ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

સત્રાંત પરીક્ષા જાન્યુઆરી : 2016

સૂચના :
1. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ ફરજિયાત છે.
2. જયાં સુધી ખંડનિરીક્ષક ન જણાવે ત્યાં સુધી જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું નહિ.
3. જવાબપત્રકની પાછળ આપેલ સૂચનાઓ કાળજીપૂર્વક વાંચ્યા બાદ જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું
4. પરીક્ષાર્થીઓએ પ્રશ્નપત્ર અને જવાબપત્ર બંને ખંડ–નિરીક્ષકને એક સાથે પરત કરવાનું અનિવાર્ય છે. આથી કોઈપણ પરીક્ષાર્થીએ પ્રશ્નપત્ર પોતાની સાથે લઈ જવાનો આગ્રહ રાખવો નહિ. પ્રશ્નપત્ર સાથે લઈ જનાર વિદ્યાર્થી આ પરીક્ષા માટે ગેરલાયક ઠરશે.
5. વૈકલ્પિક પસંદગીના દરેક પ્રશ્નના ઉત્તર માટે ચાર વિકલ્પ જણાવ્યા છે. જેમાંથી એક સાચો હોવાની શકયતા છે. સાચો જવાબ પસંદ કરી જવાબપત્રકમાં યોગ્ય ખાનામાં (x) નિશાની કરો.
6. જે વિદ્યાર્થી પોતાનો સાચો નોંધણી નંબર નહીં દર્શાવે તેનું પરિણામ રદ થશે.

અભ્યાસક્રમ : સર્ટિફિકેટ ઈન નેચરોપેથી (CIN) **નોંધણી નંબર:**_______________
પાઠયક્રમ : નૈસર્ગોપચારના સિદ્ધાંતો CIN-01
તારીખ : 25/01/2016
સમય : 11.00 to 02.00 **કુલ ગુણ : 100**

1	રોગો તેમના શું ફેલાવે તે પહેલા જ તેમને ડામી દેવા જોઈએ. (A) મૂળ (B) સાધનો (C) વાઈરસ (D) આપેલ તમામ
2	શારીરિક સ્વસ્થતાની સાથે કઈ સ્વસ્થતા નૈસર્ગોપચારનો ઉદ્દેશ છે. (A) સામાજિક (B) માનસિક (C) આર્થિક (D) રાજકીય
3	કુદરતી ઉપચાર મનુષ્યને કઈ તરફ પાછા વાળે છે? (A) કુટુંબ (B) શાળા (C) કુદરત (D) સમાજ
4	કુદરતી ઉપચાર પર આપણા દેશના કયા મહાન નેતાએ ભાર મૂક્યો હતો. (A) ઈન્દિરા ગાંધી (B) રાજીવ ગાંધી (C) ફિરોજ ગાંધી (D) ગાંધીજી
5	પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા પદ્ધતિને આજથી લગભગ કેટલા વર્ષ પૂર્વે વેગ મળ્યો. (A) 150 (B) 155 (C) 200 (D) 100
6	કુદરતી ઉપચારના પ્રણેતા કોણ છે. (A) ગાંધીજી (B) ડૉ. પ્રીસનિઝે (C) ડૉ. ગોયેન્કા (D) ડૉ. મર્ટન
7	કેવા આહાર – વિહારને કારણે શરીરમાં વિષદ્રવ્યો ઉત્પન્ન થાય છે. (A) કુદરતી (B) સંતુલિત (C) અસંતુલિત (D) પોષણક્ષમ
8	ડૉ. પ્રીસનિઝે કેવા પ્રયોગો દ્વારા તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરી હતી. (A) માટી (B) સૂર્ય (C) ચંદ્ર (D) શીતળજળ
9	દિવસમાં ઓછામાં ઓછા કેટલા ગ્લાસ પાણી પીવું જોઈએ. (A) આંઠ (B) સાત (C) દસ (D) નવ
10	નાશ પામેલા કોષો કેવા તત્વો બને છે. (A) સજાતીય (B) વિજાતીય (C) પ્રક્ષેપિત (D) આપેલ તમામ
11	કુદરતી રોગનિવારક શક્તિની અભિવ્યક્તિ એટલે શું? (A) રોગ (B) વિષયતા (C) અનુકૂળતા (D) એકપણ નહીં
12	શરીર યંગ આપણને કેવું રાખવા સતત પ્રયત્ન અને સંઘર્ષ કરે છે. (A) સંઘર્ષમય (B) સામાજિક (C) નિરામય (D) દોડતા
13	શરીરયંત્રને ચલાવવા કઈ શક્તિ પ્રબળ હોવી જોઈએ. (A) માનસિક (B) શારીરિક (C) સામાજિક (D) રોગનિવારક

14	કુદરતી ઉપચાર પદ્ધતિમાં પાયાની કેટલી બાબતો છે.							
	(A)	6	(B)	8	(C)	10	(D)	3
15	શરીર પોતાનો સુધારો કેવી રીતે કરે છે.							
	(A)	યંગ	(B)	સ્વયં	(C)	અન્ય દ્વારા	(D)	એકપણ નહીં
16	શરીરમાં વિષ અને વિજાતીય તત્વોની જમાવટ એટલે શું?							
	(A)	ધાતુ સંચય	(B)	દોષ સંચય	(C)	વિષ સંચય	(D)	પિત્ત સંચય
17	જીવાણુઓ સ્વતંત્ર રીતે શરીરને કોઈપણ નુકશાન પહોંચાડતા નથી.							
	(A)	ડૉ. પેટ્રીક	(B)	ડૉ. જેમ્સ	(C)	ડૉ. હેનરિચ	(D)	ડૉ.પેટિનકોફર
18	જીવાણુંઓ શરીરમાં કઈ રીતે પ્રવેશે છે.							
	(A)	શારીરિક ક્રિયાઓ	(B)	હલન-ચલન	(C)	આરામ કરવાથી	(D)	આપેલ તમામ
19	રોગોને દબાવી હદયમાં આવે છે ત્યારે કયા રોગનો પાયો નંખાય છે.							
	(A)	જ્વર રોગો	(B)	જીર્ણરોગો	(C)	કોલેરા	(D)	ટાઈફોઈડ
20	આ સૃષ્ટિમાં કોણ ખોરાકને રાંધીને ખાય છે.							
	(A)	વાનર	(B)	ચિમ્પાન્ઝી	(C)	માનવ	(D)	આપેલ તમામ
21	કુદરતી ઉપચારમાં કઈ ચિકિત્સાને અભિન્ન અંગ ગણવામાં આવે છે.							
	(A)	એલોપથી	(B)	આયુર્વેદ	(C)	હોમિયોપથી	(D)	આહાર
22	બહારની દવાઓ શરીરની કઈ વ્યવસ્થામાં બાધારૂપ બને છે.							
	(A)	આંતરિક	(B)	બાહ્ય	(C)	વ્યક્તિત્વ	(D)	એકપણ નહીં
23	સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ દ્વારા શું દૂર કરી શકાય છે.							
	(A)	આરોગ્ય	(B)	ભ્રામક માન્યતાઓ	(C)	રિવાજો	(D)	પરંપરાઓ
24	રોગ થવાનું કારણ એક હોય તો તેની સારવાર							
	(A)	અસમાન	(B)	ગમે તે	(C)	સમાન	(D)	વિષય
25	આખું બ્રહ્માંડ કે પૃથ્વીની રચના કેટલા તત્વોની બનેલી છે.							
	(A)	7	(B)	10	(C)	6	(D)	5
26	શરીરમાં કેટલા તત્વો અસંતુલિત થાય છે ત્યારે શારીરિક – માનસિક તકલીફ ઉભી થાય છે.							
	(A)	5	(B)	7	(C)	10	(D)	એકપણ નહીં
27	જમીન તત્વ એટલે શું?							
	(A)	પાણી	(B)	પૃથ્વી	(C)	બ્રહ્માંડ	(D)	જમીન
28	સૂર્ય ઊર્જામાંથી કયું વિટામીન મળે છે.							
	(A)	વિટામીન સી	(B)	વિટામીન એ	(C)	વિટામીન ડી	(D)	બધા જ
29	જમીન તત્વમાં શું સમાયેલું છે.							
	(A)	ઠંડી	(B)	કશું જ નહીં	(C)	જમીન	(D)	ગરમી
30	જમીન તત્વ વધારે હોય તેવી વ્યક્તિ કેવી હોય.							
	(A)	સ્થૂળ	(B)	સુંદર	(C)	પાતળી	(D)	બેડોળ
31	ધરતી પર કઈ જગ્યાએ ખુલ્લા પગે ફરવાથી સ્વાસ્થ્ય સારું રહે.							
	(A)	પર્વત	(B)	લીલા ઘાસ	(C)	નહીં	(D)	જંગલ
32	પૃથ્વીનું કયું તત્વ વ્યક્તિને મજબૂત બનાવે છે.							
	(A)	પાણી	(B)	હવામાન	(C)	ઈલેકટ્રિક ફોર્સ	(D)	ઔષધિ
33	વ્યક્તિમાં કયું તત્વ વધારે હોય તો તેનું આયુષ્ય લાંબુ રહે છે.							
	(A)	પાણી	(B)	જમીન	(C)	વિટામીન	(D)	ખનિજ
34	બ્રહ્માંડ અને પૃથ્વી પર સર્જન અને વિકાસમાં કયું તત્વ મદદરૂપ થાય છે.							
	(A)	વાયુ	(B)	જડ	(C)	જળ	(D)	એકપણ નહીં

