

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT. & YOGA (AYU.) (H.E.)]

EXAMINATION SEPTEMBER-2012

SHARIR RACHANA EVAM KRIYA (VYAVAHARIK PAKSHA)

Date :- 10-09-2012

Time :- 10:00 a.m. to 01:00 p.m.

Monday

Total Marks :- 100

सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.

२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।

The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. स्त्री के आभ्यांतर प्रजनन अवयवों की रचना और क्रिया का वर्णन करें । 10
Describe the structure and function of internal genital organs of female.

2. लसिकाप्रणालि का महत्व स्पष्ट कीजिए एवं प्लीहा की रचना तथा कार्य का वर्णन करें । 10

Explain the importance of lymphatic systems and structure-function of spleen.

OR

सृष्टि उत्पत्तिक्रम का वर्णन कीजिए ।

Describe the concept of creation.

3. निम्नोक्त में से किन्हीं चार पर टिप्पणी करें । 20
Write short notes on any four from the following :

A. शरीर तथा शारीर ।

Sharira and Shaarira.

B. आशय-मूत्राशय ।

Aashaya-Mutrashaya.

C. पिच्युटरी ग्रन्थि के पश्चात खंड के कार्य ।

Functions of posterior lobe of pituitary gland.

D. अधिवृक्क ग्रन्थि के प्रांत भाग की रचना तथा कार्य ।

Structure and functions of adrenal cortex.

E. धातुभेद से पुरुषभेद ।

Types of Purusha according to Dhatubheda.

4. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10

A. हृदय के सभी वाल्व के नाम लिखें ।

Enlist the valves of heart.

B. पिच्युटरी ग्रन्थि के अग्र खंड के चार अंतःस्रावों के नाम लिखें ।

Enlist four hormones of anterior lobe of pituitary gland.

C. वलयास्थि के उदाहरण लिखें ।

Write the examples of Valayasthi.

D. पेशी के मुख्य कार्य लिखें ।

Enlist the principal functions of Peshi.

E. बीजवाहिनी के विविध भागों के नाम लिखें ।

Enlist the parts of fallopian tube.

F. सांद्र पित्त कहाँ संग्रहित होता है ?

Where dense bile is stored ?

[P.T.O.]

SECTION-B

5. विविध धातुसार पुरुष के लक्षणों का विवरण करें । 10
Describe the signs and symptoms of different Dhatusara Purusha.
6. षट्चक्रों का वर्णन करें । 10
Describe Shatchakras.

OR

आत्मा के गुण, लक्षण तथा प्रकारों का वर्णन करें ।
Describe the properties, characteristic feature and types of Atma.

7. निम्नोक्त में से किन्हीं चार पर टिप्पणी करें । 20
Write short notes on any **four** from the following :
- A. मस्तिष्क स्क्ंध ।
Brain stem.
- B. शब्दज्ञानोत्पत्ति ।
Physiology of hearing.
- C. वारिसारधौति का शरीरतंत्रो पर प्रभाव ।
Effects of Varisara Dhauti on body systems.
- D. मीट्टीपट्टी का शरीर के तंत्रो पर प्रभाव ।
Effect of Mud pack on body systems.
- E. स्वादांकुरों के प्रकार ।
Types of taste buds.
8. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any **Five** of the following : 10
- A. तामस प्रकृति के नाम लिखें ।
Enlist Tamas Prakriti.
- B. वैकल्यकर मर्म को व्याख्यायित करें ।
Define Vaikalyakara Marma.
- C. अस्थि तथा मज्जा धातु के मलों के नाम लिखें ।
Enlist the Malas of Asthi and Majja Dhatu.
- D. सद्यप्राणहर मर्म के चार उदाहरण लिखें ।
Enlist four examples of Sadyapranahara Marma.
- E. ओज के प्रकार के नाम लिखें ।
Enlist types of Oja.
- F. मांस तथा मेद धातुओं की उपधातुओं के नाम लिखें ।
Enlist the Upadhatus of Mamsa and Meda Dhatu.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)]

EXAMINATION SEPTEMBER-2012

YOGA SHASTRA

Date :- 17-09-2012

Monday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.

Total Marks :- 100

सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.

२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।

The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. पातंजल योग सूत्र के विभिन्न अध्यायों में समाविष्ट विषयों का वर्णन करें । 10
Describe the subjects included in different chapters of Patanjala Yoga Sutra.

