



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
YS/YH-202

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination May – 2018

P.G. Diploma in Yoga Science/Yoga Health & Cultural Tourism, (Semester : Second)

Yoga Science

Yoga Therapy

Time: 3 Hours

Max. Marks: 75

Note: This paper is of seventy five (75) marks divided into three (03) sections A, B, and C. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र पचहत्तर (75) अंकों का है जो तीन (03) खंडों क, ख, तथा ग 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 five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any **three** questions. (3×15=45)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **तीन** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. पंचकोषो का विस्तार-पूर्वक वर्णन कीजिए।

Explain Panch Kosha in detail.

2. योग चिकित्सा के सिद्धान्तों का विस्तार पूर्वक वर्णन कीजिए।

Explain the Principles of Yoga Therapy in detail.

3. सर्वाइकल स्पाण्डिलाइटिस के कारण, लक्षण व यौगिक चिकित्सा का वर्णन कीजिए।

Explain the causes, symptoms and yoga therapy for cervical Spondylitis.

4. उच्च रक्त चाप से आप क्या समझते हैं? उच्च रक्त चाप के कारण, लक्षण व यौगिक चिकित्सा का वर्णन कीजिए।

What do you understand by Hypertension? Explain the causes, symptoms and yoga therapy for Hypertension.

माइग्रेन के कारण, लक्षण, वर्गीकरण एवं यौगिक उपचार का वर्णन कीजिए।

Explain the causes, symptoms, classifications and yogic treatment of migraine.

Section - B / खण्ड-ख

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

Note: Section 'B' contains Six (06) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any **four** (04) questions. (4×5=20)

नोट : खण्ड 'ख' में छः (06) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. स्वर विज्ञान की अवधारणा को स्पष्ट कीजिए।

Clarify the concept of Swara Science.

2. आयुर्वेद के अनुसार स्वास्थ्य की परिभाषा का वर्णन कीजिए।

Explain the definition of Health according to Ayurveda.

3. गर्दन दर्द के मेडिकल एवं यौगिक उपचार लिखें।

Write down the medical and yogic Treatment of Neck Pain.

4. कब्ज के कारण व लक्षण लिखें।

Write down the causes and Symptoms of constipation.

5. हृदय रोग के कारणों को समझाइये।

Discuss the causes of Heart Disease.

6. म्नीविदालता (सीजोफ्रेनिया) के मेडिकल उपचार लिखें।

Write down the medical treatment of Schizophrenia.

Section - C / खण्ड-ग

(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

Note: Section 'C' contains ten (10) objective-type questions of one (01) mark each. All the questions of this section are compulsory. (10×01=10)

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. किसने कहा था - कि 'शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक, सामाजिक रूप से स्वस्थ होने पर स्वास्थ्य कहलाता है न कि रोग की अनुपस्थिति से'।

- (अ) आधुनिक मेडिकल विज्ञान (ब) आयुष विभाग
(स) विश्व स्वास्थ्य संगठन (द) इनमें से कोई नहीं

Who said - that 'Health is a state of complete physical mental, spiritual and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity'.

- (A) Modern medical science (B) Ayush
(C) WHO (D) None of these

2. प्राणों की संख्या कितनी है ?

- (अ) 4 (ब) 5
(स) 6 (द) 7

There are how many types of Prana?

- (A) 4 (B) 5
(C) 6 (D) 7

3. एक सामान्य व्यक्ति का रक्त चाप है

- (अ) 180/80 (ब) 200/80
(स) 160/80 (द) इनमें से कोई नहीं

Blood pressure of a normal man is

- (A) 180/80 (B) 200/80
(C) 160/80 (D) None of these

4. स्पाइनल कॉर्ड से कितनी जोड़ी नर्व निकलती है?

- (अ) 30 (ब) 33
(स) 31 (द) 29

How many nerves rises from the spinal cord?

- (A) 30 (B) 33
(C) 31 (D) 29

5. कौन-सा आसन मधुमेह के लिए उपयोगी है

- (अ) मण्डूक आसन (ब) मयूरसन
(स) नौकासन (द) उपर्युक्त सभी

Which Asana is beneficial for diabetes

- (A) Mandook asana (B) Mayurasana
(C) Naukasana (D) All above

6. हाइड्रोक्लोरिक अम्ल का सम्बन्ध है।

- (अ) मुँह (ब) ग्रसनी
(स) यकृत (द) आमाशय

Hydrochloric acid is related with.

- (A) Mouth (B) Pharynx
(C) Liver (D) Stomach

7. कुँजल सर्वाधिक उपयोगी है
- (अ) कब्ज में (ब) कमर दर्द में
(स) उच्च रक्त चाप में (द) अजीर्ण में
- The Kungul is useful for
- (A) Constipation (B) Backache
(C) Hypertension (D) Indigestion
8. मधुमेह का कारण है
- (अ) शारीरिक श्रम का अभाव (ब) वंशानुगत
(स) इन्सुलीन की कमी (द) उपर्युक्त सभी
- The cause of Diabetes is
- (A) Lack of physical work (B) Genetic
(C) Deficiency of insulin (D) All above
9. मानसिक दुर्बलता में व्यक्ति की बुद्धि लब्धि होती है
- (अ) 70 से ऊपर (ब) 70 से नीचे
(स) 20 से नीचे (द) 30 से नीचे
- Intelligence quotient (IQ) of a person having mental deficiency is
- (A) Above 70 (B) Below 70
(C) Below 20 (D) Below 30
10. तनाव का मुख्य कारण है
- (अ) उच्चतम चाह (ब) प्रतिस्पर्धा
(स) अ व ब दोनों (द) इनमें से कोई नहीं
- The major cause of stress is
- (A) High desire (B) Competition
(C) Both A and B (D) None of the above

-----X-----