

કુલ સમય :- ૬૦ મીનીટ કુલ પ્રશ્નો : ૫૦ વિદ્યાર્થીએ ટીક કરવાના પ્રશ્નો : ૩૫
નોંધ : વિદ્યાર્થીએ માત્ર ૩૫ પ્રશ્નો જ ટીક કરવાના રહેશે. જો વધારે ટીક કરેલ હશે તો પ્રથમ ૩૫ પ્રશ્નો જ ગણતરીમાં લેવામાં આવશે.

૧. સ્વાસ્થ્ય શબ્દ શામ્નાથી ઉતરી આવ્યો છે ?
(A) ગ્રીક (B) ભારત (C) જર્મન એંગ્લો સેક્સન (D) ઈટાલી
૨. 'સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનીકો સ્વાસ્થ્ય અને બિમારી સાથે સંબંધાયેલા ઘટકોનો અભ્યાસ કરે છે . તેઓ બિમારી દુર કરવા સ્વાસ્થ્ય જાળવવા અને સદાય નિરોગી રહેવાની બાબતોનો અભ્યાસ કરે છે ' વ્યાખ્યા કોની છે ?
(A) ગેલન (B) ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ (C) ટેઈલર (D) ફ્રિડમેન ડિમેટીઓ
૩. સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાના ઉદયનુ મહત્વનુ ઘટક કયું છે ?
(A) સહસંબંધાત્મક અભ્યસો (B) ભૂતકાલીન સંશોધન (C) બિમારીની બદલાતી ભાતો (D) તબીબી અનુમોદન સંવર્ધન
૪. 'સ્વાસ્થ્ય અને બિમારી એ જૈવિય,મનોવૈજ્ઞાનીક અને સામાજીક ઘટકો વચ્ચેની આંતરક્રિયાનુ પરીણામ છે '
આ ધારણા શાની છે?
(A) જૈવ મનોસામાજીક મોડેલ (B) જૈવ રાસાયણીક મોડેલ (C) જૈવ મેડિકલ મોડેલ (D) આમાં કોઈ નથી
૫. માર્ક લોલેનદો એ સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધન ' શબ્દનો ઉપયોગ સૌથી પહેલા કઈ સાલમાં કર્યો હતો ?
(A) ૧૯૮૦ (B) ૧૯૪૭ (C) ૧૯૭૪ (D) ૧૯૯૫
૬. 'શ્વિ આરોગ્ય સંઘે ' તંદુરસ્તીની વ્યાખ્યા કઈ સાલમાં આપી હતી ?
(A) ૧૯૮૦ (B) ૧૯૪૭ (C) ૧૯૭૪ (D) ૧૯૪૮
૭. સ્વાસ્થ્ય મનોવૈજ્ઞાન શાની સાથે સંબંધ ધરાવે છે ?
(A) શારીરીક (B) માનસિક (C) આવેગીક (D) ઉપરના બધા
૮. સ્વાસ્થ્યની કોઈ પણ અર્થયુક્ત વ્યાખ્યામાં કયો શબ્દ અવશ્ય આવે જ છે ?
(A) માનસિક (B) ક્ષેમકુશળતા (C) ખોરાક (D) સંવર્ધન
૯. ' આરોગ્ય એ રોગમુક્ત અવસ્થા નથી પણ આરોગ્ય એટલે સંપૂર્ણ માનવ હોવુ અને આત્માની દ્રષ્ટિએ સાત્વીક હોવુ ' આ વિધાન કોનુ છે ?
(A) ગેલન (B) ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ (C) ચરક (D) વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા
૧૦. સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનનો હેતુ એ વ્યક્તિ અને સમાજ તથા સમુદાયની ને બઢતી આપવાનો અને તેની જાળવણી કરવાનો છે .
(A) ટાઈફોઈડ (B) ક્ષેમકુશળતા (C) બિમારી (D) અસ્વસ્થતા
૧૧. ' સોના ચાંદીના સિક્કાએ સંપત્તી નથી પણ આરોગ્ય એ સાચી સંપત્તી છે ' આ વિધાન કોનુ છે ?
(A) ગેલન (B) ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ (C) ગાંધીજી (D) વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા
૧૨. ' સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનીકો સ્વાસ્થ્ય અને બિમારી સાથે સંબંધાયેલા ઘટકોનો અભ્યાસ કરે છે . તેઓ બિમારી દુર કરવા સ્વાસ્થ્ય જાળવવા અને સદાય નિરોગી રહેવાની બાબતોનો અભ્યાસ કરે છે ' વ્યાખ્યા કોની છે ?
(A) ગેલન (B) ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ (C) ટેઈલર (D) ફ્રિડમેન ડિમેટીઓ
૧૩. સ્વાસ્થ્ય વિશે ની જાણકારી માટે સૌથી પહેલા કોણ યાદ આવે છે ?
(A) ગેલન (B) ફોઈડ (C) ચરક (D) વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા
૧૪. શરીરનો મહા પંપ કયો છે ?