35	વ્યક્તિના શરીરમાં કયું તત્વ વ્યક્તિનું શારીરિક બંધારણ છે.							
	(A)	પાણી	(B)	વાયુ	(C)	પિત્ત	(D)	જમીન
36	શેના વગર જીવન શક્ય નથી.							
	(A)	જળ	(B)	શિક્ષણ	(C)	ઉલ્લાસ	(D)	આપેલ તમામ
37	જળ દ્વારા કઈ શક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે.							
	(A)	ગુરુત્વાકર્ષણ	(B)	ઇલેક્ટ્રીક	(C)	દોડવાથી	(D)	વાયુ
38	જળતત્વનું સમતોલન શેનું પ્રતિક છે.							
	(A)	અસ્વસ્થતા	(B)	દુ:ખ	(C)	તંદુરસ્તી	(D)	વિષમતા
39	કયું તત્વ પથ્થર તોડીને માર્ગ બનાવે છે.							
	(A)	પૃથ્વી	(B)	વાયુ	(C)	આકાશ	(D)	જળ
40	મેગ્નેટિક ફોર્સની ખરાબ અસર દૂર કરવા સૂતી વખતે માથું કઈ દિશામાં રાખવું જોઈએ.							
	(A)	ઉત્તર	(B)	દક્ષિણ	(C)	પૂર્વ	(D)	પશ્ચિમ
41	વિશ્વની બધી સંસ્કૃતિનો વિકાસ કયાં થયો છે.							
	(A)	આકાશ	(B)	નદી- તળાવ	(C)	પાતાળ	(D)	જમીન પર
42	સવારે કઈ દિશા તરફ ઉભા રહી સંધ્યા કરવી જોઈએ.							
	(A)	ઉત્તર	(B)	દક્ષિણ	(C)	પૂર્વ	(D)	પશ્ચિમ
43	પૃથ્વીની રચનામાં અગ્નિતત્વ કયું છે.							
	(A)	પ્રકાશ	(B)	ઈલેક્ટ્રીક	(C)	ઉર્જા	(D)	સૂર્યપ્રકાશ
44	અગ્નિતત્વથી શેનો નાશ થાય છે.							
	(A)	જીવાણું	(B)	અગ્નિ	(C)	જમીન	(D)	આપેલ તમામ
45	માનવ શરીરમાં અગ્નિતત્વ કયું છે.							
	(A)	પગ	(B)	પેટ	(C)	હાથ	(D)	માથુ
46	માનવશરીરમાં અગ્નિ વધે તો શું વધે છે.							
	(A)	ઠંડી	(B)	પાણી	(C)	ગરમી	(D)	એકપણ નહીં
47	અગ્નિઉર્જાથી કઈ શક્તિ ઉત્પન્ન કરી શકાય છે.							
	(A)	આગ	(B)	પાણી	(C)	વાયુ	(D)	ઈલેક્ટ્રીક
48	અગ્નિતત્વની નકારાત્મક ઉર્જા શું લાવે છે.							
	(A)	આફત	(B)	જીવસૃષ્ટિ	(C)	ગ્રહણ	(D)	કશું જ નહીં
49	પૃથ્વીનું સૌથી મોટું ચાલકબળ કયું છે.							
	(A)	ગ્રહો	(B)	સૂર્યપ્રકાશ	(C)	ચંદ્ર	(D)	ઋતુઓ
50	કયા વેદમાં જળને ભરોસાપાત્ર ઈલાજ તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે.							
	(A)	સામવેદ	(B)	યજુર્વેદ	(C)	અથર્વવેદ	(D)	આયુર્વેદ
51	જળતત્વની સકારાત્મક ઉર્જા વ્યક્તિને શેનો ઉત્સાહ પૂરો પાડે છે.							
	(A)	દોડવાનો	(B)	તરવાનો	(C)	શિક્ષણ	(D)	જીવન જીવવાનો
52	સૂર્યઉર્જા કયું વિટામીન આપે છે.							
	(A)	મે	(B)	બી	(C)	C	(D)	K
53	ગતિશીલતાનું પ્રતિક કયું છે.							
	(A)	પર્વતો	(B)	વનસ્પતિ	(C)	વાયુ	(D)	તારામંડળ
54	જેમ ઉપર જઈએ તેમ વાયુ કેવો બને છે.							
	(A)	જાડો	(B)	ભેળસેળવાળો	(C)	શાંત	(D)	પાતળો
55	વાયુતત્વ શેનું પ્રતિક છે.							
	(A)	લાગણી	(B)	ગુસ્સો	(C)	ઈર્ષા	(D)	એકપણ નહીં

56	વ્યક્તિના શરીરમાં વાયુ વધે તો વ્યક્તિનું શરીર કેવું લાગે છે.							
	(A)	પાતળુ	(B)	ફૂલેલુ	(C)	મજબૂત	(D)	બેડોળ
57	જો વાયુતત્વ ઘટી જાય તો વ્યક્તિને શેની બિમારી થાય છે.							
	(A)	ડિપ્રેશન	(B)	આળસ	(C)	શ્વાસ	(D)	આર્થરાઈટીસ
58	વાયુની નકારાત્મક ઉર્જાનો ઉપયોગ શું ઉત્પન્ન કરે છે.							
	(A)	પાણી	(B)	હવા	(C)	મશીન	(D)	વીજળી
59	અવકાશ તત્વ એટલે							
	(A)	આકાશ	(B)	વાયુમંડળ	(C)	ગ્રહો	(D)	ઈશ્વર
60	કયું તત્વ સર્વોપરી સત્તા છે.							
	(A)	અવકાશતત્વ	(B)	આભામંડળ	(C)	સ્વર્ગ	(D)	પૃથ્વીતત્વ
61	વ્યક્તિનું કયું તત્વ મજબૂત હોય તો મનોબળ મજબૂત રહે છે.							
	(A)	જળ	(B)	આત્મતત્વ	(C)	વાયુતત્વ	(D)	એકપણ નહીં
62	માનવ શરીરમાં અવકાશ તત્વ ઉપરાંત કેટલા તત્વો છે.							
	(A)	2	(B)	3	(C)	4	(D)	5
63	કયા સજીવોની સૂંઘવાની ઈન્દ્રિયો ખૂબ સતેજ હોય છે.							
	(A)	વનસ્પતિ	(B)	માનવી	(C)	જીવજંતુ	(D)	પ્રાણીઓ
64	કયું તત્વ પૃથ્વીનું બંધારણ સંતુલીત રાખવામાં મદદ કરે છે.							
	(A)	આત્મતત્વ	(B)	જળ	(C)	વાયુ	(D)	જમીન
65	વ્યક્તિની કઈ સકારાત્મક ઉર્જા આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિથી રક્ષણ કરે છે.							
	(A)	અવકાશતત્વ	(B)	અગ્નિતત્વ	(C)	જળતત્વ	(D)	વાયુતત્વ
66	સજીવ સૃષ્ટિમાં લોહીને ફરતું રાખવાનું કાર્ય કયું તત્વ કરે છે.							
	(A)	જળતત્વ	(B)	અવકાશતત્વ	(C)	વાયુતત્વ	(D)	આત્મતત્વ
67	નકારાત્મક ઉર્જાને કઈ ઉર્જામાં ફેરવી શકાય.							
	(A)	સૂર્યઉર્જા	(B)	પ્રાણઉર્જા	(C)	શક્તિ ઉર્જા	(D)	સકારાત્મક ઉર્જા
68	નદી, તળાવ, સમુદ્રની નજીક રહેતા ગામોને શું ફાયદો થાય છે.							
	(A)	રોગ જલ્દી મટી જાય છે.	(B)	રોગ થતા નથી	(C)	શારીરિક- માનસિક તંદુરસ્તી	(D)	એકપણ નહીં
69	અતિ આહારને કારણે કયા તંત્ર વધુ શ્રમ પડે છે.							
	(A)	રૂધિરાભિસરણ તંત્ર	(B)	મગજના તંત્ર	(C)	શ્વસનતંત્ર	(D)	પાચનતંત્ર
70	વાયુઓ સાથે શું ભળેલું હોય છે.							
	(A)	પાણી	(B)	રજકણો	(C)	ગરમી	(D)	આપેલ તમામ
71	કઈ સ્મૃતિમાં જળને આંતર અને બાહ્ય શુદ્ધિકરણ માટે અપનાવવામાં આવે છે.							
	(A)	મનુ સ્મૃતિ	(B)	વેદ સ્મૃતિ	(C)	ભરત સ્મૃતિ	(D)	સમ્યક સ્મૃતિ
72	અઠવાડિયામાં કેટલી વાર ઉપવાસ કરવો જોઈએ.							
	(A)	એક	(B)	બે	(C)	ત્રણ	(D)	ચાર
73	ડૉ. પ્રિસનીઝનું ચિકિત્સાલય ક્યાં હતું.							
	(A)	ગ્રીસ	(B)	ગ્રેહનબર્ગ	(C)	જર્મની	(D)	અમેરિકા
74	પૃથ્વીની રચનામાં કયું તત્વ સૂર્યપ્રકાશ છે?							
	(A)	જળ	(B)	અગ્નિ	(C)	અવકાશ	(D)	વાયુ
75	દરરોજ ભોજન કેટલી વાર લેવું જોઈએ.							
	(A)	એકવાર	(B)	ત્રણવાર	(C)	ચારવાર	(D)	બે વાર

