

## BRS (RFM/RHS) Sem.-2 Examination

## Elective-4

## Health &amp; Hygiene

June 2022

Time : 2-00 Hours]

[Max. Marks : 50

## વિભાગ -1

Q-1 નીચેનામાંથી કોઈપણ ત્રણ પ્રશ્નોના જવાબ લખો.

1. તંદુરસ્ત શરીરનો ખ્યાલ આપી વિવિધ તંત્રો સાથે જોડાયેલા અવયવો વિશે વિગતે સમજાવો. 14
2. સફાઈ વિશે ગાંધીજીના વિચારો જણાવી, ગ્રામ સફાઈમાં પંચાયત અને શૈક્ષણિક સંસ્થાઓના ફાળા વિશે સમજાવો. 14
3. હૃદયરોગ થવાના કારણો જણાવી તેમાં રખાતી કાળજી અને આહાર વિહાર વિશે સમજાવો. 14
4. સ્વસ્થ વ્યક્તિનું સ્વાસ્થ્ય જાળવવાનાં વિવિધ પગલામાં ઋતુચર્યા , દિનચર્યા, સમતોલ આહાર અને રસીકરણ વિશે લખો. 14
5. ધ્યાન,પ્રાણાયામ અને યોગાસનનું આરોગ્યની દ્રષ્ટિએ મહત્વ વર્ણવો . 14
6. પ્રાથમિક સારવારનો અર્થ આપી, વિવિધ અકસ્માતમાં અપાતી સારવાર વિશે સમજાવો. 14
7. એઇડ્સનો અર્થ આપી, તેના લક્ષણો, કારણો જણાવી કાળજી વિશે સમજાવો. 14
8. ધૂમ્રપાનથી થતાં વિવિધ રોગો , શારીરિક અસરો વિશે વિગતે સમજાવો. 14

## વિભાગ - 2

Q-9 કોઈપણ ચાર પ્રશ્નોનાં જવાબ લખો.

1. વ્યક્તિગત અને સામુદાયિક સફાઈ એટલે શું ? 8
2. ઘર આંગણાના ઔષધો અને ઉપયોગિતા વિશે લખો.
3. વેગધારણ એટલે શું ? દોષો , ધાતુઓ અને મળોનાં નામ લખો.
4. વિવિધ ચિકિત્સા પદ્ધતિઓ વિશે જણાવો.
5. આરોગ્યશાસ્ત્રની વિવિધ વ્યાખ્યાઓ જણાવો.
6. ચેપ એટલે શું ? ચેપી રોગો જણાવો.
7. યોગનો અર્થ આપી, અષ્ટાંગ યોગ વિશે સમજાવો.
8. સ્વાસ્થ્ય બગડવાનાં કારણો જણાવો.
9. પાંચ તત્ત્વોનાં નામ જણાવી, શરીરનો સબંધ જણાવો.