(A) જઠર (B) હૃદય (C) કિડની (D) ફેફસા
૧૫. કયા રોગમાં સ્વેતકણો વધુ સંખ્યમાં પેદા થાય છે ?
(A) લ્યુકેમિયા (B) ન્યુમોનિયા (C) ટીબી (D) લોહી દબાણ
૧૬. ફેફસામાં શુદ્ધ હવા મોકલવા અને અશુદ્ધ હવા બહાર ફેંકવા સાથે સંકળાયેલ તંત્ર એટલે .
(A) પાચનતંત્ર (B) ઉત્સર્ગતંત્ર (C) શ્વસનતંત્ર (D) રૂધિરાભિસરણતંત્ર
૧૭. ઈન્સુલીન પેદા કરવાનુ કામ કોણ કરે છે ?
(A) પેનક્રિયાસ (B) હૃદય (C) કિડની (D) ફેફસા
૧૮. કયા રોગમાં યકૃત પર સોજો આવે છે ?
(A) બ્રોન્કાઈનલ ન્યુમોનિયા (B) લોઅર ન્યુમોનિયા (C) ટીબી (D) હિપટાઈસીસ
૧૯. ધમની,શીરા, હૃદય અને રક્તવાહીનીઓ કયા તંત્રના ભાગ છે ?
(A) પાચનતંત્ર (B) ઉત્સર્ગતંત્ર (C) શ્વસનતંત્ર (D) રૂધિરાભિસરણતંત્ર
૨૦. કોલરડોલ,કેલ્સીયમ,બીલીરુબીન અને કેટલાક ક્ષારો એકઠા થવાથી થાય.
(A) પથરી (B) દમ (C) ટીબી (D) હિપટાઈસીસ
૨૧. નાના આંતરડાના શરૂઆતના ૧૨ ઈંચ જેટલા ભાગને શું કહે છે ?
(A) પેનક્રિયાસ (B) હૃદય (C) કિડની (D) પકવાશય
૨૨. જઠર કે પકવાશયની દિવાલમાં ચાંદી પડે ત્યારે કયો રોગ થાય ?
(A) પથરી (B) ન્યુમોનિયા (C) ટીબી (D) પેપ્ટીક અલ્સર
૨૩. નીચેનામાંથી કોનો સમાવેશ પાચનતંત્રની વિકૃતિમાં થતો નથી ?
(A)) મરડો (B) અતિસાર (C) પેપ્ટિક અલ્સર (D) એથરોસ્ક લીરોસીસ
૨૪. દરેક કિડનીમાં કેટલા નેફ્રોન હોય છે ?
(A) ૧૦ લાખ (B) ૫ લાખ (C) ૧ લાખ (D) ૭ લાખ
૨૫. શ્વસનતંત્રમાં કયા ભાગો /અવયવોનો સમાવેષ થતો નથી ?
(A) શ્વાસનળી (B) ફેફસા (C) ઉદર પટલ (D) યકૃત

૨૬. સભાનતા વિના દ્રઢ રીતે સ્થાપેલું વર્તન એટલે ?
 (A) તંદુરસ્ત વર્તન (B) તંદુરસ્તી ની ટેવ (C) તંદુરસ્તીમાં સુધારો (ડ) (D) આમાંથી કોઈ નહીં
૨૭. 'બિન ઈરાદા યુક્ત ઈજા' શબ્દ શાના માટે પરાય છે ?
 (A) તંદુરસ્તી (B) મનોભાર (C) કસરત (D) અકસ્માત
૨૮. દારૂનું વ્યસન છોડાવવા માટે કઈ પદ્ધતિ ઉપયોગી બને છે ?
 (A) કસરત (B) અભિસંધાન (C) દારૂડીયાનો સંસર્ગ (D) આમાંથી કોઈ નહીં
૨૯. સ્વાસ્થ્ય વર્ધક વર્તન નથી .
 (A) કસરત (B) અકસ્માત નિયંત્રણ (C) દારૂડીયાપણ (D) વજન નિયંત્રણ
૩૦. હૃદયની ગતી વધે અને ફેફસા મજબૂત બને એ કેવા પ્રકારનો ફાયદો શહેવાય ?
 (A) શારીરિક (B) માનસિક (C) આંધિક (D) સામાજીક બધાં
૩૧. કુલ વસ્તીના કેટલા ટકા લોકો તંદુરસ્ત ભોજન મેળવી શકે છે ?
 (A) ૩૫ ટકા (B) ૬૫ ટકા (C) ૭૦ ટકા (D) ૮૦ ટકા
૩૨. ખોરાક માટે રાસાયણીક ધ્વારપાળનું કામ કોણ કરે છે ?
 (A) સોડમ (B) સ્વાદ (C) દેખાવ (D) ત્રણેય
૩૩. ચરબીયુક્ત આહાર, શ્રમનો અભાવ અને વતમાનમાં જીવવાનું મનોવલણ શાના માટે જવાબદાર છે ?