76	કયું તત્વ સ્થિરતા અને જડતાની નિશાની છે.							
	(A)	પૃથ્વીતત્વ	(B)	જળ તત્વ	(C)	વાયુતત્વ	(D)	એકપણ નહીં
77	ડૉ. પેટિનકેકર કઈ યુનિવર્સીટીના ઔષધાયજ્ઞાનના પ્રોફેસર હતા.							
	(A)	હાવર્ડ	(B)	બિયેના	(C)	લંડન	(D)	અમેરિકન
78	જમીન તત્વ ઓછું હોય તો વ્યક્તિ કેવી હોય છે.							
	(A)	વધારે સ્થૂળ	(B)	સ્થૂળ	(C)	દુર્બળ	(D)	અશક્ત
79	જળતત્વનું પ્રમાણ વધે તો પૃથ્વી પર શું આવે.							
	(A)	દુકાળ	(B)	વાવાઝોડું	(C)	ધરતીકંપ	(D)	પૂર
80	રોગ ઉત્પત્તિનું મુખ્ય કારણ શરીરમાં જમા થયેલું શું છે?							
	(A)	વિષદ્રવ્યો	(B)	સોડા	(C)	પાણી	(D)	આપેલ તમામ
81	પૃથ્વીના કેટલા તત્વોથી સૃષ્ટિની રચના થઇ છે.							
	(A)	છ	(B)	પાંચ	(C)	સાત	(D)	નવ
82	ફેફસા પર આવતા સોજાને કયો રોગ કહેવાય.							
	(A)	તાવ	(B)	દમ	(C)	કોલેરા	(D)	ન્યુમોનિયા
83	ગંભીર બિમારીઓથી બચવા શેનો પ્રચાર જરૂરી છે.							
	(A)	આહાર શિક્ષણ	(B)	સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ	(C)	ઉપચાર શિક્ષણ	(D)	ઋતુ શિક્ષણ
84	શરીરનો સુધાર કોણ કરે છે.							
	(A)	આહાર	(B)	વિહાર	(C)	શરીર પોતે	(D)	ઔષધો
85	સારવાર દરમ્યાન આહાર પદ્ધતિની પસંદગી કઈ રીતે કરવામાં આવે છે.							
	(A)	ઋતુ	(B)	દર્દીનું બળ	(C)	દર્દીનું વજન	(D)	દર્દીની અવસ્થા
86	ઉત્તમ સ્વાસ્થ્ય મેળવવા શેનાથી દૂર રહેવું જોઈએ.							
	(A)	રોગો	(B)	દવા	(C)	પરિશ્રમ	(D)	માનસિક શાંતિ
87	નીચેનામાંથી અગત્યનું ઔષધ કયું છે.							
	(A)	વધુ આહાર	(B)	આહાર	(C)	અતિશ્રમ	(D)	વિષ દ્રવ્યો
88	ટોકસેમીયા એટલે શું?							
	(A)	રોગ	(B)	વિષમજવર	(C)	વિષ સંચય	(D)	ખાંસી
89	શરીરમાં જીવાણુઓની વૃદ્ધિ અટકાવવા શું જરૂરી છે?							
	(A)	દવાઓ	(B)	વ્યાયામ	(C)	આરામ	(D)	ઉપવાસ
90	કુદરતી ઉપચારમાં શેને અભિન્ન અંગ ગણવામાં આવે છે.							
	(A)	આહાર ચિકિત્સા	(B)	ઉપવાસ	(C)	જળ ચિકિત્સા	(D)	માટી ચિકિત્સા
91	રોગોની સર્વરમાં એન્ટિબાયોટીક વધુ લેવાથી શું ક્ષીણ થાય છે.							
	(A)	સૂર્યઉર્જા	(B)	પ્રાણ શક્તિ	(C)	સકારાત્મક ઉર્જા	(D)	અગ્નિ ઉર્જા
92	આંતરિક અને બાહ્ય શક્તિકરણ માટે કયું તત્વ આપવામાં આવે છે.							
	(A)	જળતત્વ	(B)	જમીન તત્વ	(C)	વાયુ તત્વ	(D)	એકપણ નહીં
93	ઉપવાસ એટલે શું?							
	(A)	ફક્ત પ્રવાહી લેવું	(B)	એક ટાઈમ જમવું	(C)	આહારથી દૂર રહેવું	(D)	આપેલ તમામ
94	ક્ષય, કોલેરા અને ટાઈફોઈડ રોગો શેના દ્વારા ફેલાય છે.							
	(A)	પાણી અને ભોજન	(B)	શ્વાસોશ્વાસ	(C)	અન્યના ચેપથી	(D)	ઋતુ
95	કયા તત્વનું આધ્યાત્મિક મહત્વ છે.							
	(A)	અગ્નિતત્વ	(B)	અવકાશતત્વ	(C)	જમીન તત્વ	(D)	વાયુતત્વ

96	ટાઈફોઈડના રોગમાં કયા અવયવ પર સોજો આવે છે. (A) કીડની (B) આંતરડા (C) જઠર (D) મૂત્રપિંડ
97	કયું તત્વ બિમારી અનુભવવાની બાબત છે. (A) અગ્નિ તત્વ (B) જળ તત્વ (C) અવકાશતત્વ (D) એકેય નહીં
98	કયું તત્વ કુદરતી જીવાણુનાશક છે. (A) ચંદ્ર (B) સૂર્ય (C) આકાશ (D) હવા
99	સૂતી વખતે માથુ કઈ દિશામાં રાખવું જોઈએ. (A) ઉત્તર (B) પૂર્વ (C) દક્ષિણ (D) પશ્ચિમ
100	કુદરતી ઉપચાર શેમાં માને છે. (A) રોગ નિવારણ (B) રોગ દબાવી દેવો (C) કુદરત ઉપર છોડી દેવુ (D) રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારવી

ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

સત્રાંત પરીક્ષા જાન્યુઆરી - 2016

સૂચના :
1. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ ફરજિયાત છે.
2. જયાં સુધી ખંડનિરીક્ષક ન જણાવે ત્યાં સુધી જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું નહિ.
3. જવાબપત્રકની પાછળ આપેલ સૂચનાઓ કાળજીપૂર્વક વાંચ્યા બાદ જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું
4. પરીક્ષાર્થીઓએ પ્રશ્નપત્ર અને જવાબપત્ર બંને ખંડ–નિરીક્ષકને એક સાથે પરત કરવાનું અનિવાર્ય છે. આથી કોઈપણ પરીક્ષાર્થીએ પ્રશ્નપત્ર પોતાની સાથે લઈ જવાનો આગ્રહ રાખવો નહિ. પ્રશ્નપત્ર સાથે લઈ જનાર વિદ્યાર્થી આ પરીક્ષા માટે ગેરલાયક ઠરશે.
5. વૈકલ્પિક પસંદગીના દરેક પ્રશ્નના ઉત્તર માટે ચાર વિકલ્પ જણાવ્યા છે. જેમાંથી એક સાચો હોવાની શકયતા છે. સાચો જવાબ પસંદ કરી જવાબપત્રકમાં યોગ્ય ખાનામાં (x) નિશાની કરો.
6. જે વિદ્યાર્થી પોતાનો સાચો નોંધણી નંબર નહીં દર્શાવે તેનું પરિણામ રદ થશે.

