

UTTARAKHAND OPEN UNIVERSITY, HALDWANI (NAINITAL)

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी (नैनीताल)



Diploma in Yoga and Naturopathy

योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा में डिप्लोमा द्वितीय सेमेस्टर (D.Y.N. 10)/

सत्रीय कार्य

*Last Date of Submission: 15 January 2012***Course Title:** Panch Mahabhut Therapy-1**Course Code:** N.S.03

कोर्स शीर्षक: पंच महाभूत चिकित्सा-एक

कोर्स कोड: एन0एस0-03

Session 2011-12 (Summer)**Maximum Marks:20**

सत्र: 2011-12 गीष्मकालीन

अधिकतम अंक: 20

Section 'A'

Section 'A' contains 08 short answer type questions of 2^{1/2} marks each. Learners are required to answer 4 questions only. Answers of short answer-type questions must be restricted to 250 words approximately.

भाग 'क'

भाग 'क' में आठ लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं इनमें से केवल चार प्रश्नों के उत्तर देने हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए 2^{1/2} अंक निर्धारित हैं तथा प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 250 शब्दों से अधिक नहीं होना चाहिए।

1. पंचतत्वों के नाम लिखिए।

Write the names of Panchtatvas.

2. जल के प्रमुख गुण बताइए।

Write the main Qualities of Water.

3. जलचिकित्सा से आप क्या समझते हैं।

What do you understand by hydrotherapy.

4. तनाव से आप क्या समझते हैं।

What do you understand by Stress.

5. एनीमा के विभिन्न प्रकारों के नाम लिखिए।

Write the names of different types of Enema.

6. एनीमा के क्या-क्या लाभ हैं।

What are the benefits of Enema.

7. कब्ज हेतु खाद्य चिकित्सा बताइए।

Write the diet therapy for constipation.

8. जलचिकित्सा की विभिन्न विधियों के नाम लिखिए।

Write the names of different methods of hydrotherapy.**Section 'B'**

Section 'B' contains 04 long answer-type questions of 5 marks each. Learners are required to answer 02 questions only.

भाग 'ख'

भाग 'ख' में चार दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, इनमें से केवल दो प्रश्नों के उत्तर देने हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए पाँच अंक निर्धारित हैं।

1. पंचतत्वों के शरीर पर पड़ने वाले प्रभावों को स्पष्ट कीजिए।

Explain the effects of Panchtatvas on human body.

2. जल चिकित्सा के अर्थ को स्पष्ट करते हुए इसके प्रमुख सिद्धान्तों का विवेचन कीजिए।

Explaining the meaning of hydrotherapy, describe its basic principles.

3. अनिद्रा एवं तनाव के उपचार के लिए खाद्य चिकित्सा एवं जल चिकित्सा का वर्णन कीजिए।

Describe the diet and hydrotherapy for the management of insomnia and stress.

4. एनीमा के लाभ बताते हुए इसकी प्रमुख सावधानियाँ बताइए।

Explaining the benefits of Enema, describe its precautions.

