

DYN-04

December - Examination 2017

Diploma in Yoga and Naturopathy Examination

पंचमहाभूत

Paper - DYN-04**Time : 3 Hours]****[Max. Marks :- 100**

Note: The question paper is divided into three sections A, B and C. Write answers as per the given instructions.

निर्देश : यह प्रश्न पत्र 'अ', 'ब' और 'स' तीन खण्डों में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड के निर्देशानुसार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

Section - A**10 × 2 = 20**

(Very Short Answer Questions)

Note: Answer **all** questions. As per the nature of the question delimit your answer in one word, one sentence or maximum up to 30 words. Each question carries 2 marks.

खण्ड - 'अ'

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को प्रश्नानुसार एक शब्द, एक वाक्य या अधिकतम 30 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 2 अंकों का है।

1) (i) अंग (organ) किससे मिलकर बनते हैं?

- (ii) क्षुद्रान्त्र (छोटी आँत) की लम्बाई एवं चौड़ाई कितनी होती है?
- (iii) रेशेयुक्त (फाइबर) आहार से कब्ज बढ़ती है या ठीक होती है लिखिये?
- (iv) स्वास्थ्य के लक्षण लिखिये?
- (v) स्टीम बाथ में ऑक्सीजन की मात्रा शरीर में कम होती है या भरपूर लिखिये।
- (vi) बाह्य प्राणायाम के तीन लाभ लिखिये?
- (vii) सावना बाथ में सिर एवं मुँह पर स्टीम लगती है या नहीं, लिखिये।
- (viii) लाल रंग के तीन फल एवं सब्जियों के नाम लिखिये।
- (ix) कौनसे रंग के वस्त्र हाइ ब्लडप्रेसर के रोगियों के लिए लाभदायक हैं?
- (x) आँखों के लिए कौनसा रंग लाभदायक है?

Section - B

4 × 10 = 40

(Short Answer Questions)

Note: Answer **any four** questions. Each answer should not exceed 200 words. Each question carries 10 marks.

खण्ड - ब

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 200 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 10 अंकों का है।

- 2) कब्ज रोग की प्राकृतिक चिकित्सा लिखिये।
- 3) पृथ्वी तत्त्व का चिकित्सकीय महत्त्व बताइये।
- 4) जलचिकित्सा के साधनों प्रकारों का वर्णन लिखिये।

- 5) उपवास एवं भूखमरी का वर्णन कीजिये।
- 6) एनिमा एवं मेहन स्नान पर टिप्पणी लिखिये।
- 7) त्रिबन्धों के लाभ लिखिये।
- 8) गरम जल द्वारा चिकित्सा के लाभ लिखिये।
- 9) विरुद्धाहार का वर्णन कीजिये।

Section - C

2 × 20 = 40

(Long Answer Questions)

Note: Answer **any two** questions. You have to delimit your each answer maximum up to 500 words. Each question carries 20 marks.

खण्ड - स

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप को अपने उत्तर को अधिकतम 500 शब्दों में परिसीमित करना है। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

- 10) तनाव के कारण-लक्षण एवं प्राकृतिक चिकित्सा लिखिये।
- 11) स्वास्थ्य परिभाषा, लक्षण एवं रक्षण के उपाय लिखिये।
- 12) सूर्यकिरण चिकित्सा का इतिहास एवं सिद्धान्त का वर्णन कीजिये।
- 13) वायु तत्व के अन्तर्गत विभिन्न प्राणायाम के लाभों का वर्णन कीजिये।