અભ્યાસક્રમ : સર્ટિફિકેટ ઈન નેચરોપેથી (CIN) **નોંધણી નંબર:_____________**
પાઠયક્રમ : નૈસર્ગોપચાર દ્વારા ચિકિત્સા (CIN-02)
તારીખ : 25/01/2016
સમય : 3:00 to 6:00 **કુલ ગુણ : 100**

1	માટીની યોગ્ય પસંદગી કાર્ય બાદ શું કરવું જોઈએ? (A) તડકામાં સૂકાવવી (B) ભીની કરવી (C) ચાળવી (D) એકેય નહીં
2	આપણા શરીરનું જ નહિ પરંતુ જીવનનું પણ અવિભાજન અંગ છે. (A) ખોરાક (B) પાણી (C) ફરવું (D) આરામ
3	એનિમા માટે નળી કેટલી લાંબી હોવી જોઈએ? (A) 3 ફૂટ (B) 2 ફૂટ (C) ચાર ફૂટ (D) 5 ફૂટ
4	ભોજન બાદ કેટલા કલાક પછી પાણી પીવું જોઈએ? (A) 1 કલાક (B) 2 કલાક (C) 3 કલાક (D) 4 કલાક
5	આપણા પેટમાં કયો પાચકરસનું પાચન થતું નથી? (A) પ્રોટીન (B) ચરબી (C) કાર્બોદીત (D) પાણી
6	કાચા ધાન્ય અને કઠોળ ફણગાવવાથી તેમાં કેટલા તત્વોનો વધારો થાય છે? (A) 600 કરોડ (B) 700 કરોડ (C) 800 કરોડ (D) 900 કરોડ
7	કાચો આહાર કેટલા સમયમાં પચે છે? (A) 2 કલાક (B) 3 કલાક (C) 4 કલાક (D) 3-4 કલાક
8	ફળો અને શાકભાજીનો રસ કેટલા સમયમાં પચે છે? (A) 20 મિનિટ (B) 30 મિનિટ (C) 40 મિનિટ (D) 50 મિનિટ
9	શરીરમાં પ્રતિ અમલોનું પ્રમાણ કેટલું હોય છે? (A) 20 % (B) 80 % (C) 40 % (D) 60 %
10	ઈંડામાં અમ્લાતાનું પ્રમાણ કેટલું હોય છે? (A) ખૂબ જ વધુ (B) વધુ (C) ઓછુ (D) ખૂબ જ ઓછુ
11	નીચેનામાંથી કયા ખાદ્ય પદાર્થોમાંથી કાર્બોદિત મળે છે? (A) કઠોળ (B) કંદમૂળ (C) દૂધ (D) ઉપરોક્ત બધા

12	શરીરના કેટલા પ્રકાર છે?							
	(A)	1	(B)	2	(C)	3	(D)	4
13	પ્રેજીવક ક્ષાર કયા તત્વો પચાવવા માટે ખૂબ જ જરૂરી છે?							
	(A)	પ્રોટીન	(B)	ચરબી	(C)	કાર્બોદિત	(D)	ઉપરોક્ત બધા
14	લોહીના શ્વેતકણો માટે ઉપયોગી તત્વ કયું છે?							
	(A)	નોરલ્યુસાઈન	(B)	પ્રોલાઈન	(C)	પ્રીઓનઈન	(D)	સેરાઈન
15	સ્તનો અને અંડકોષ માટે કયું તત્વ જરૂરી છે?							
	(A)	વેલાઈન	(B)	દ્રીપ્ટોફેન	(C)	ફેનિલેનાઈન	(D)	સેરાઈન
16	માંસાહારમાં સૌથી વધુ કયું તત્વ રહેલું છે?							
	(A)	ચરબી	(B)	કાર્બોદિત	(C)	પ્રોટીન	(D)	પ્રજીવકક્ષાર
17	નીચેનામાંથી કયા પદાર્થોમાંથી બ્લુસાઈન મળે છે?							
	(A)	પીસ્તા	(B)	અખરોટ	(C)	નાળિયેર	(D)	ઉપરોક્ત બધા
18	સેલરી, પાલખ, ટામેટામાંથી કયું તત્વ મળે છે?							
	(A)	નો બ્લુસાઈન	(B)	બ્લુ સાઈન	(C)	લાઈ સાઈન	(D)	આર્થોડોગોગાઇક એસિડ
19	ઓર્ડિનલ ગ્રંથી માટે કયું એસિડ જરૂરી છે?							
	(A)	આર્જિનાઈન એસિડ	(B)	એલેનાઈન એસિડ	(C)	એસ્થાટીક એસિડ	(D)	સિસ્ટાઈન એસિડ
20	નીચેનામાંથી સિસ્ટાઈન એસિડ શરીરના કયા અંગ માટે જરૂરી છે?							
	(A)	વાળ	(B)	સ્તન	(C)	લાલ કણ	(D)	ઉપરોક્ત બધા
21	શરીરને બહારથી કેટલા એમિનો એસિડ મેળવવા પડે છે?							
	(A)	10	(B)	20	(C)	30	(D)	40
22	કુલ એમિનો એસિડ કેટલા છે?							
	(A)	20	(B)	22	(C)	23	(D)	24
23	માનવશરીરમાં અગ્નિતત્વથી કયું અંગ બનેલ છે?							
	(A)	આંખ	(B)	નાક	(C)	પેટ	(D)	ગળું
24	નબળી વ્યક્તિઓએ અઠવાડિયામાં કેટલા દિવસ ઉપવાસ કરવા જોઈએ?							
	(A)	3	(B)	4	(C)	5	(D)	ન કરવા જોઈએ
25	કયા સ્નાનમાં ફક્ત કટિપ્રદેશ સુધી જ સ્નાન કરવાનું હોય છે?							
	(A)	કટિસ્નાન	(B)	કરોડસ્નાન	(C)	વાયુ સ્નાન	(D)	વરાળ સ્નાન
26	કટિસ્નાનમાં ટબમાં કેટલું પાણી હોવું જોઈએ?							
	(A)	8 થી 10 ઈંચ	(B)	8 થી 12 ઈંચ	(C)	9 થી 10 ઈંચ	(D)	9 થી 12 ઈંચ
27	શું વિવિધ સંદેશાઓની આપ લે કરતું જંકશન છે?							
	(A)	હાથ	(B)	કરોડરજ્જુ	(C)	પગ	(D)	માથું
28	વરાળ સ્નાનમાં કેટલી મિનિટ સુધી સારો પરસેવો વળે પછી બહાર આવવું?							
	(A)	4 મિનિટ	(B)	15 મિનિટ	(C)	10 મિનિટ	(D)	5 મિનિટ
29	માનવ શરીર મૂળભૂત કેટલા તત્વોનું બનેલું છે?							
	(A)	4	(B)	5	(C)	6	(D)	7
30	પારજાંબલી કિરણોને શું કહેવાય છે?							
	(A)	Infrared	(B)	Ultra Violet	(C)	Ultrared	(D)	એકેય નહીં
31	અધોરક્ત કિરણોમાંથી વિટામીન- ડી ઉપરાંત કયું વિટામીન મળે છે?							
	(A)	C	(B)	12	(C)	A	(D)	E
32	શક્તિ મેળવવાનો ખૂબ જ અગત્યનો સ્ત્રોત તરીકે જણાઈ આવે છે?							
	(A)	સૂર્યપ્રકાશ	(B)	ચંદ્રપ્રકાશ	(C)	કૃત્રિમ પ્રકાશ	(D)	ત્રણેય