2. हठप्रदीपिका के अनुसार वृषासन की विधि, प्रकार और लाभों का वर्णन करें । 10
Describe the technique, types and benefits of Vrishasana as per Hathapradipika.

OR

हठप्रदीपिका के अनुसार नादानुसंधान की प्रक्रिया एवं अवस्थाओं का वर्णन करें ।
Describe the procedure and stages of Nadanusandhana as per Hathapradipika.

3. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20

A. सूत्र समझाएँ : तस्य भूमिषु विनियोगः ।

Explain the quote : Tasya Bhumishu Viniyogah.

B. सूत्र समझाएँ : वृत्तयः पंचतय्यः क्लिष्टा अक्लिष्टाः ।

Explain the quote : Vrittayah Panchatayyah Klishhta Aklishhtah.

C. सूत्र समझाएँ : अविद्यास्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः क्लेशाः ।

Explain the quote : Avidyasmitaragadveshabhiniveshah Kleshah.

D. सूत्र समझाएँ : तत्र प्रत्ययैकतानता ध्यानम् ।

Explain the quote : Tatra Pratyayaikatanata Dhyanam.

E. सूत्र समझाएँ : तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम् ।

Explain the quote : Tada Drashtuh Svarupeavasthanam.

4. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10

A. पातंजल योग सूत्र के अनुसार वृत्तियों के नाम लिखें ।

Enlist the names of Vrittis according to Patanjala Yoga Sutra.

B. संयम की परिभाषा लिखें ।

Define Samyama.

C. हठप्रदीपिका के अनुसार योगनाशक भाव सूचिबद्ध करें ।

Enlist the factors destroying Yoga according to Hathapradipika.

D. हठप्रदीपिका एवं घेरण्ड संहिता में वर्णित आसनों की संख्या लिखें ।

Enumerate the Asanas described in Hathapradipika and Gheranda Samhita.

E. हठप्रदीपिका में वर्णित प्राणायामों के नाम लिखें ।

Enlist the Pranayamas described in Hathapradipika.

F. हठप्रदीपिका में वर्णित किन्हीं चार मुद्राओं का नाम लिखें ।

Enlist any four Mudras described in Hathapradipika.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. घेरण्ड संहिता के अनुसार कपालभाति के प्रकारों का सविधि वर्णन करें । 10
Describe the types of Kapalabhati with their procedures as per Gheranda Samhita.
6. पंचकोष का वर्णन करें । 10
Describe the Panchakosha.

OR

- गोरक्ष संहिता का वर्णन करें ।
Describe the Goraksha Samhita.
7. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20
- A. टिप्पणी करें : कुण्डलिनी का स्वरूप ।
Write a short note on: Form of Kundalini.
- B. टिप्पणी करें : त्राटक ।
Write a short note on: Trataka.
- C. टिप्पणी करें : आज्ञा चक्र ।
Write a short note on: Ajna Chakra.
- D. टिप्पणी करें : मातंगिनी मुद्रा ।
Write a short note on: Matangini Mudra.
- E. टिप्पणी करें : वैदिक वाङ्मय में प्राणविद्या ।
Write a short note on: Pranavidya in Vedic literature.
8. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10
- A. घेरण्ड संहिता का रचनाकाल एवं रचयिता का नाम लिखें ।
Write the time period and name of the author of Gheranda Samhita.
- B. मिताहार की व्याख्या लिखें ।
Define Mitahara.
- C. नेति के शास्त्रोक्त लाभ लिखें ।
Enlist the classical benefits of Neti.
- D. भुजंगासन के शास्त्रोक्त लाभ लिखें ।
Enlist the classical benefits of Bhujangasana.
- E. 'कंद' का स्थान लिखें ।
Write the site of 'Kanda'.
- F. जालंधर बंध किसे कहते हैं ।
What is meant by Jalandhara Bandha ?

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)
[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)]

EXAMINATION SEPTEMBER-2012

YOGA KE SIDDHANTA EVAM PADDHATIYAN, NISARGOPACHAR EVAM YOGA
KE SANSKRUTIK SAMANVAYA

Date :- 14-09-2012

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.

Friday

Total Marks :- 100

सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.

