'm not robot
reCAPTCHA
I am not robot!

সমসত ভটিমেনর রসায়নক নামর তলিকা PDF - List of Vitamins and their Chemical Names in Bengali PDF নমসকার বনধুরা, আজ তমাদের সঙগে শয়ার করব, List of Vitamins and their Chemical Names in Bengali PDF; এটর মধযে তমরা সমসত ভটিমেনর নাম ও তাদের রসায়নক নামর একটা সনদর তলিকা পাব। বিভননন রকম চাকরির পরীকষা বা পরতযোগতামলক পরীকষায় এই বষয়টা থাক পরশন এসে থাক, তাই তমরা যদি এই তলিকাটা মখসথ রাখ তাহলে খুবই সহজেই পরীকষায় আসা পরশনের সঠক উততর দতে পারব। ফলকযাসিডফরলে, এরগোকযালসিফরলে তমরা নচের দওয়া লঙক থাক উপরের তলিকাটার PDF File ডাউনলোড করে নাও, মুখস করে তমার অফলাইনও এটা পড়তে পার। Hello Students: আজ আপনাদের সথে শয়ার করব, ভটিমেনর উৎস, কাজ এবং অভাবজনত লকষণ তলিকা পিডএফ - Pdf List of Vitamins With Source and work in bengali - এটার মাধযমে আপনারা ভটিমেনের উৎস, কাজ এবং অভাবজনত লকষণ সমপরক একটা সবচে ধরণা লাভ করতে পারবেন, কারণ ভটিমেন ছাড়া শরীর ঠকমত চলচল করতে পারে না। শরীরের অতযনতরীণ সকল পরণালি সচল রাখার জনয ভটিমেনের পরয়োজনীয়তা খুবই গুরতবপূরণ। ভটিমেনের অভাব শরীরের মধযে মারাতমক সব রোগের বাসা বাধে। ভটিমেনের অভাব পূরণ করতে হলে নায়মত ভটিমেন সমৃদধ পষটকর খাবার গরহণ করতে করতে হবে। সুতরাং সময় অপচয় না করে তলিকাটা পড়ে নেন এবং নচের দওয়া লক থাক সমপূরণ বনামলয়া পিডএফ ফাইলটা ডাউনলোড করে নেন। পিডএফ টা কছু নমুনা: ❑ চারবজাতীয় পাদারথের দরবণীয় ভটিমেন A (রটিনল) ১৯১৩ ⇨ দুধ, ডিম, মাছ, মাখন, শাক, গাজর, ফল, আম, টমাটো, হলুদ ❑ ভটিমেন D (কযালসিফরল) ১৯২৫ ⇨ কড ও হায়লিবাট মাছের যকৃত নসৃত তেল, ডিমের কুসুম, দুধ, মাখন ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ - রাতকানা, ফিরনাডরমা, (টোকোফরল) ১৯৩৬ ⇨ শাক – সবজি, সাবান, গম ইতযাদি ❑ ভটিমেন K ⇨ টমাটো, শাক সবজি, ঝাঁধাকপি, সাবান তেল দরবণীয় ভটিমেন ❑ ঃভটিমেন B1 (থায়ামেন) ১৯৩৬ ⇨ ডিমের কুসুম, ফলাকপি, বাদাম, ডাল, টকাটা চাল, শালগম, ইসট ইতযাদি ❑ ভটিমেন B2 (রাইবাফলাবিন) ১৯৩৬ ⇨ ডিম, দুধ, শসয, যকৃত, সবুজ শাক পাতা ❑ ভটিমেন B1 (প্যানটথনিক অ্যাসিড) ⇨ মাংস আলু, দুধ, ডিমের কুসুম, যকৃত, মটর ❑ ভটিমেন B6 (পাইরডাকসিন) ⇨ শাক – পাতা, শসয, ডিম, ভটিমেন, যকৃত ❑ ভটিমেন B12 (সায়ানকবালামিন) ⇨ শাক – সবজি, ডিম, বাকক, যকৃত ❑ ভটিমেন C (অযাসকরবক অ্যাসিড) ⇨ মাছ, মাংস, আনারস, লেবু, কাঁচা লঙকা, বরবটি, ঝাঁধাকপি, দুধ, টমাটো, আম File Details: File Names: List of Vitamins With Source and work in bengali File Format: PDF Language: Bengali No. of Pages: 3 File Size: 545kb Download Link: Click here to Download পরতিরকষা ও নরপততা বযবসথা পিডএফ ডাউনলোড একনজরে বিভননা ভটিমেন PDF || Aknojore Bivinno Vitaminsআজকে তমাদের সঙগে শয়ার করছি একনজরে বিভননা ভটিমেন তলিকা PDF। যে পাসটটার মধযে বিভননন রকম ভটিমেন গুলি নাম, রাসায়নক নাম, দরকারযতা, উৎস, অভাবজনত রোগ এই রকম গুরতবপূরণ তথয গুলি দওয়া আছে। সে পাসটটার মধযে তমরা ভটিমেনের সমপূরণ তথয গুলি পেয়ে যাবে যা তথয গুলি থাক বিভননন পরীকষায় পরশন আসে। তাই বনধুরা আর দেরি না করে নীচ সাকষপত আমরা ভটিমেন সমপরক লেখা গুলি পড়ে নীচ তার সমপূরণ PDF-টা সংগরহ করে নাও বনামলয়। ◉ দরকারযতা - সনহ পাদারথ উদভেদ উৎস- ঝাঁধাকপি, গাজর, সবুজ শাকসাবজি, পেপে, পালং শাক, পাকা আম ইতযাদি। পরাণজ উৎস- হালা করড, কড, হাঙগের ইতযাদি মাছের যকৃত নসৃত তেল, ডিমের কুসুম, দুধ, মাখন ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ - রাতকানা, ফিরনাডরমা, কেরাটোমালাসিয়া উদভেদ উৎস বাদাম, মটর, শুকনা মটরশুটি, সাবান, মুসুর ডাল, ডাল, ফলাকপি, বীট, পালং, লটস শাক ইতযাদি। পরাণজ উৎস ডিমের কুসুম, প্রাণীর মাংস ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ- বিরিবরি কয়ধমনদয়। ◉ রাসায়নক নাম - রাইবাফলাভিন উদভেদ উৎস মাট শাক, মটরশুটি, মাশরুম, বাদাম, কুমড়া, মাংস আলু, অঙকুরিত গম, কলিম শাক, পালং শাক ইতযাদি। পরাণজ উৎস রকক, যকৃত, মাছ, মাংস, ডিমের সাদা অংশ ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ - মটামটাইটস, গলসাইটস, চাকষু, তবক পরভৃতির কষয় উদভেদ উৎস মটর, বট, কলা, বাদাম, গাট ইতযাদি। পরাণজ উৎস ডিমের কুসুম, মাংস, মাছ, ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ- পেলগরা। ◉ রাসায়নক নাম- প্যানটাথনিক অ্যাসিড উদভেদ উৎস রুটি আলু, মাশরুম, মুসুর ডাল, মটর, লাখর গুড় ইতযাদি। পরাণজ উৎস যকৃত, মাংস, ডিম, দুগধজাত পাণয ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ- পানদরা, ডরমাটাইটস। ◉ রাসায়নক নাম- পাইরডাকসিন উদভেদ উৎস অঙকুরিত শসয, ছাল, সারাকষত শসয, শাকসাবজি, কলা, পেপে ইতযাদি। পরাণজ উৎস গরুর যকৃত, সয়াবলমন মাছ, মাংস, ডিম ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ- নউরপাথি, অ্যানিময়া উদভেদ উৎস চাকতা চাল, লাল আটা, লুতার ফযান, গমের ছাঁস ইতযাদি। পরাণজ উৎস মাংস সাদা দুধ, ডিম, দুধ ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ - ডরমাটাইটস ও এনামটরস, চলপড়া, চরমরোগ, রাতে দুধ বযাহত। ◉ রাসায়নক নাম - সায়ানকবালামিন উদভেদ উৎস পনির, দই ইতযাদি। পরাণজ উৎস মাংস, মাছ, দুধ, ডিম ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ - অ্যানিময়া বা রকতালপতা, রাতে দুধ বযাহত, পারানিসয়া। ◉ রাসায়নক নাম - অযাসকরবক অ্যাসিড উদভেদ উৎস পিতালের, কাঁচা লঙকা, টমাটো, পেয়ারা, আমলকি পরভৃতি সমসত টক জাতীয় ফল ইতযাদি। পরাণজ উৎস মাছ, মাংস, গরুর দুধ এবং মাতৃদুগধ ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ - সকারভি। ◉ রাসায়নক নাম - কযালসিফরলে উদভেদ উৎস সূরযের কিরণ, ঝাঁধাকপি, গাজর, সবুজ শাকসাবজি, পেপে, পালং শাক, পাকা আম ইতযাদি। পরাণজ উৎস হালা করড, হাঙগের ইতযাদি মাছের যকৃত নসৃত তেল, ডিমের কুসুম, দুধ, মাখন ইতযাদি। হল। পরাণজ উৎস এগুলি মনুষযদেহের সূরযালোক রশমির দবারা ভটিমেন D উৎপনন হয়। ◉ অভাবজনত রোগ- রকটা (শশু), অসটও মালাসিয়া উদভেদ উৎস সবুজ শাকসাবজি, মটরশুটি, লটস শাক বা অঙকুরিত ছোলা ইতযাদি পরাণজ উৎস ডিমের কুসুম, দুধ, মাখন ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ - বনধযাতব। ◉ রাসায়নক নাম - ফাইলোকইননন/নযাপথাকইননন উদভেদ উৎস আলফা শাক, অঙকুরিত গম, সাবান, পালং শাক, ঝাঁধাকপি, টমাটো ইতযাদি। পরাণজ উৎস দুধ, মাখন, যকৃত, ডিমের কুসুম ইতযাদি। ◉ অভাবজনত রোগ- রকতকষরা। ভটিমেনের PDF টা পেতে নীচের Download Now-এ কলিক করুন File Details ::File Name: একনজরে বিভননা ভটিমেনFile Format: PDFNo. of Pages: 02File Size: 216 KBDownload Link :বিভননা ভটিমেন ও খনিজের অভাবজনত রোগের