33	નીચેનામાંથી સૂર્યપ્રકાશમાંથી કયું વિટામીન મળે છે?							
	(A)	વિટામીન-A	(B)	વિટામીન-D	(C)	A + B	(D)	વિટામીન- K
34	રિકેટસ એ કયા વિટામીનની ઉણપથી થતો રોગ છે?							
	(A)	વિટામીન-ડી	(B)	વિટામીન-K	(C)	વિટામીન-C	(D)	વિટામીન-B
35	પીધેલું પાણી તરત જ ઉલટીની જેમ બહાર કઈ પદ્ધતિથી નીકાળવામાં આવે છે?							
	(A)	વરાળ સ્નાન	(B)	સૂર્ય સ્નાન	(C)	વમન	(D)	કરોડ સ્નાન
36	વમન માટે લીધેલા પાણીમાં શું નાખવું જોઈએ?							
	(A)	હળદર	(B)	મીઠું	(C)	નિમ	(D)	મધ
37	કયા પ્રદેશમાં પ્રાણવાયુનું પ્રમાણ ઘણું ઉંચુ જવા મળે છે?							
	(A)	જંગલોમાં	(B)	પર્વતોમાં	(C)	રણમાં	(D)	ગામડામાં
38	ગીચ વસ્તીવાળા વિસ્તારોમાં શેનું પ્રમાણ ઉંચુ હોય છે?							
	(A)	Co_2	(B)	O_2	(C)	$Naco_3$	(D)	Cl^-
39	શરીર પર આવેલા ચોક્કસ બિંદુ પર દબાણ કઈ પદ્ધતિમાં આપવામાં આવે છે?							
	(A)	એક્યુપંકચર	(B)	એક્યુપ્રેશર	(C)	જલનેતિ	(D)	વરાળ સ્નાન
40	લોહચુંબકની આસપાસના ક્ષેત્રને શું કહે છે?							
	(A)	ચુંબકીય ક્ષેત્ર	(B)	ચુંબકીય ધ્રુવ	(C)	બંને	(D)	એકપણ નહિ
41	લોહચુંબકમાં કેટલા ધ્રુવ રહેલા છે?							
	(A)	4	(B)	3	(C)	5	(D)	2
42	ઉત્તર ધ્રુવનો ઉપયોગ કઈ ચિકિત્સામાં કરવામાં આવે છે?							
	(A)	જલચિકિત્સા	(B)	જલનેતિ	(C)	લોહચુંબક ચિકિત્સા	(D)	ત્રણેય
43	કયા ધ્રુવને પાણીમાં નાખવાથી પાણીની ક્ષારતા ઘટે છે?							
	(A)	ઉત્તરધ્રુવ	(B)	દક્ષિણ ધ્રુવ	(C)	બંને	(D)	એકપણ નહીં
44	કઈ પદ્ધતિ સંપૂર્ણ રીતે આડઅસર મુક્ત છે?							
	(A)	લોહચુંબક	(B)	જલનેતિ	(C)	વરાળ સ્નાન	(D)	કંપન પદ્ધતિ
45	વિશિષ્ટ દબાણ આપીને કરવામાં આવતી ચંપીને શું કહે છે?							
	(A)	એક્યુપ્રેશર	(B)	માલીશ	(C)	એક્યુપંચર	(D)	ત્રણેય
46	શરીર પર વધારે વાળ ધરાવતી વ્યક્તિને શેની માલિશ ન કરવી જોઈએ?							
	(A)	પાવડર	(B)	તેલ	(C)	બંને	(D)	એકપણ નહીં
47	જેને એલર્જી અથવા ત્વચા વધારે પડતી તૈલી હોય તેને શેની માલિશ કરવી જોઈએ?							
	(A)	તેલ	(B)	તલતેલ	(C)	પાવડરયુક્ત	(D)	ટેલ્કમ પાવડર
48	22 પ્રકાર શેના છે?							
	(A)	ફેટ	(B)	કાર્બોદિત પદાર્થ	(C)	વાયુ	(D)	એમિનો એસિડ
49	વાયુનું સૌથી વધુ મહત્વ શેના અભ્યાસ દ્વારા જાણી શકાય છે?							
	(A)	શ્વસનતંત્ર	(B)	ચેતાતંત્ર	(C)	કંકાલ તંત્ર	(D)	અસ્થિતંત્ર
50	નીડિંગ, રબિંગ અને સ્ટ્રોકિંગ કઈ પદ્ધતિના પ્રકાર છે?							
	(A)	એક્યુપ્રેશર	(B)	કંપન	(C)	વરાળ સ્નાન	(D)	માલિશ
51	પ્રાણાયામ કઈ પદ્ધતિ પછી સારી રીતે કરી શકાય છે?							
	(A)	જલસ્નાન	(B)	વરાળસ્નાન	(C)	જલનેતિ	(D)	સૂર્ય સ્નાન
52	માલીશ પદ્ધતિના કેટલા પ્રકાર છે?							
	(A)	3	(B)	4	(C)	2	(D)	5
53	વા,સંધિવા જેવા રોગો શેના ઉપચાર દ્વારા નિવારી શકાય?							
	(A)	નસ્ય	(B)	માટી	(C)	સૂત્રનેતિ	(D)	જલનેતિ

54	જલનેતિથી કયા તંત્રની સફાઈ થાય છે? (A) શ્વસનતંત્ર (B) પાચનતંત્ર (C) ચેતાતંત્ર (D) અસ્થિતંત્ર
55	માનવશરીરમાં કુલ કેટલા ચક્રો હોય છે? (A) 6 (B) 7 (C) 9 (D) 8
56	એક્યુપ્રેશરમાં શેના પર દબાણ આપવામાં આવે છે? (A) ચોક્કસબિંદુ (B) ફક્ત હાથ (C) ફક્ત પગ (D) આખું શરીર
57	એનિમા કયા રોગમાં આપવું જોઈએ? (A) કબજીયાત (B) તાવ (C) આંતરડાનો સોજો (D) ચામડીના રોગો
58	માટી ચિકિત્સામાં કેવા કાપડનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે? (A) ખાદી (B) મલમલ (C) સુતરાઉ (D) પોલિસ્ટર
59	સૂર્યના કયા કિરણોની ગરમી વધારે હોય છે. (A) સફેદ કિરણો (B) અધોરક્ત (C) રાતા (D) જાંબલી
60	ઉપવાસમાં અનિંદ્રા આવે ત્યારે કેવું પાણી લેવું? (A) ગરમ (B) હુંફાળું (C) ઠંડુ (D) લીંબુ પાણી
61	કઈ પદ્ધતિ માથાના દુ:ખાવામાં રાહત મળે છે? (A) કટીસ્નાન (B) વરાળ સ્નાન (C) કરોળ સ્નાન (D) જલનેતિ
62	બધા જ રંગોના સંમિશ્રણથી કયો રંગ બને છે? (A) લાલ (B) મરૂન (C) જાંબલી (D) એકેય નહિ
63	સૂર્યસ્નાન કેટલા કલાક સુધી કરી શકાય? (A) 1 કલાક (B) 3 કલાક (C) ½ કલાક (D) 2 કલાક
64	મૂત્રપિંડથી તકલીફથી પીડાતા હોય તેવા વ્યક્તિને કયું સ્નાન આપવામાં આવે છે? (A) કરોડસ્નાન (B) સૂર્યસ્નાન (C) વરાળ સ્નાન (D) કટીસ્નાન
65	કયા લોકોને એનિમાની ઓછી જરૂર પડે? (A) નિયમિત વ્યાયામ (B) રેસાવાળા ખાદ્ય પદાર્થ (C) શાકભાજી (D) ત્રણેય
66	વરાળ સ્નાનમાં કેટલી મિનિટ સુધી સારો પરસેવો વળે પછી બહાર આવવું? (A) 4 મિનિટ (B) 15 મિનિટ (C) 10 મિનિટ (D) 5 મિનિટ
67	સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય મેળવવા માટે શું ખૂબ જ અગત્યનું છે? (A) વરાળ સ્નાન (B) સૂર્યપ્રકાશ (C) જલનેતિ (D) વાયુસ્નાન
68	વાયુ કેવો હોય તો શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડે છે? (A) ઘટ્ટ (B) દૂષિત (C) સ્વચ્છ (D) પાતળો
69	તનાવ મુક્ત થવા કયો વાયુ જરૂરી છે? (A) સમાન વાયુ (B) સપાન વાયુ (C) ઉદાન વાયુ (D) એકપણ નહીં
70	ભીની માટી ખુલ્લી રાખવામાં આવે તો કયા રોગને કાબૂ કરી શકાય? (A) પેટનો દુ:ખાવો (B) માથાનો દુ:ખાવો (C) ગંભીર તાવ (D) ઉલટી
71	ગર્ભવતી સ્ત્રીઓ માટે કઈ પદ્ધતિ અપનાવી જોઈએ? (A) કટી સ્નાન (B) માલિશ (C) કરોડ સ્નાન (D) સૂર્ય સ્નાન
72	કેવેટરનો કેટલો છેડો ગુદામાર્ગમાં જવા દેવો જોઈએ? (A) 1 ઈંચ (B) ½ ઈંચ (C) 2 ઈંચ (D) એકપણ નહીં
73	ધાર્મિક અને તપસ્વી લોકો શેના માટે ઉપવાસ કરે છે? (A) ધ્યાન માટે (B) સ્વસ્થતા (C) લાંબા આયુષ્ય માટે (D) પાતળા રહેવા
74	સાદા પાણીના બદલે કેવું પાણી સ્વાસ્થ્ય માટે લાભદાયી છે? (A) મીઠાવાળું (B) હળદર વાળું (C) લોહચુંબકીત (D) ઠંડુ પાણી