२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।

The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. आसनों के वर्गीकरण एवं महत्व को समझाते हुए, उनके प्रभावों का वैज्ञानिक 10
आधार पर वर्णन करें ।

Explaining the classification and importance of Asanas, describe their effects on scientific basis.

2. प्राणायाम की व्याख्या लिखते हुए उसके सामान्य प्रभावों का वर्णन करें । 10

Defining Pranayama, describe its general effects.

OR

धारणा की व्याख्या लिखते हुए, उसके प्रकार एवं महत्व समझाएँ ।

Writing the definition of Dharana, explain its types and importance.

3. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20

A. टिप्पणी करें : मुद्रा के प्रकार ।

Write a short note on: Types of Mudra.

B. टिप्पणी करें : मूलबंध के शरीरक्रियात्मक एवं योगिक प्रभाव ।

Write a short note on: Physiological and Yogic effects of Mulabandha.

C. टिप्पणी करें : योग में सूक्ष्म व्यायाम का महत्व ।

Write a short note on: Importance of Sukshma Vyayama in Yoga.

D. टिप्पणी करें : देहशुद्धि एवं स्वास्थ्य ।

Write a short note on: Body cleansing and health.

E. टिप्पणी करें : घेरण्ड संहिता ।

Write a short note on: Gheranda Samhita.

4. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10

A. कुंजल की व्याख्या लिखें ।

Define Kunjala.

B. कपालभाति की पद्धति संक्षिप्त में लिखें ।

Write the technique of Kapalabhati in brief.

C. नियम को सूचिबद्ध करें ।

Enlist Niyama.

D. 'सत्य' को परिभाषित करें ।

Define 'Satya'.

E. योनिमुद्रा की पद्धति संक्षिप्त में लिखें ।

Write the technique of Yonimudra in brief.

F. स्वाध्याय किसे कहते हैं ?

What is meant by Swadhyaya ?

[P.T.O.]

SECTION-B

5. वेदिक काल में प्रचलित योग एवं निसर्गोपचारीय अवधारणाओं का वर्णन करें । 10
Describe the concepts of Yoga and Nisargopachara prevalent during the Vedic Era.
6. सांस्कृतिक विकास के साथ योग के सम्बन्ध को स्पष्ट करें । 10
Explain the relationship of Yoga with cultural development.

OR

संहिता काल में प्रचलित योग एवं निसर्गोपचारीय अवधारणाओं का वर्णन करें ।
Describe the concepts of Yoga and Nisargopachara prevalent during the Samhita Period.

7. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20
- A. टिप्पणी करें : श्रीमन् माधव योग मंदिर समिति, कैवल्यधाम ।
Write a short note on: Shriman Madhava Yoga Mandir Samiti, Kaivalyadhama.
- B. टिप्पणी करें : योग केन्द्र, सांताक्रुझ, मुम्बई ।
Write a short note on: Yoga Kendra Santacruz, Mumbai.
- C. टिप्पणी करें : निसर्गोपचार के प्रसार प्रचार में सामाजिक संस्थाओं का योगदान ।
Write a short note on: Role of social organizations in propagation and promotion of Nisargopachara.
- D. टिप्पणी करें : योग द्वारा व्यसन मुक्ति ।
Write a short note on: De-addiction through Yoga.
- E. टिप्पणी करें : शैक्षणिक संस्थाओं में योग की उपादेयता ।
Write a short note on: Utility of Yoga in educational institutions.
8. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10
- A. एम.पी.आई.वाय.एन.इ.आर. का पूरा नाम एवं उसकी स्थापना की तिथि लिखें ।
Write the full name of M.P.I.Y.N.E.R. and the date of its establishment.
- B. कायावरोहण तीर्थ के स्थापक का नाम एवं स्थान लिखें ।
Write the name of the founder and the place of Kayavarohana Tirtha.
- C. विश्वायतन योग संस्थान के स्थापक का नाम एवं स्थान लिखें ।
Write the name of the founder and the place of Vishvayatana Yoga Sansthana.
- D. हिंदु धर्म में समाविष्ट किन्हीं चार योगिक प्रक्रियाओं के नाम लिखें ।
Enlist any four Yogic practices included in Hindu religion.
- E. इसाई धर्म में समाविष्ट किन्हीं चार निसर्गोपचारीय प्रक्रियाओं के नाम लिखें ।
Enlist any four Naturopathic practices included in Christianity.
- F. ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा प्रचलित राजयोग क्या हैं ?
What is the form of Rajayoga propagated by Brahmakumaris organization ?

