

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. **53/VOC/O**  
कोड नं०

Set/सेट 

<b>A</b>
----------

## CERTIFICATE IN COMMUNITY HEALTH

सामुदायिक स्वास्थ्य में प्रमाणपत्र

( **Basic Life Sciences** )

( 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 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 questions, like matching, true or false, fill in the blanks, etc., are to be given in the answer-book.
6. Write your Question Paper Code No. 53/VOC/O, Set 

<b>A</b>
----------

 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 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 विकल्पों में से सही उत्तर चुनना है तथा उसे 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 जायेगा।
5. ऐसे प्रश्न जैसे मिलान करना, सही अथवा गलत, रिक्त स्थान भरो आदि के उत्तर, उत्तर-पुस्तिका में लिखें।
6. अपनी उत्तर-पुस्तिका पर प्रश्न-पत्र की कोड संख्या 53/VOC/O, सेट **A** लिखें।

**CERTIFICATE IN COMMUNITY HEALTH**

**सामुदायिक स्वास्थ्य में प्रमाणपत्र**

**( Basic Life Sciences )**

**(बुनियादी जीव विज्ञान)**

**(449)**

Time : 3 Hours ]

समय : 3 घण्टे ]

[ Maximum Marks : 70

[ पूर्णांक : 70

*Note :* (i) Attempt all questions.

(ii) Marks are indicated against each question.

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

(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 दिये गये विकल्पों में से सही उत्तर चुनकर अपनी उत्तर-पुस्तिका में लिखिए :

(a) The unit of the nervous system tissue is called

तंत्रिका प्रणाली के ऊतक की इकाई को ——— कहते हैं।

(i) neuron

न्यूरॉन

(ii) cartilage

उपास्थि

(iii) bone

अस्थि

(iv) None of the above

उपर्युक्त में से कोई नहीं

(b) Bile is secreted by

पित्त — द्वारा स्रवित होता है।

(i) liver

यकृत

(ii) gallbladder

पित्ताशय

(iii) stomach

पेट

(iv) large intestine

बड़ी आँत

(c) Taste by the tongue is felt due to

— के कारण जीभ द्वारा स्वाद का अनुभव किया जाता है।

(i) nose

नासिका

(ii) taste buds

स्वाद कलिकाएँ

(iii) thorax

वक्ष

(iv) None of the above

उपर्युक्त में से कोई नहीं

(d) Plasma contains — of water and — of solute.

प्लाज्मा में — पानी तथा — सोल्यूट होता है।

(i) 91%, 9%

(ii) 9%, 91%

(iii) 10%, 9%

(iv) 19%, 91%

(e) Rest enables tired muscle to  
विश्राम थकी हुई पेशियों को उपलब्ध कराता है

(i) sleep  
नींद

(ii) strain  
दबाव

(iii) clear  
साफ

(iv) recover  
पुनःसक्रिय

2. Match the following :

1×5=5

निम्नलिखित को सुमेलित कीजिए :

(a) Puraka  
पूरक

(i) 1.5 crores of pores of lungs are cleaned  
फेफड़ों के 1.5 करोड़ छिद्रों की सफाई हो जाती है

(b) Kumbhaka  
कुम्भक

(ii) removes spinal disorder  
रीढ़ का दर्द समाप्त होता है

(c) Rechaka  
रेचक

(iii) exhalation  
सांस को छोड़ना

(d) Bhujangasana  
भुजंगासन

(iv) retention  
सांस को रोकना

(e) Gomukhasana  
गोमुखासन

(v) inhalation  
सांस लेना

3. Fill in the blanks. Write your answer in the answer-book :

1×5=5

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए। उत्तर अपनी उत्तर-पुस्तिका में लिखिए :