75	વજન ઉતારવા માટે કઈ પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ? (A) એક્યુપ્રેશર (B) વાયુસ્નાન (C) કંપન (D) એકપણ નહીં
76	વિટામીન – D શેમાંથી મળે છે? (A) સૂર્યપ્રકાશ (B) ચંદ્રપ્રકાશ (C) કૃત્રિમપ્રકાશ (D) ખાદ્યપદાર્થ
77	લોહચુંબકમાં કેટલા ધ્રુવ હોય છે? (A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 1
78	ઉત્તરધ્રુવ શરીરમાં શેની ઉત્પતિ કરે છે? (A) ગરમી (B) ઠંડી (C) કઈ અસર થતી નથી (D) એકપણ નહીં
79	તણાવયુક્ત થવામાં કયો વાયુ ઉપયોગી છે? (A) ગરમ (B) ઠંડો (C) હુંફાળો (D) એકપણ નહીં
80	નીચેનામાંથી કઈ સમસ્યા વાયુસ્નાનથી દૂર કરી શકાય છે? (A) માથાનો દુ:ખાવો (B) ખીલ (C) જઠરાહટ (D) ઉપરોક્ત બધા
81	મનુષ્ય શ્વાસ લેતી વખતે કયો વાયુ અંદર લે છે? (A) ઓક્સિજન (B) કાર્બનડાયોક્સાઈડ (C) કાર્બન મોનોક્સાઈડ (D) હાઈડ્રોજન
82	પારજાંબલી કિરણો શરીર પર વધુ પડે તો ત્વચા કેવી બને છે. (A) કોમળ (B) રૂક્ષ (C) મલિન (D) દૂષિત
83	પશ્ચિમના દેશોમાં કયો રોગ વધુ જોવા મળે છે? (A) બેરી બેરી (B) પેલાગ્રા (C) રિકેટસ (D) મરાર-મસ
84	વમન દ્વારા વધેલું પાણી શેના દ્વારા બહાર મળે છે? (A) મૂત્ર દ્વારા (B) મળ દ્વારા (C) પાણી શોષાઈ જાય (D) એકપણ નહી
85	જલનેતિ પછી કઈ ક્રિયા વધુ સારી રીતે કરી શકાય છે? (A) પ્રાણાયામ (B) શ્વાસોચ્છવાસ (C) વમન (D) અન્નગ્રહણ
86	જલનેતિથી કયા રોગમાં ફાયદો થાય છે? (A) માથાનો દુ:ખાવો (B) શરદી (C) ચશ્માના નંબર (D) બધાજ
87	પાદસ્નાન પછી પગ કેટલો સમય લાલ રહે છે? (A) 10-12 મિનિટ (B) 15-20 મિનિટ (C) 20-30 મિનિટ (D) 10-15 મિનિટ
88	સ્થૂળ વ્યક્તિ વરાળ સ્નાન અઠવાડિયામાં કેટલી વાર કરી શકાય? (A) 2 વાર (B) 1 વાર (C) 3 વાર (D) 4 વાર
89	ઉનાળામાં કરોડસ્નાન કેટલી મિનિટ લઇ શકાય? (A) 10 મિનિટ (B) 15 મિનિટ (C) 20 મિનિટ (D) B+C
90	કટિ સ્નાન ભૂખ્યા પેટે કરી શકાય નહીં વિધાન સત્ય છે? (A) હા (B) ના (C) મિથ્યા (D) એકપણ નહી
91	એનિમા માટે કેટલું પાણી લેવામાં આવે છે? (A) 1 લિટર (B) 2 લિટર (C) 3 લિટર (D) 1 ½ લિટર
92	વ્યક્તિએ દિવસમાં કેટલું પાણી પીવું જોઈએ? (A) 10-12 ગ્લાસ (B) 10-15 ગ્લાસ (C) 8-10 ગ્લાસ (D) 15-20 ગ્લાસ
93	હરસ, ગુદામાર્ગની શીરામાં કઈ ચિકિત્સા ફાયદાકારક છે? (A) વરાળ સ્નાન (B) કરોડ સ્નાન (C) કટિ સ્નાન (D) માટી સ્નાન
94	માટીમાં બીજું શું મેળવી શકાય? (A) મીઠું (B) લીંબુ (C) મધ (D) હળદર
95	આંખોની નબળાઈ દૂર કરવામાં માટી ચિકિત્સા લાભદાયી છે? (A) હા (B) ના (C) કોઈ ફાયદો થતો નથી (D) એકપણ નહિ

96	સાબુથી ત્વચા કેવી બને છે? (A) કોમળ (B) સૂકી (C) નિસ્તેજ (D) B+C
97	કટિસ્નાન પછી કેટલા સમય સુધી ભોજન ગ્રહણ કરવાની મનાઈ છે? (A) 1 કલાક (B) ½ કલાક (C) 2 કલાક (D) 3 કલાક
98	ધરતી પર કયાં ખુલ્લા પગે ફરવાથી સ્વાસ્થ્ય સારું રહે છે? (A) સૂકા ઘાસમાં (B) ભીના ઘાસમાં (C) જમીનમાં (D) લીલા ઘાસમાં
99	અતિ આહારના કારણે કયા તંત્રને આહાર પચાવવામાં શ્રમ પડે છે? (A) શ્વસનતંત્ર (B) અસ્થિતંત્ર (C) પાચનતંત્ર (D) પ્રજનન તંત્ર
100	નિસર્ગોપચારના સિદ્ધાંતો કેટલા છે? (A) 10 (B) 2 (C) 11 (D) 23

ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

સત્રાંત પરીક્ષા જાન્યુઆરી - 2016

સૂચના : 1. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ ફરજિયાત છે.

2. જ્યાં સુધી ખંડનિરીક્ષક ન જણાવે ત્યાં સુધી જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું નહિ.
3. જવાબપત્રકની પાછળ આપેલ સૂચનાઓ કાળજીપૂર્વક વાંચ્યા બાદ જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું
4. પરીક્ષાર્થીઓએ પ્રશ્નપત્ર અને જવાબપત્ર બંને ખંડ–નિરીક્ષકને એક સાથે પરત કરવાનું અનિવાર્ય છે. આથી કોઈપણ પરીક્ષાર્થીએ પ્રશ્નપત્ર પોતાની સાથે લઈ જવાનો આગ્રહ રાખવો નહિ. પ્રશ્નપત્ર સાથે લઈ જનાર વિદ્યાર્થી આ પરીક્ષા માટે ગેરલાયક ઠરશે.
5. વૈકલ્પિક પસંદગીના દરેક પ્રશ્નના ઉત્તર માટે ચાર વિકલ્પ જણાવ્યા છે. જેમાંથી એક સાચો હોવાની શકયતા છે. સાચો જવાબ પસંદ કરી જવાબપત્રકમાં યોગ્ય ખાનામાં (x) નિશાની કરો.
6. જે વિદ્યાર્થી પોતાનો સાચો નોંધણી નંબર નહીં દર્શાવે તેનું પરિણામ રદ થશે.

અભ્યાસક્રમ : સર્ટિફિકેટ ઈન નેચરોપેથી (CIN) **નોંધણી નંબર:_____________**
પાઠયક્રમ : શરીર વિજ્ઞાન અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય (CIN-03)
તારીખ : 27/01/2016
સમય : 11:00 to 2:00 **કુલ ગુણ : 100**

1	અનિચ્છાવર્તી સ્નાયુઓ કયા છે? (A) જઠર (B) હાથ-પગ (C) હૃદય (D) A અને B
2	મેમ્બ્રેનના પ્રકાર કેટલા છે? (A) ચાર (B) ત્રણ (C) બે (D) એક
3	કાર્ટીલેજ શું છે? (A) પડદો (B) એક પ્રકારનું નરમ હાડકુ (C) સ્નાયુ (D) મેમ્બ્રેન
4	મ્યુક્સ મેમ્બ્રેન ક્યાં હોય છે? (A) ફેફસાની બહાર (B) સાંધામાં (C) શ્વસનતંત્રના અવયવોની અંદરની દીવાલ (D) હૃદયની બહાર
5	હાથમાં કેટલા સ્નાયુઓ હોય છે? (A) 15 (B) 20 (C) 25 (D) 30
6	સાંધાઓમાં કઈ મેમ્બ્રેન હોય છે? (A) મ્યુકસ (B) સીરસ (C) સાયનોવીયલ (D) એકપણ નહીં
7	આપણા શરીરમાં કુલ કેટલા હાડકા હોય છે? (A) 513 (B) 413 (C) 313 (D) 213
8	ગળાના મધ્ય ભાગમાં આવેલુ હાડકુ? (A) પેટેલા (B) મેન્ડીબલ (C) હાયોડ (D) ટીબીયા
9	કરોડરજ્જુના કુલ કેટલા હાડકા હોય છે? (A) 33 (B) 12 (C) 2 (D) એક
10	સર્વાઈકલ મણકા કેટલા હોય છે? (A) 7 (B) 5 (C) 4 (D) 12
11	ચેહરાને વિરુદ્ધ દિશામાં ફેરવવામાં મદદ કરે છે? (A) સ્ટર્નમ (B) ક્લેવીકલ (C) સ્ટર્નોક્લીડો માસ્ટોઈડ (D) ડેલ્ટોઈડ

