

जनार्दनस्वामी योगाभ्यासी मंडळ, रामनगर, नागपूर

आसन प्रवेश

विषय - शरीर विज्ञान एवं आहारशास्त्र

समय - दो घण्टे शनिवार दि. २ जून २०१२ कुल अंक १००

सूचना: १. कोई भी पाँच प्रश्नों के उत्तर लिखिए। २. सभी प्रश्नों के समान अंक।
३. आवश्यकता नुसार सुस्पष्ट, रेखाचित्र बनाईए।

- प्र. १. अ) सही पर्याय चुनिए १०
१. रक्त में प्राणवायु वहन करनेवाला घटक-
क) लाल पेशी (RBC) ख) श्वेत पेशी (WBC) ग) ब्लड प्लेट्स घ) कोई नहीं
 २. यह उखली जोड़ का (Ball & Socket) उदाहरण है-
क) कोहनी (Elbow), ख) टखना (Ankle) ग) कंधा (Shoulder) घ) कलाई
 ३. रक्त-शर्करा नियंत्रित करनेवाली ग्रंथी
क) पिट्यूटरी ख) पैंक्रियास ग) अडरिनल घ) थाइराइड
 ४. अन्न का शोषण करनेवाला अंग
क) जठर ख) छोटी आंत ग) बड़ी आंत घ) लिवर
 ५. लार ग्रंथियों में (Salivary) पाया जानेवाला घटक
क) सैक्रिन ख) मेलैनिन ग) टायलिन घ) डायलिन
- ब) सही या गलत बताईए १०
१. मनुष्य गर्दन को गोल घुमा सकता है।
 २. दौड़नेसे कर्बाम्लवायु की मात्रा बढ़ती है।
 ३. श्वासनलिका (Trachea) अन्ननलिका के पिछे है।
 ४. मनुष्य का वैज्ञानिक नाम 'मोनोसेपियन' है।
 ५. ऐच्छिक स्नायू (Voluntary) में थकान आती है।
- प्र. २. कंठस्थ ग्रंथी (Thyroid) की विस्तृत जानकारी دیجिये २०
- या
- ग्रंथियों की रानी (Master Gland) का कार्य स्पष्ट किजिए
- प्र. ३. टिप्पणी लिखिए (कोई भी चार) २०
१. मूत्रपिण्ड (Kidney)
 २. स्वादुपिण्ड (Pancreas)
 ३. ऐच्छिक - अनैच्छिक स्नायु (Voluntary & Nonvoluntary)
 ४. कर्णोन्द्रिय
 ५. करोटी (Skull)
- प्र. ४. निम्नलिखित की जानकारी دیجिये- २०
१. दोहरा रक्तपरिसंचरण (Double Circulation)
 २. बड़ा मयंदु (Brain)

- प्र. ५. पचनक्रिया (Digestion) में सम्मिलित विभिन्न अंगों की जानकारी دیجिये २०
- या
- श्वसन तंत्र (Respiration) पर टिप्पणी लिखिए
- प्र. ६. केवल नामांकित सुस्पष्ट रेखाचित्र दिजीए, वर्णन की आवश्यकता नहीं है- २०
(कोई भी दो)
१. मानव शरीर में अंतःस्त्रावी ग्रंथियों (Endocrine) के स्थान
 २. हृदय की आंतरिक रचना (Internal structure)
 ३. अस्थि कंकाल (Skeleton)
- प्र. ७. अ) टिप्पणी लिखिये (कोई पाच) १०
१. प्रज्ञापराध २. चतुर्विध आहार ३. अनतिसंस्कृतम
 ४. अद्धाशन ५. विरुद्धाशन ६. यातयामता
- ब) घेरंडमुनीद्वारा बताया गया आहार का प्रमाण श्लोकद्वारा स्पष्ट किजीये. ४
- या
- ऋषीमुनियोंने बताई हुई निरोगत्व की संकल्पना श्लोकद्वारा स्पष्ट करे.
- क) भोजनपूर्व सावधानियाँ लिखिये ६
- या
- भोजनोत्तर कौनसी क्रिया करनी चाहिये विस्तारसे लिखिये.
- प्र. ८. अ) रिक्त स्थानोंकी पूर्ती किजीये ५
१. चबा चबा कर खाये जाने वाले पदार्थ को ----- कहते हैं।
 २. याम इस कालघटक का अवधी ----- होता है।
 ३. दिये गये प्रमाणसे कम अन्न ग्रहण करना इसे ----- कहते हैं।
 ४. भोजनके बाद ----- पीना चाहिये ऐसा शास्त्र कहता है।
 ५. ----- मीठा जहर कहा गया है।
- ब) श्लोक के साथ स्पष्ट करे - (कोई एक) ३
१. निरोगत्व की संकल्पना २. घेरंडमुनीका आहार के प्रमाण का सूत्र ३. द्रवरूप आहार
- क) निम्नलिखित प्रश्नोंके उत्तर संक्षिप्तमे दिजीये १२
१. आहार के पथ्य लिखिये
 २. अशकभूक आहार क्या है? आजकी जीवनशैलीमे वह निरूपयोगी क्यू है?
 ३. अद्धाशन क्या है? वह करनेसे क्या हानी होती है?
 ४. तुष्टीकर और पुष्टीकर आहार सोदाहरण समझाइये
 ५. भोजनके पूर्व क्या सावधानियाँ लेनी चाहिये?
 ६. आहारकी व्याख्या बताकर उसका चरकमुनीद्वारा वर्गीकरण बताइये.