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT. & YOGA(AJU.)(H.E.)]

EXAMINATION SEPTEMBER-2012

AUSADH VIGNAN SHASTRA-DRAVYAGUNA SHASTRA, NAIDANIK
PADDHATIYAN EVAM VYAVAHAR AYURVED

Date :- 15-09-2012

Saturday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.

Total Marks :- 100

सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.

२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।

The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. स्वास्थ्य की परिभाषा लिखते हुए, आयुर्वेद मतानुसार व्याधि के प्रकार सोदाहरण 10
समझाएँ ।

Defining health, describe the types of diseases as per Ayurveda giving suitable examples.

2. आयुर्वेद मत से औषधि के वर्गीकरण का वर्णन करें । 10
Describe the classification of Aushadhi according to Ayurveda.

OR

स्पर्शन परीक्षा का वर्णन करें ।

Describe Sparshana Pariksha.

3. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20

A. टिप्पणी करें : आधुनिक चिकित्सा विज्ञान के मतानुसार रोग के प्रकार ।

Write a short note on: Types of diseases according to modern medical science.

B. टिप्पणी करें : श्रवण परीक्षा का महत्व ।

Write a short note on: Importance of Auscultation.

C. टिप्पणी करें : प्रत्यक्ष की नैदानिक उपादेयता ।

Write a short note on: Diagnostic utility of Pratyaksha.

D. टिप्पणी करें : प्रकृति परीक्षण ।

Write a short note on: Prakruti Parikshana.

E. टिप्पणी करें : पुरीष परीक्षण विधि ।

Write a short note on: Method of stool examination.

4. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10

A. दोष की व्याख्या करें ।

Define Dosha.

B. अभ्यवहरण शक्ति की व्याख्या लिखें ।

Define Abhyavaharana Shakti.

C. अल्ट्रा सोनोग्राफी किसे कहते हैं ?

What is meant by Ultra Sonography ?

D. कार्डियोग्राम किसे कहते हैं ?

What is meant by Cardiogram ?

E. बैक्टेरिया से होनेवाले किन्हीं चार रोगों के नाम लिखें ।

Enlist any four diseases occurring due to Bacteria.

F. औषध प्रयोग जनित किन्हीं चार व्यापतियों के नाम लिखें ।

Enlist any four iatrogenic disorders.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. सप्त पदार्थ का वर्णन करें । 10
Describe Sapta Padartha.

6. प्राचीन दृष्टिकोण से कर्म प्रक्रिया का विवेचन करें । 10
Explain the process of Karma as per ancient ideology.

OR

विष की व्याख्या लिखते हुए, विषों के वर्गीकरण का वर्णन करें ।
Defining Poison, describe the classification of poisons.

7. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20

A. टिप्पणी करें : विपाक ।

Write a short note on: Vipaka.

B. टिप्पणी करें : पाचन एवं उसका महत्व ।

Write a short note on: Pachana and its importance.

C. टिप्पणी करें : अनुलोमन एवं उसका महत्व ।

Write a short note on: Anulomana and its importance.

D. टिप्पणी करें : मात्राविरुद्ध आहार द्रव्य सेवन एवं उसके प्रभाव ।

Write a short note on: Consumption of food in improper quantity & its effects.

E. टिप्पणी करें : विषपान के संदेह में निसर्गोपचारज्ञ का कर्तव्य ।

Write a short note on: Duties of Naturopath in the case of suspected poisoning.

8. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10

A. द्रव्य की परिभाषा लिखें ।

Define Dravya.

B. ग्राही किसे कहते हैं ?

What is meant by Grahi ?

C. हरिद्रा के चिकित्सात्मक चार प्रयोग लिखें ।

Enlist any four therapeutic uses of Haridra.

D. तुलसी के चिकित्सात्मक चार प्रयोग लिखें ।

Enlist any four therapeutic uses of Tulasi.

E. व्यवहार आयुर्वेद की परिभाषा लिखें ।

Define Vyavahara Ayurveda.

F. ग्राहक सुरक्षा अधिनियम क्या है ?

What is meant by Consumer Protection Act ?