 (A) મેદસ્વીતા (B) દારૂડીયાપણ (C) અકસ્માત (D) ધૂમ્રપાન
૩૪. ૬ ફૂટ ઉંચાઈ ધરાવતા પુરૂષનું આદર્શ વજન કેટલું હોવું જોઈએ ?
 (A) ૭૩.૦ થી ૭૮.૪ (B) ૭૮.૬ થી ૬૧.૬ (C) ૫૦.૮ થી ૫૪.૪ (D) ૬૩.૮ થી ૬૮.૪
૩૫. લોકો ધ્વારા પોતાની તંદુરસ્તી જાળવવા કે વધારવા માટે થતું વર્તન શું કહેવા ?
 (A) વૈયક્તિક નિયંત્રણ (B) સ્વાસ્થ્યવર્ધક વર્તન (C) સ્વાસ્થ્ય અવરોધક વર્તન (D) કસરત
૩૬. કોના મતે સૌથી વધુ અકસ્માતો મોટર સાયકલ અને ઓટોમોબાઇલોને લીધે થાય છે ?
 (A) કાલીફોર્નિયા (B) મેક્સિકો (C) ડી.કે.વિલ્સોન (D) થોર્નહિલ
૩૭. વજન નિયંત્રણમાં કયું પ્રોટીન મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે ?
 (A) લેપ્ટીન (B) હાયપોથેલેમસ (C) મોનોએમાઈન્સ (D) આમાંથી કોઈ નહીં
૩૮. કયા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ તંદુરસ્તીની સાત અગત્યની ટેવોની રજૂઆત રી છે ?
 (A) બ્રોવનેલ્સ અને ફેબ્રીક્સ (B) બેલ્લોક અને બ્રસ્લોવ (C) જેલ્લીનેક (D) વેઈન હાર્ટર
૩૯. શું વ્યક્તિત્વનું વ્યાપક પરિણામ છે ?
 (A) સ્વસભાનતા (B) નિષેધક આવેગો (C) વિકૃતિપણ (D) અવિકૃતિપણ
૪૦. તંદુરસ્તીના મૂલ્યાંકનમાં શેનો ફાળો છે ?
 (A) મનોભાર (B) ધ્યાનસંબંધી તફાવતો (C) સાંસ્કૃતિક તફાવતો (D) મૂડ
૪૧. સામાજી – માનસિક ઘટકો માટે ઘણું ઉપયોગી સ્થળ કયું છે ?
 (A) શાળા (B) કોલેજ (C) હોસ્પિટલ (D) ઓફિસ
૪૨. શેના પ્રારંભ કાળમાં તંદુરસ્તીની સંભાળનો ખચ ઘટાડવા માટેનું દબાણ વધ્યું હતું ?
 (A) ૧૯૭૦ (B) ૧૯૮૦ (C) ૧૯૯૦ (D) ૧૯૭૫
૪૩. વિકૃતિ પણ શાના ધ્વારા નોંધવામાં આવે છે ?
 (A) સ્વસભાનતા (B) નિષેધક આવેગો (C) ચિંતા (D) ત્રણેય ઘટકો
૪૪. નેશનલ સેન્ટર ફોર હેલ્થ સ્ટેટેસ્ટીક , ૧૯૯૮ પ્રમાણે અમેરીકામાં કેટલી હોસ્પિટલો હતી ?
 (A) ૬૫૦૦ (B) ૮૫૦૦ (C) ૬૯૦૦ (D) ૬૭૦૦
૪૫. નિયંત્રણ સંવર્ધક દરમ્યાનગીરીઓ દ્વારા સર્જરીને પહોંચી વળવાનો અભ્યાસ કોણે કર્યો હતો ?
 (A) ગેલન (B) ડો. ઈરવીન જેનીથ (C) ટેઈલર (D) ફિડમેન ડિમેટીઓ
૪૬. સ્વાસ્થ્ય સેવાઓનો ઉપયોગ કોણ કરે છે ?
 (A) ઉંમર (B) લીંગ (C) સંસ્કૃતિ (D) ઉપરના તમામ
૪૭. ઉંમર વધતાં કેટલીક વિકૃતિઓમાં તંદુરસ્તીની સેવાઓની વધારે જરૂર પડે છે ?
 (A) વોલેન્સ્કી અને અન્ય (B) ડો. ઈરવીન જેનીથ (C) ટેઈલર (D) ફિડમેન ડિમેટીઓ
૪૮. નિદાન સંબંધી જૂથ કયું છે ?
 (A) DRG (B) HMO (C) MHO (D) PPO
૪૯. કઈ અવસ્થામાં તંદુરસ્તીની સેવાઓની જરૂર ઓછી પડે છે ?
 (A) પ્રોઠાવસ્થા (B) તરૂણાવસ્થા (C) પુખ્તાવસ્થા (D) વૃદ્ધાવસ્થા
૫૦. કયો ખ્યાલ વ્યક્તિ કઈ રીતે ધમકીરૂપ પરિસ્થિતિ સાથે કામ કરી લે છે તે અંગેનો છે ?
 (A) નિયમનકારી (B) નિયમનકારી (C) બચાવપ્રયુક્તિઓ (D) એક પણ નહિં