



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
DNYT-CT 204

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination May-June-2023

Diploma in Naturopathy & Yoga Therapy (DNYT), Semester-II
Yoga Therapy

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

Note: This paper is of seventy (70) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions of each sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'A' contains six (06) long-answer-type questions of ten (10) marks each. Attempt any **four** questions. **(4×10=40)**

नोट : खण्ड 'क' में छः (06) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए दस अंक निर्धारित हैं। किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. योग चिकित्सा के अनुसार तनाव-इसके कारण और नियंत्रण समझाइए।

Role of Yoga Therapy for- Stress- its causes, effects and control.

2. एथेरोस्क्लेरोसिस और उच्च रक्तचाप (Hypertension) में योग चिकित्सा के शारीरिक प्रभावों को समझाइये।

Explain physiological effects of yoga Therapy on Atherosclerosis and Hypertension.

3. योग निद्रा-तकनीक, अनुप्रयोग, प्रभाव और फायदे।

Yoga Nidra- Methods, application, effects and benefits.

4. सूजन आंत्र विकार (आईबी.एस.) में योग चिकित्सा का प्रबंधन लिखें एवं यौगिक आहार।

Yoga therapy for Inflammatory Bowel disorders. Write yogic diet.

5. चक्र ध्यान (Cyclec Meditation) की प्रक्रिया और उसके चिकित्सकीय उपयोगों के बारे में विस्तार से लिखिए।

Write the procedure of Cyclic Meditation and its therapeutic uses.

6. पी.सी.ओ.डी. में योग चिकित्सा।

Yogic Management of P.C.O.D.

Section - B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains Nine (09) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any **six** (06) questions. **(6×5=30)**

नोट : खण्ड 'ख' में नौ (09) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं।
किन्हीं छः प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

7. डी.आर.टी. पर एक संक्षिप्त नोट लिखें।

Write a short Note on D.R.T.

8. शरीर पर स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज की भूमिका लिखें।

Role of stretching Exercise on Body.

9. हृदय रोग में आसन के विपरीत प्रभाव लिखें।

Write the contraindication of asana in Heart disease.

10. नेत्र विकारों के लिए योग चिकित्सा।

Yoga Therapy for Eye disorders.

11. चिंता (Anxiety) विकार के लिए योग चिकित्सा का वर्णन करें।

Describe Yoga Therapy for Anxiety.

12. योग और मानसिक स्वास्थ्य पर एक संक्षिप्त नोट लिखें।

Write a short Note on Yoga and Mental Health.

13. थायरॉइड विकार के लिए योग-चिकित्सा।

Yoga Therapy for Thyroid Disorder.

14. तत्काल विश्राम तकनीक (I.R.T.) पर एक संक्षिप्त नोट लिखें।

Write a short Note on Instant Relaxation Technique.

15. विपश्यना पर संक्षिप्त नोट लिखें।

Write short note on Vipassna.

-----X-----