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)]

EXAMINATION SEPTEMBER-2012

NISARGOPACHAR KE SIDDHANTA EVAM PADDHATIYAN

Date :- 13-09-2012

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.

Thursday

Total Marks :- 100

सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.

२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।

The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. निसर्गोपचार की व्याख्या लिखते हुए, उसके मूलभूत सिद्धान्तों का वर्णन करें । 10
Writing the definition of the Nisargopachara, describe its basic principles.
 2. निसर्गोपचार एवं आयुर्वेद के संबंध का विवेचन करें । 10
Explain the relationship between Nisargopachara and Ayurveda.
- OR**
- जल तत्त्व के गुण एवं उसके महत्व को समझाएँ ।
Explain the qualities and importance of Jala Tattva.
3. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20
 - A. टिप्पणी करें : निसर्गोपचार में मलशोधन का महत्व ।
Write a short note on : Importance of Malashodhana in Nisargopachara.
 - B. टिप्पणी करें : मालिश के प्रकार एवं महत्व ।
Write a short note on : Types and importance of Massage.
 - C. टिप्पणी करें : कृत्रिम प्रकाश के साधन एवं उनका चिकित्सकीय उपयोग ।
Write a short note on : Equipments of artificial lights and their therapeutic utility.
 - D. टिप्पणी करें : आहार चिकित्सा का महत्व ।
Write a short note on : Importance of Ahara Chikitsa.
 - E. टिप्पणी करें : एक्युप्रेसर चिकित्सा ।
Write a short note on: Accupressure therapy.
 4. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10
 - A. महात्मा गांधीजी लिखित किन्हीं चार पुस्तकों के नाम लिखें ।
Enlist any four books written by Mahatma Gandhiji.
 - B. आकाश तत्त्व के गुण लिखें ।
Write the qualities of Aakash Tattva.
 - C. विश्रमण किसे कहते हैं ?
What is meant by Vishramana ?
 - D. कटिस्नान के प्रभाव सूचिबद्ध करें ।
Enlist the benefits of Hip bath.
 - E. ग्रीष्म ऋतुपरक विशिष्ट आहार व्यंजनों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the special food preparations suitable for Grishma Ritu.
 - F. रेकी क्या है ?
What is meant by Reiki ?

SECTION-B

5. शारीरिक शिक्षा के सिद्धान्त, महत्व एवं उपयोगिता का वर्णन करें । 10
Describe the basic principles, importance and utility of physical education.

6. यंत्ररहित व्यायाम के स्वास्थ्य प्रभावों का वर्णन करें । 10
Describe the health benefits of exercises without equipments.

OR

यंत्रसहित खेलों के स्वास्थ्य प्रभावों का वर्णन करें ।
Describe the health benefits of games with equipments.

7. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any **Four** of the following : 20

A. टिप्पणी करें : कबड्डी के खिलाड़ियों के लिए उपयोगी योगाभ्यास ।
Write a short note on: Yoga practices beneficial for the players of Kabaddi.

B. टिप्पणी करें : सूर्यनमस्कार के लाभालाभ ।
Write a short note on: Benefits and disadvantages of Suryanamaskara.

C. टिप्पणी करें : चैस के खिलाड़ियों के लिए उपयोगी योगाभ्यास ।
Write a short note on: Yoga practices beneficial for the players of Chess.

D. टिप्पणी करें : फिज़ियोथेरपि के प्रकार ।
Write a short note on: Types of physiotherapy.

E. टिप्पणी करें : फिज़ियोथेरपि एवं पुनर्वसन ।
Write a short note on: Physiotherapy and rehabilitation.

8. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any **Five** of the following : 10

A. वॉर्मिंग-अप का क्या अर्थ हैं ?
What is meant by Warming Up ?

B. स्लोवॉक एवं फास्टवॉक के प्रभावों में क्या अंतर है ?
What are the differences in the effects of Slow Walk and Fast Walk ?

C. मुर्गीचाल की पद्धति संक्षेप में लिखें ।
Write the technique of Cock Walk in brief.

D. थाईस्ट्रेच व्यायाम की पद्धति संक्षेप में लिखें ।
Write the technique of Thigh Stretch in brief.

E. साइकलिंग व्यायाम के फायदे लिखें ।
Write the benefits of Cycling exercise.

F. ट्विस्टर व्यायाम के फायदे लिखें ।
Write the benefits of Twister exercise.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)
[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)]

EXAMINATION SEPTEMBER-2012

NISARGOPACHAR YOGA EVAM SWASTHYA - II

Date :- 12-09-2012

Wednesday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.

