

Dr. Babasaheb Ambedkar Open University

Term End Examination January - 2026

Course : MAIKS

Date : 17/02/2026

Subject Code : MAIKS-102

Time : 11:30 to 01:45 PM

Subject Name : ભારતીય સ્વાસ્થ્ય પ્રણાલી

Max. Marks : 70

- પ્રશ્ન-1 આયુર્વેદના ઉદ્ભવ, ઇતિહાસ, શાસ્ત્રીય માળખું અને તેનો આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિકોણ વિસ્તૃત રીતે સમજાવો. 14
- અથવા
- દિનચર્યાના દરેક અંગો — ઉષાપાન, દાતાણ, અભ્યંગ, વ્યાયામ, સ્નાન, ભોજન —નું વૈજ્ઞાનિક મહત્ત્વ સમજાવો.
- પ્રશ્ન-2 આયુર્વેદ અનુસાર છ ઋતુઓ, તેમના ગુણધર્મો અને દરેક ઋતુમાં પાલન કરવાની ચર્યા સમજાવો. 14
- અથવા
- શારીરિક અને માનસિક સ્વચ્છતા (શૌચ)ના પ્રકારો, તેમનું મહત્ત્વ અને આયુર્વેદિક લાભો વિશે વિસ્તૃત સમજાવો.
- પ્રશ્ન-3 ‘અષ્ટ આહારવિધિ’ના આઠ અંગોનું વિગતવાર વર્ણન કરો 14
- અથવા
- વ્યાયામનું મહત્ત્વ, તેના લાભો અને દિનચર્યામાં વ્યાયામનું સ્થાન વિગતવાર સમજાવો.
- પ્રશ્ન-4 ટૂંકનોંધ લખો. (કોઈપણ બે) 14
1. મલ (પુરીષ, મૂત્ર, સ્વેદ)નો પરિચય લખો.
 2. ગોમયનો ઔષધીય ઉપયોગ લખો.
 3. આહારની માત્રા (માત્રા-વિધિ)
 4. ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામ
- પ્રશ્ન-5 નીચે આપેલા પ્રશ્નોના યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરી ઉત્તર લખો. (દરેકના બે ગુણ) 14
1. ચરક સંહિતામાં કુલ કેટલા અધ્યાય છે?
(A) 60 (B) 80 (C) 120 (D) 150
 2. નીચેના પૈકી પિત્તનો કાળ કયો છે?
(A) બાલ્યાવસ્થા (B) યુવાવસ્થા (C) વૃદ્ધાવસ્થા (D) પ્રાતઃકાળ
 3. કઈ ઋતુમાં અગ્નિ સૌથી વધુ મલિન રહે છે?
(A) શિશિર (B) ગ્રીષ્મ (C) વર્ષા (D) શરદ
 4. નીચેના પૈકી સાત્ત્વિક આહાર કયો છે?
(A) તળેલું-મસાલેદાર (B) ખૂબ ઠંડું (C) દૂધ-ધી-ફળ (D) વાસી ભોજન
 5. નીચેના પૈકી તીક્ષ્ણાગ્નિનો લક્ષણ કયો છે?
(A) વધુ ભૂખ (B) ઓછી ભૂખ (C) ક્યારેક ભૂખ-ક્યારેક નહીં (D) કોઈ નહિ
 6. જઠરાગ્નિ કઈ ઋતુમાં વધુ પ્રબળ હોય છે?
(A) ઉનાળો (B) વસંત (C) હેમંત/શિશિર (D) શરદ
 7. નીચેના પૈકી આહારવિધિના આઠ અંગોમાં સમાવેશ થતો નથી.
(A) આહાર દ્રવ્ય (B) આહાર સંસ્કાર (C) યમ-નિયમ (D) આહારનો દેશ