12	ટીમ્પેનીક મેમ્બ્રેન શું છે? (A) નાકનો પડદો (B) ગળાનો પડદો (C) કાનનો પડદો (D) ત્રણેય
13	લોહી પંપ કરવાનું કામ કોણ કરે છે? (A) ફેફસા (B) હૃદય (C) ધમની (D) વાલ્વ
14	શ્વસન અને ઉચ્છવાસથી શેનું ચક્ર પૂરુ થાય છે? (A) શ્વસન (B) પાચન (C) પ્રાણાયામ (D) ઓક્સિજન
15	હૃદયમાં જમણી બાજુ કયો વાલ્વ હોય છે? (A) દ્વિદલ (B) ત્રિદલ (C) એકદલ (D) એકપણ નહી
16	માણસની મુઠ્ઠીના કદનું શું હોય છે? (A) હૃદય (B) ગર્ભાશય (C) જઠર (D) સ્વાદુપીંડ
17	સામાન્ય રીતે શીરા (વેઈન) માં કેવું લોહી વહે છે? (A) શુદ્ધ (B) અશુદ્ધ (C) જાડુ (D) પાતળું
18	હૃદય કેટલા ભાગમાં વહેંચાયેલું છે? (A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) પાંચ
19	હૃદયની ઊંડાઈ કેટલી હોય છે? (A) 12 સેમી (B) 9 સેમી (C) 6 સેમી (D) 3 સેમી
20	હૃદયના સ્નાયુઓને લોહી પહોંચાડતી ધમની કઈ? (A) મહાધમની (B) ફુપ્ફુસ ધમની (C) કોરોનરી આર્ટરી (D) ગેસ્ટ્રીક આર્ટરી
21	કંઠ (Larynx) એ કયા તંત્રનો અવયવ છે? (A) અસ્થિતંત્ર (B) રુધિરાભિસરણ તંત્ર (C) શ્વસનતંત્ર (D) પાચનતંત્ર
22	શરીરના દરેક કોષને પોતાના કાર્ય માટે શેની જરૂર પડે છે? (A) ઓક્સિજન (B) પોટેશિયમ (C) યુરિયા (D) અંગારવાયુ
23	શ્વાસનળી શેની બનેલી હોય છે? (A) કૂર્ચા (B) હાડકા (C) કાર્ટીલેજ (D) શ્વાસવાહિની
24	શ્વાસવાહિનીઓ કેટલી શાખામાં વહેંચાય છે? (A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર
25	18-20 જેટલી રીંગથી બનેલી રચના? (A) કંઠ (B) અન્નનળી (C) શ્વાસનળી (D) ફેફસા
26	જઠરનો આકાર કેવો હોય છે? (A) 'J' જેવો (B) 'T' જેવો (C) 'L' જેવો (D) 'S' જેવો
27	નાકના અંદરના પોલાણમાં રહીને ચીકણું પ્રવાહી પેદા કરે છે? (A) શ્લેષ્મ સ્તર (B) સાયનોબીયલ મેમ્બ્રેમ (C) સીરસ મેમ્બ્રેન (D) એકપણ નહી
28	ડાબા ફેફસામાં કેટલા ખંડ આવેલા હોય છે? (A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર
29	ફેફસામાં શ્વાસ દાખલ થાય ત્યારે શું થાય છે? (A) ફેફસા ફુલે છે (B) ફેફસા સંકોચાય છે (C) ફેફસામાં કોઈ ફેરફાર થતો નથી (D) એકપણ નહિ
30	દાઢીના નીચેના ભાગમાં આવેલી લાળગ્રંથી (A) પેરોટીડ (B) સબમેન્ડીબલ (C) સબમેન્ટલ (D) મેન્ટલ
31	લોહીના શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયા શેમાં થાય છે? (A) ફેફસા (B) હૃદય (C) જઠર (D) આંતરડા
32	પાચનતંત્રમાં પરોક્ષ રીતે ભાગ લેતા અવયવ? (A) જઠર (B) સ્વાદુપીંડ (C) આંતરડા (D) મોં

33	ટાયલીન શેનું પાચન કરે છે?							
	(A)	પ્રોટન	(B)	ચરબી	(C)	કાર્બોહાઈડ્રેટ	(D)	વિટામીન
34	નાનુ આંતરડુ કેટલા ભાગમાં વહેંચાયેલું છે?							
	(A)	એક	(B)	ત્રણ	(C)	પાંચ	(D)	સાત
35	નીચેના જડબામાં કેટલી દાઢ હોય છે?							
	(A)	6	(B)	10	(C)	14	(D)	18
36	ખોરાકના સંગ્રાહક તરીકે કયો અવયવ કામ કરે છે?							
	(A)	લીવર (યકૃત)	(B)	અન્નનળી	(C)	જઠર	(D)	મોં
37	મોટા આંતરડાની લંબાઈ આશરે કેટલી હોય છે?							
	(A)	1.5 મીટર	(B)	6 મીટર	(C)	12 મીટર	(D)	10 મીટર
38	શરીરમાં ગ્લુકોઝનું નિયંત્રણ કોણ કરે છે?							
	(A)	ગ્લુકાગોન	(B)	ઇન્સ્યુલીન	(C)	A અને B બંને	(D)	થાઈરોક્સીન
39	પાચનતંત્રનું સૌથી પહોળું અને સ્થિતિસ્થાપક અંગ કયું છે?							
	(A)	મોટુ આંતરડુ	(B)	જઠર	(C)	યકૃત	(D)	સ્વાદુપીંડ
40	પેટના પોલાણમાં ડાબી બાજુ આવેલ અવયવ							
	(A)	જઠર	(B)	યકૃત	(C)	કિડની	(D)	આંતરડુ
41	ડીઓડીનમ નો આકાર કેવો હોય છે?							
	(A)	C	(B)	B	(C)	J	(D)	A
42	ખોરાકનું પાચન અને શોષણ કયાં થાય છે?							
	(A)	જઠર	(B)	મોં	(C)	અન્નનળી	(D)	નાનુ આંતરડુ
43	ગેસ્ટ્રીક ગ્લેન્ડમાં રહેલો એસીડ જે ખોરાકમાં રહેલા જંતુઓનો નાશ કરે છે.							
	(A)	સલ્ફયુરીક એસીડ	(B)	હાઈડ્રોક્લોરીક એસીડ	(C)	નાઈટ્રીક એસીડ	(D)	એસીટીક એસીડ
44	જઠરનો ઉપરનો છેડો શેની સાથે જોડાયેલો હોય છે?							
	(A)	અન્નનળી	(B)	મોં	(C)	નાનુ આંતરડુ	(D)	એકપણ નહી
45	મોટા આંતરડાના એસેન્ડીંગ કોલોનની લંબાઈ							
	(A)	10 ઈંચ	(B)	5 ઈંચ	(C)	15 ઈંચ	(D)	20 ઈંચ
46	કોલોનમાં આવેલા બેક્ટેરીયા શેનું સંયોજન કરે છે.							
	(A)	વિટામીન સી	(B)	પ્રોટીન	(C)	વિટામીન બી	(D)	ચરબી
47	સ્વાદુપીંડમાંથી કયો અંતઃસ્ત્રાવ ઝરે છે.							
	(A)	ઈસ્ટ્રોજન	(B)	ઈન્સ્યુલીન	(C)	પ્રોજેસ્ટેરેન	(D)	ટેસ્ટોસ્ટેરોન
48	યકૃતનો રંગ કેવો હોય છે?							
	(A)	લીલો	(B)	પીળો	(C)	લાલાશ પડતો બદામી	(D)	ગુલાબી
49	યકૃતને લોહી પહોંચાડતી આર્ટરી (ધમની) કઈ છે?							
	(A)	ગેસ્ટ્રીક	(B)	હિપેટીક આર્ટરી	(C)	મારજીનલ આર્ટરી	(D)	મેસેન્ટ્રીક આર્ટરી
50	લંબાર મણકા (L_1,L_2) ના લેવલ પર પેટના પાછળના ભાગમાં શું હોય છે?							
	(A)	કીડની	(B)	સ્વાદુપીંડ	(C)	જઠર	(D)	બરોળ
51	શરીરનો કંટ્રોલ અને કો.ઓર્ડીનેટ કરતું તંત્ર							
	(A)	અસ્થિતંત્ર	(B)	શ્વસનતંત્ર	(C)	ચેતાતંત્ર	(D)	પાચનતંત્ર
52	મગજને બે ભાગમાં વહેંચી શકાય છે?							
	(A)	હેમીસ્ફીયર	(B)	મેનેન્જીસ	(C)	થેલેમસ	(D)	કરોડરજ્જુ
53	સેન્ટ્રલ નર્વસ સીસ્ટમનાં અવયવ કયા છે?							
	(A)	સોમેટીક નર્વસ સીસ્ટમ	(B)	ઓટોનોમીક નર્વસ સીસ્ટમ	(C)	વેન્ટ્રીકલ	(D)	કરોડરજ્જુ

