This Question Paper consists of **6** questions and **8** printed pages.
इस प्रश्न-पत्र में **6** प्रश्न तथा **8** मुद्रित पृष्ठ हैं ।

Roll No.
अनुक्रमांक

Code No. **64/VOC/O**
कोड नं.

Set - A

CERTIFICATIE IN COMMUNITY HEALTH
(BASIC LIFE SCIENCES)
सामुदायिक स्वास्थ्य में प्रमाणपत्र
(बुनियादी जीव विज्ञान)
(449)

Day and Date of Examination _____
(परीक्षा का दिन व दिनांक)

Signature of Invigilators 1. _____
(निरीक्षकों के हस्ताक्षर)

2. _____

General Instructions :

1. Candidate must write his/her Roll Number on the first page of the Question Paper.

2. Please check the Question Paper to verify that the total pages and total number of questions contained in the question paper are the same as those printed on the top of the first page. Also check to see that the questions are in sequential order.

3. For the objective type of questions, you have to choose any one of the four alternatives given in the question, i.e., (A), (B), (C) or (D) and indicate your correct answer in the answer-book given to you.

4. Making any identification mark in the answer-book or writing Roll Number anywhere other than the specified places will lead to disqualification of the candidate.

5. Answers for all questions, including matching, true or false, fill in the blanks, etc., are to be given in the answer-book only.

6. Write your Question Paper Code No. **64/VOC/O**, Set **A** on the answer-book.

सामान्य अनुदेश :

1. परीक्षार्थी प्रश्न-पत्र के पहले पृष्ठ पर अपना अनुक्रमांक अवश्य लिखें ।

2. कृपया प्रश्न-पत्र को जाँच लें कि प्रश्न-पत्र के कुल पृष्ठों तथा प्रश्नों की उतनी ही संख्या है जितनी प्रथम पृष्ठ के सबसे ऊपर छपी है । इस बात की जाँच भी कर लें कि प्रश्न क्रमिक रूप में हैं ।

3. वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के लिए आपको प्रश्न के (A), (B), (C) अथवा (D) चारों विकल्पों में से कोई एक सही उत्तर चुनना है तथा अपने सही उत्तर को आपको उत्तर-पुस्तिका में लिखना है ।

4. उत्तर-पुस्तिका में पहचान-चिह्न बनाने अथवा निर्दिष्ट स्थानों के अतिरिक्त कहीं भी अनुक्रमांक लिखने पर परीक्षार्थी को अयोग्य ठहराया जाएगा ।

5. मिलान करना, सही अथवा ग़लत, रिक्त स्थान भरना आदि सहित सभी प्रश्नों के उत्तर, उत्तर-पुस्तिका में ही लिखें ।

6. अपनी उत्तर-पुस्तिका पर प्रश्न-पत्र का कोड नं. **64/VOC/O**, सेट **A** लिखें ।

CERTIFICATIE IN COMMUNITY HEALTH
(BASIC LIFE SCIENCES)
सामुदायिक स्वास्थ्य में प्रमाणपत्र
(बुनियादी जीव विज्ञान)

(449)

Time allowed : ***3*** *Hours]* *[Maximum Marks :* ***70***

निर्धारित समय : ***3*** *घण्टे]* *[अधिकतम अंक :* ***70***

Note : *(i) Answer* ***all*** *questions.*

(ii) Marks are given against each question.

निर्देश : *(i)* ***सभी*** *प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।*

(ii) प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दिए गए हैं ।

1. Choose the correct answer among the options given below and write it in your answer book. *1×5=5*

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनकर अपनी उत्तर-पुस्तिका में लिखिए ।

(a) It is a 10 – 11 cm long tube present below the larynx in the neck and inside the thorax.

यह एक 10 – 11 सेंटीमीटर लंबी नली है जो गर्दन में कंठ के नीचे तथा थोरेक्स के भीतर विद्यमान होती है ।

(i) Trachea
श्वासनली

(ii) Epiglottis
ग्रसनी

(iii) Pharynx
कंठच्छद

(iv) None
कोई भी नहीं

(b) Skin should be kept _____ .

त्वचा को _____ रखा जाना चाहिए ।

(i) Wet
गीला

(ii) Soft
कोमल

(iii) Dry
सूखा

(iv) Clean
साफ

(c) Cover your cooked food with _____ .
पके हुए भोजन को _____ से ढक कर रखें ।

(i) Leaves
पत्ते

(ii) Net or lids
जाली या ढक्कन

(iii) Bricks
ईंटें

(d) High fibre diet helps in the prevention of _____ .
अधिक रेशे वाले आहार से _____ से बचने में सहायता मिलती है ।

(i) Constipation
कब्ज

(ii) Obesity
मोटापा

(iii) Both (i) and (ii)
विकल्प (i) और (ii)

(e) All human beings possess _____ immunity right from their birth.
प्रत्येक व्यक्ति के पास जन्म से ही _____ प्रतिरक्षा होती है ।

(i) Natural
प्राकृतिक

(ii) Acquired
उपार्जित

(iii) None
कोई भी नहीं

2. Match the following : *1×5=5*

निम्नलिखित को सुमेलित कीजिए :