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

- (b) The vitamin which makes us feel hungry is ——.   
 जिस विटामिन से हमें भूख लगती है, वह है —।
- (c) The normal human body temperature is — °C or — °F.   
 मानव शरीर का सामान्य तापमान — °C या — °F होता है।
- (d) Vitamins A, D, E and K are also known as — vitamins.   
 विटामिन ए०, डी०, ई० और के० को — विटामिन भी कहते हैं।
- (e) 1 gram of fat gives you — calorie.   
 1 ग्राम वसा — कैलोरी प्रदान करता है।

4. Write in your answer-book whether the following statements are True or False :

1×5=5

निम्नलिखित कथनों को सही या गलत, अपनी उत्तर-पुस्तिका में लिखिए :

- (a) Pelvic cavity contains heart, lungs and large blood vessels.   
 श्रोणि गुहा (pelvic cavity) में हृदय, फेफड़े तथा बड़ी रक्त वाहिकाएँ समाविष्ट होती हैं।
- (b) Total numbers of bone in the body are 180.   
 हमारे शरीर में कुल 180 अस्थियाँ होती हैं।
- (c) The total quantity of water is distributed in two major compartments in the body.   
 शरीर में उपलब्ध पानी की कुल मात्रा को दो मुख्य कक्षों में विभाजित किया जाता है।
- (d) Personal hygiene means keeping oneself clean.   
 व्यक्तिगत स्वच्छता से तात्पर्य स्वयं को साफ-सुथरा रखना है।
- (e) Jaundice is not caused by excess overeating.   
 अत्यधिक भोजन खाने से पीलिया नहीं होता है।

5. Answer each of the following questions within 50 words :

3×10=30

निम्नलिखित प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 50 शब्दों में लिखिए :

(a) Explain the functions of the following systems :

निम्नलिखित तंत्रों के कार्य समझाइए :

(i) Respiratory system

श्वसन तंत्र

(ii) Nervous system

तंत्रिका तंत्र

(b) Explain the main functions of blood.

रक्त के मुख्य कार्य समझाइए।

(c) What is dehydration? Mention main signs of severe dehydration.

डीहाइड्रेशन क्या है? गम्भीर डीहाइड्रेशन के प्रमुख लक्षण बताइए।

(d) List three points that help to maintain environmental hygiene.

पर्यावरणीय स्वस्थता बनाए रखने में किन बातों का ध्यान रखना चाहिए? तीन बिन्दुओं की सूची बनाइए।

(e) How are health and hygiene related to each other?

स्वास्थ्य और स्वच्छता कैसे एक-दूसरे से सम्बन्धित हैं?

(f) What are major important trees and plants recommended for planting at home?

घर में किन प्रमुख पेड़ों व पौधों को लगाने का सुझाव दिया जाता है?

(g) Write down the herbal treatment for (i) sore throat and (ii) toothache.

(i) गले में दर्द और (ii) दाँत के दर्द का शाकी उपचार दीजिए।

(h) Compare the symptoms of Kwashiorkor and Marasmus.

क्वाशियोरकॉर और मैरास्मस के लक्षणों की तुलना कीजिए।

(i) Water is not a nutrient, yet it is important for us. How?

पानी पोषक-तत्त्व नहीं है, किन्तु फिर भी यह आपके शरीर के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। कैसे?

(j) Write down the advantages of Makarasana.

मकरासन के लाभ बताइए।

6. Answer each of the following questions within 150 words :

5×4=20

निम्नलिखित प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 150 शब्दों में लिखिए :

- (a) Name the largest gland of the body and also mention its functions.  
शरीर की सबसे बड़ी ग्रंथि का नाम बताइए और उसके कार्यों के बारे में लिखिए।
- (b) Mention the points to be taken care of in order to maintain food hygiene.  
भोजन की स्वच्छता बनाए रखने के लिए किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ?
- (c) What precautions one should take care in order to avoid water-borne disease?  
पानी से होने वाली बीमारियों से बचने के लिए हमें कौन-सी सावधानियों का ध्यान रखना चाहिए ?
- (d) What is anaemia? Explain its treatment.  
अरक्तता क्या है? इसका उपचार लिखिए।

★ ★ ★