No.	Question	(A)	(B)	(C)	(D)
54	કરોડરજ્જુની લંબાઈ આશરે કેટલી હોય છે?	41 સે.મી	40 સે.મી	50 સે.મી	45 સે.મી
55	ક્રેનીયલ નર્વસ (મગજમાંથી નીકળતી ચેતાઓ) કેટલી છે?	31	12	33	50
56	આખા શરીરીનો સુપ્રીમ ગવર્નર કયો છે?	લીવર	ગર્ભાશય	મગજ	હ્રદય
57	મગજને લોહી પહોંચાડતી મુખ્ય ધમની કઈ?	કોરોનરી	ઈન્ટરનલ કેરોટીડ	પોર્ટલ વેઈન	સ્પ્લેનીક આર્ટરી
58	સ્વાદુપીંડ એ કેવી ગ્રંથી છે?	અંતઃસ્ત્રાવી	ઉભયસ્ત્રાવી	બાહ્ય સ્ત્રાવી	એકપણ નહિ
59	સ્વાદુપીંડનું વજન લગભગ કેટલું હોય છે?	50 ગ્રામ	30 ગ્રામ	90 ગ્રામ	15 ગ્રામ
60	યકૃતનું વજન લગભગ કેટલું હોય છે?	1000 ગ્રામ	5000 ગ્રામ	1300 ગ્રામ	100 ગ્રામ
61	ગર્ભાશયનું વજન આશરે કેટલું હોય છે?	10 થી 20 gm	30 થી 40 gm	80gm	120 gm
62	ગર્ભાશયનો આકાર કેવો હોય છે?	પિરામીડ	પ્રિઝમ	શંકુ	પાઈરીફોર્મ
63	અંડપીંડમાંથી અંડકોષને ગર્ભાશય સુધી પહોંચાડે છે?	સર્વિક્સ	ચેતાઓ	ગર્ભનલિકા	મૂત્રવાહિની
64	ફેલોપીયન ટ્યુબના ગરણી જેવા આકારનો ભાગને શું કહે છે?	ઈન્ફન્ડીબ્યુલમ	એમ્પ્યુલા	ઈસ્થીયમ	એકપણ નહિ
65	પુરુષના પ્રજનન અંગોમાં વધારાની ગ્રંથી કઈ છે?	શુક્રપિંડ	વૃષણકોથળી	પ્રોસ્ટેટ	ઈથીડાયડાઈમીસ
66	અંડપિંડનો આકાર કેવો હોય છે?	ગોળ	લીલી બાદમ જેવો	વાલજેવો	ત્રિકોણ
67	અંડકોષનું નિર્માણ ક્યાં થાય છે?	અંડપિંડ	શુક્રપિંડ	ગર્ભનલિકા	ગર્ભાશય
68	શુક્રપિંડમાંથી કયા અંતઃસ્ત્રાવ ઝરે છે?	ઈસ્ટ્રોજન	પ્રોજેસ્ટેરોન	ટેસ્ટોસ્ટેરોન	ગ્લુકાગોન
69	મૂત્રનલિકાની સંખ્યા કેટલી હોય છે?	એક	બે	ત્રણ	અસંખ્ય
70	ભરેલા મૂત્રાશયનો આકાર કેવો હોય છે?	ઓવોઈડ	ત્રિકોણાકાર	ટેટ્રાહેડલ	પિરામીડ
71	સ્ત્રીના મૂત્રમાર્ગની લંબાઈ કેટલી હોય છે?	2 cm	3 cm	4 cm	18 cm
72	મૂત્રપિંડમાં જ્યાં મૂત્ર બને તેને શું કહે છે?	હાઈલમ	નેફ્રોન	પેલ્વીસ	યુરેટર
73	પુરુષના મૂત્રમાર્ગના મેમ્બ્રેન પાર્ટની લંબાઈ	3 સે.મી	1.5 સે.મી	6 સે.મી	9 સે.મી
74	ખેંચાયેલા શિશ્નમાં યુરેથ્રાનો આકાર કેવો હોય છે.	જે (J)	(એસ) S	સી (C)	જી (G)

75	મૂત્રાશયના અંદરના ભાગનો આકાર (A) ત્રિકોણાકાર (B) ઓવોઇડ (C) ટેટ્રાહેડલ (D) ગોળ
76	મૂત્રાશયમાં આશરે કેટલું મૂત્ર સમાઈ શકે? (A) 50 મી.લી (B) 500 મી.લી. (C) 120 થી 320 મી.લી (D) 10 મી.લી
77	મૂત્રપિંડનું કાર્ય શું છે? (A) વધારાનું કાર્ય દૂર કરે છે. (B) વધારાના ક્ષાર દૂર કરે છે (C) લોહીના PH ને બેલેન્સ કરે છે. (D) ત્રણેય
78	કીડનીની ઉપર આવેલી ગ્રંથી (A) થાઈરોઈડ (B) પીટ્યુટરી (C) એડ્રીનલ (D) અંડપીંડ
79	કઈ કીડની થોડી વધુ લાંબી હોય છે? (A) ડાબી (B) જમણી (C) બંને સરખી હોય છે (D) એકપણ નહી
80	મૂત્રપિંડને લોહી પહોંચાડતી આર્ટરી (A) ગેસ્ટ્રીક આર્ટરી (B) રીનલ આર્ટરી (C) વજાઈનલ આર્ટરી (D) હિપેટીક આર્ટરી
81	મગજની ઉપર પાતળા માળની લેયર હોય છે તેને શું કહે છે? (A) કરોડરજ્જુ (B) થેલેમસ (C) ખોપરી (D) મેનેન્જીસ
82	પ્રીપ્યુસ ક્યાં આવેલ હોય છે? (A) શુક્રપીંડ (B) ગર્ભાશય (C) અંડપીંડ (D) પેનીસ
83	પ્રોસ્ટેટ એ કયા તંત્રનો ભાગ છે? (A) પાચનતંત્ર (B) પ્રજનનતંત્ર (C) સ્નાયુતંત્ર (D) ચેતાતંત્ર
84	પુરુષના પ્રજનન તંત્રનો અવયવ કયો છે? (A) વૃષણ કોથળી (B) ગર્ભાશય (C) ફેલોપીઅન ટ્યુબ (D) વજાઈના
85	સર્વીક્સ એ કયા તંત્રનો અવયવ છે? (A) શ્વસનતંત્ર (B) રુધિરાભિસરણ તંત્ર (C) સ્ત્રીના પ્રજનનતંત્ર (D) પુરુષના પ્રજનનતંત્ર
86	કીડની ની લંબાઈ કેટલી હોય છે? (A) 20 સે.મી. (B) 11 સે.મી. (C) 18 સે.મી. (D) 20 સે.મી.
87	ગર્ભાશય ની લંબાઈ કેટલી હોય છે? (A) 1 ઈંચ (B) 2 ઈંચ (C) 3 ઈંચ (D) 4 ઈંચ
88	શરીરના બધા અવયવો ચોક્કસ કામ માટે ભેગા થઈ શેની રચના કરે છે? (A) અવયવ (B) તંત્ર (C) પેશી (D) સ્નાયુ
89	અસ્થિતંત્ર શેનું બનેલું છે? (A) હાડકા અને કૂર્ચા (B) હાડકા (C) કૂર્ચા (D) એકપણ નહિ
90	શેમાં વાલ્વ નથી હોતા? (A) શીરા (B) ધમની (C) હૃદય (D) ત્રણેય
91	નાના બાળકોમાં ફેફસા કેવા રંગના હોય છે? (A) બદામી (B) લીલા (C) ગુલાબી (D) પીળા
92	હૃદય છાતીમાં કઈ પાંસળીઓ વચ્ચે હોય છે? (A) 1 થી 2 (B) 2 થી 6 (C) 4 થી 8 (D) 8 થી 12
93	શેના દ્વારા કર્ણક અને ક્ષેપક જુદા પડે છે? (A) રૂધિર (B) શીરા (C) ધમની (D) વાલ્વ
94	કર્ણક અને ક્ષેપક કયા તંત્રના અવયવ છે? (A) શ્વસનતંત્ર (B) મૂત્રોત્સર્ગ તંત્ર (C) રૂધિરાભિસરણ તંત્ર (D) ચેતાતંત્ર

95	કંઠ (Larynx) ની લંબાઈ કેટલી હોય છે?							
	(A)	10 થી 18 સે.મી.	(B)	1 થી 2 સે.મી.	(C)	5 થી 10 સે.મી	(D)	36 થી 44 સે.મી
96	શ્વાસનળી અને અન્નનળી વચ્ચે પડદાનું કામ કોણ કરે છે?							
	(A)	ફેરીન્ક્સ	(B)	નાક	(C)	સ્વરપેટી	(D)	ઈપીગ્લોટીસ
97	પુખ્તવયની વ્યક્તિમાં કેટલા દાંત હોય છે?							
	(A)	20	(B)	32	(C)	28	(D)	22
98	જડબામાં આગળના ભાગને શું કહે છે?							
	(A)	ચીરવાના	(B)	ચાવવાના	(C)	કાપવાના	(D)	ત્રણેય
99	જીભના આગળના ભાગને શું કહે છે?							
	(A)	ટોચ	(B)	મૂળ	(C)	પેપીલી	(D)	પડદો
100	લાળગ્રંથીઓ કેટલા પ્રકારની હોય છે?							
	(A)	એક	(B)	બે	(C)	ત્રણ	(D)	પાંચ