Total Marks :- 100

सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.

२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।

The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. गर्भधानविधि एवं उत्तम संतान प्राप्ति का विस्तृत विवेचन करें । 10
Describe Garbhadhana Vidhi and achieving the best progeny.
 2. गर्भ के प्रथम त्रिमासिक विकास के विषय में विस्तृत रूप से वर्णन करें । 10
Describe the development of the foetus in the first trimester of pregnancy.
- OR**
- बुद्धि और स्मृति का मानसिक स्वास्थ्य में महत्व प्रतिपादित करें ।
Explain the importance of Buddhi and Smruti in mental health.
3. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20
 - A. टिप्पणी करें : हताशा ।
Write a short note on: Depression.
 - B. टिप्पणी करें : बाल विकास के मानदण्ड ।
Write a short note on: Developmental milestones of a child.
 - C. टिप्पणी करें : भावना ।
Write a short note on: Emotion.
 - D. टिप्पणी करें : आधिदैविक उपचार ।
Write a short note on: Adhidaivika treatment.
 - E. टिप्पणी करें : मनोपचार पद्धतियाँ ।
Write a short note on: Methods of psychotherapy.
 4. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10
 - A. दौहदावस्था का क्या महत्व है ?
What is the importance of Dauhruda condition ?
 - B. विभिन्न प्रकार के व्यक्तित्वों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the different types of personalities.
 - C. मानसिक स्वास्थ्य की व्याख्या लिखें ।
Define mental health.
 - D. संघर्ष की परिभाषा लिखें ।
Define Sangharsha(conflict).
 - E. मन के अर्थों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the objects of mind.
 - F. तंत्रविद्या क्या है ?
What is meant by Tantravidya ?

[P.T.O.]

SECTION-B

5. ग्रामीण एवं शहरी स्वास्थ्य सेवाओं में निसर्गोपचार के योगदान का वर्णन करें । 10
Describe the utility of Naturopathy in the rural and urban health services.
6. परिवार कल्याण कार्यक्रम में निसर्गोपचारज्ञ एवं शिक्षकों के संभावित योगदानों का वर्णन करें । 10
Describe the probable roles of Yoga-Naturopathy experts and teachers in the Family Welfare Programme.

OR

“महिला स्वास्थ्य रक्षा” में निसर्गोपचार के योगदान का वर्णन करें ।
Describe the utility of Nisargopachara in the “preservation of female health”.

7. निम्नोक्त में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए । Answer any Four of the following : 20
- A. टिप्पणी करें : बालकों में सूचिवेधकर्म ।
Write a short note on: Vaccination in children.
- B. टिप्पणी करें : संतति नियमन की प्राकृतिक पद्धतियों ।
Write a short note on: Natural methods of birth control.
- C. टिप्पणी करें : अल्मा अत्ता घोषणापत्र ।
Write a short note on: Alma Atta declaration.
- D. टिप्पणी करें : नेत्रान्धता विषयक कार्यक्रम का स्वरूप ।
Write a short note on: Form of National Blindness Control Programme.
- E. टिप्पणी करें : अनुसंधान का स्वरूप एवं महत्व ।
Write a short note on: The structure and importance of research.
8. निम्नोक्त में से किन्हीं पांच के उत्तर दीजिए । Answer any Five of the following : 10
- A. व्रण चिकित्सा में उपयुक्त निसर्गोपचार प्रक्रियाओं के नाम लिखें ।
Enlist the names of Naturopathy processes useful for treating a wound.
- B. परिवार कल्याण संतति नियमन की रासायनिक पद्धतियों का नामोल्लेख करें ।
Enlist the chemical methods for birth control.
- C. विषमज्वर किसे कहते हैं ?
What is meant by Malaria ?
- D. प्रसूतावस्था में किए जा सकें ऐसे किन्हीं चार प्राणायामों के नाम लिखें ।
Enlist the name of any four Pranayama which can be done during pregnancy.
- E. मृत्यु के प्रमाणपत्र में किन बातों का समावेश किया जाता है ?
Which points are included in a death certificate ?
- F. एस वी वाय ए एस ए का संक्षिप्त परिचय लिखें ।
Write a brief introduction of SVYASA.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)
[D.NAT. & YOGA (AYU.) (H.E.)]