(a)	Thymus gland थाइमस ग्रंथि	(1)	Largest gland सबसे बड़ी ग्रंथि
(b)	Yam येम (रतालू)	(2)	T-cells टी-कोशिका
(c)	Iron लोहा	(3)	Non-violence अहिंसा
(d)	Liver यकृत	(4)	Liver यकृत
(e)	Ashtang Yog अष्टांग योग	(5)	8 parts आठ भाग

3. Fill in the blanks. *1×5=5*

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए ।

(a) The vitamin which makes us feel hungry is _____ .
जिस विटामिन से हमें भूख लगती है वह है _____ ।

(b) The manner in which one sits or walks is _____ .
व्यक्ति के बैठने या चलने के तरीके को _____ कहते हैं ।

(c) _____ is very rightly called 'the mother of many diseases'.
यह कहना सही है कि _____ अनेक बीमारियों की जननी है ।

(d) Last part of the tertiary bronchioles is called _____ .
तृतीयक श्वसनिकाओं में अन्तिम भाग को _____ कहते हैं ।

(e) Satya presupposes perfect truthfulness in _____, _____ and deeds.
सत्य के लिए _____, _____ तथा कर्म में पूर्ण सत्यता होना आवश्यक है ।

4. Write whether the following statements are True or False in your answer book. *1×5=5*

निम्नलिखित कथन सही हैं या गलत अपनी उत्तर-पुस्तिका में लिखिए ।

(a) Biceps are muscles of the lower limbs.

द्विशिरस्क निचले अंगों की पेशियाँ हैं ।

(b) Exercise can be done either in the morning or in the evening.

व्यायाम या तो सुबह या शाम को करा जा सकता है ।

(c) Minerals are present in all body tissues and fluids.

शरीर के सभी ऊतकों तथा द्रवों में खनिज पाए जाते हैं ।

(d) Makarasana is not useful for those whose spine or back is injured.

मकरासन उन व्यक्तियों के लिए उपयोगी नहीं है जिनकी रीढ़ अथवा पीठ में चोट लगी हो ।

(e) Pranayama is the yogic art of breathing.

प्राणायाम साँस लेने की योग कला है ।

5. Answer the following questions within 50 words. *3×10=30*

निम्नलिखित प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 50 शब्दों में लिखिए ।

(a) Name the disease and its symptoms caused due to deficiency of Iron.

लोहे की कमी से होने वाले रोग का नाम एवं इसके लक्षण बताइए ।

(b) What points must one remember in order to maintain personal hygiene ?

व्यक्तिगत स्वच्छता को बनाए रखने के लिए हमें किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ?

(c) Mention six factors that affect our health.

हमारे स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले छः कारकों का उल्लेख कीजिए ।

(d) What home remedy is advised for a person suffering from high blood pressure ?

उच्च रक्तचाप से पीड़ित व्यक्ति का घरेलू उपचार लिखिए ।

(e) Write down the two important functions of the ear.

कान के दो मुख्य कार्य लिखिए ।

(f) Name any three herbal plants and also write their uses.

कोई 3 हर्बल पौधों के नाम लिखिए तथा उनके उपयोग के बारे में भी बताइए ।

(g) Name the disease which means "the disease of the displaced child." Write down its any five symptoms.

"विस्थापित बच्चे का रोग" किस बीमारी का नाम है ? इसके कोई पाँच लक्षण लिखिए ।

(h) Name the gland that secretes

उस ग्रंथि का नाम लिखिए जिसके द्वारा स्रावित होता है

(i) Thyroxine

थाइरोक्सीन

(ii) Insulin

इंसुलिन

(iii) ADH

(i) Explain the functions of the heart in brief.

हृदय के कार्य को संक्षिप्त में समझाइए ।

(j) Spleen is a gland present in the left upper side of the abdomen. Explain its function.

प्लीहा एक ऐसी ग्रंथि है जो उदर के बाएँ उपरी ओर विद्यमान होती है । इसके कार्य समझाइए ।

6. Answer each question within a limit of 150 words. *5×4=20*

प्रत्येक प्रश्न का उत्तर कम-से-कम 150 शब्दों में दीजिए ।

(a) 'Pranayama is an art of breathing.' How ?

'प्राणायाम साँस लेने की योग कला है ।' कैसे ?

(b) Define asana. Explain importance of surya namaskar in short.

आसन को परिभाषित कीजिए । सूर्य नमस्कार के महत्त्व को संक्षिप्त में समझाइए ।

(c) Write herbal treatment of diarrhea and sinusitis.

डायरिया और साइनुसाइटिस का जड़ी-बूटियों द्वारा उपचार लिखिए ।

(d) Draw a neat, well labelled diagram showing all parts of respiratory system. Explain its process in brief.

श्वसन प्रणाली के सभी भागों को दिखाते हुए एक स्वच्छ, सुनामांकित रेखाचित्र बनाइए । संक्षेप में श्वसन प्रणाली की प्रक्रिया समझाइए ।