EXAMINATION SEPTEMBER-2012

NISARGOPACHAR YOGA EVAM SWASTHYA - I

Date :- 11-09-2012

Tuesday

Time :- 10:00 a.m. to 01:00 p.m.

Total Marks :- 100

- सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।
The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. दिनचर्या में समाविष्ट प्रक्रियाओं के नाम निर्देशित कर अभ्यंग तथा व्यायाम का वर्णन करें । 10
Mentioning the processes included in Dinacharya, describe Abhyanga and Vyayama.
2. शिशिर ऋतुचर्या का विस्तृत वर्णन करें । 10
Describe Shishira Rutucharya.

OR

आहारविधि विशेषायतनों में से 'करण' तथा 'संयोग' का वर्णन करें ।
Describe 'Karana' and 'Samyoga' from the Aharavidhi Visheshayatanas.

3. Answer any Four of the following : 20
- A. टिप्पणी करें : स्थौल्य ।
Write a short note on: Obesity.
- B. टिप्पणी करें : कार्बोज ।
Write a short note on: Carbohydrate.
- C. टिप्पणी करें : मांसाहार के गुणदोष ।
Write a short note on: Pros and cons of non vegetarian diet.
- D. टिप्पणी करें : दिवास्वाप ।
Write a short note on: Day sleep.
- E. टिप्पणी करें : ब्रह्मचर्य ।
Write a short note on: Celibacy.
4. Answer any Five of the following : 10
- A. स्वस्थवृत्त का प्रयोजन क्या है ?
What is the motto of Swasthavritta ?
- B. प्रज्ञापराध की परिभाषा लिखें ।
Define Prajnaparadha.
- C. कैल्शियम के स्रोत लिखें ।
Enlist the sources of calcium.
- D. संपूर्ण दुग्ध का संगठन लिखें ।
Write down the composition of 'Whole Milk'.
- E. धूम्रपान के कुप्रभाव लिखें ।
Enlist the bad effects of smoking.
- F. दिवास्वाप कौन सी ऋतु में और क्यों निर्दिष्ट है ?
In which season and why is the day sleep indicated ?

[P.T.O.]

SECTION-B

5. जनपदोद्ध्वंस का वर्णन करें । 10
Describe Janapadoddhvamsa.
6. गृहोपयोगी जल शुद्धिकरण का वर्णन करें । 10
Describe the household water purification.

OR

औद्योगिकी स्वस्थवृत्त का वर्णन करें ।
Describe the Industrial Hygiene.

7. Answer any **Four** of the following : 20
- A. टिप्पणी करें : नैसर्गिक वायु शुद्धिकरण ।
Write a short note on: Natural air purification.
- B. टिप्पणी करें : गृह में न्यूनतम आवश्यक व्यवस्थायें ।
Write a short note on: Minimum essentials of a house.
- C. टिप्पणी करें : जल की द्राव्य अशुद्धियों व तत् जन्य विकार ।
Write a short note on: Impurities dissolved in water and disorders generated by them.
- D. टिप्पणी करें : विद्यालय में वायु तथा प्रकाश व्यवस्था ।
Write a short note on: Light and air arrangement in a school.
- E. टिप्पणी करें : फिरंग प्रतिरोध ।
Write a short note on: Prevention of Syphilis.
8. Answer any **Five** of the following : 10
- A. कृत्रिम प्रवीजनों के नाम लिखें ।
Write the names of artificial ventilations.
- B. किन्हीं चार जलजनित विकारों के नाम लिखें ।
Enlist any four names of water borne disorders.
- C. औद्योगिक कर्मचारी को यंत्रों की वजह से संभवित कोई भी चार कुप्रभाव लिखें ।
Enlist any four bad effects of machines probable to occur to an industrial worker.
- D. 'संचारी व्याधि' की परिभाषा लिखें ।
Define 'Communicable disease'.
- E. विसंक्रमण की भौतिक पद्धतियों के नाम लिखें ।
Enlist the physical methods for sterilization.
- F. उष्णमेह व्याधि के संक्रमण वहन मार्ग कौन कौन से हैं ।
What are the modes of transmission for Gonorrhoea ?
