

६. अचानक एकतर्फी अशक्तपणा आणि चेहऱ्यावरील अर्धांगवायु कोणते लक्षण दर्शवते?
- अ) चिंताग्रस्तता (Anxiety) ब) स्टोक
क) पार्किन्सन रोग ड) विस्मरण (Dementia)
७. मूत्र असंयमासाठी कोणती मुद्रा उपयुक्त आहे?
- अ) योनी ब) तडागी
क) शांभवी ड) अश्विनी
८. योग थेरपीसोबत कोणती गोष्ट आवश्यक आहे?
- अ) योग्य जीवनशैली ब) वेळेवर औषधे
क) वार्षिक वैद्यकीय तपासणी ड) वरील सर्व
९. जेवणानंतर लगेच कोणते आसन करतात?
- अ) भद्रासन ब) ताडासन
क) वज्रासन ड) शशांकासन
१०. हृदयविकार असलेल्या वृद्धांवर उपचार करताना कोणती गोष्ट टाळावी?
- अ) कुम्भक ब) आसन
क) प्राणायाम ड) मुद्रा

प्र.२. थोडक्यात उत्तरे लिहा (कोणतेही चार)

(२०)

- १) जेरियाट्रिक्सची व्याख्या करा व Frailty syndrome बद्दल लिहा.
- २) वृद्धांमध्ये COPD च्या आजारावर योगाची भूमिका स्पष्ट करा.
- ३) पार्किन्सन रोगासाठी योग थेरपी लिहा.
- ४) वृद्धांतील दृष्टी समस्यांसाठी योग थेरपी लिहा.
- ५) वृद्ध स्त्रियांमध्ये गर्भाशय प्रोलॅप्स व त्यासाठी योग थेरपी लिहा.
- ६) वृद्धांतील सर्वायकल स्पॉन्डायलोसिस व त्यासाठी योग थेरपी लिहा.

प्र.३. खालील प्रश्नांची सविस्तर उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

(३०)

- १) वृद्धांमधील पचनसंस्था विकार (Gastrointestinal) त्यांचे योगद्वारे व्यवस्थापन लिहा.
- २) वृद्धांमधील हृदयविकार स्थिती व योगाची भूमिका स्पष्ट करा.
- ३) वृद्धांमधील मानसिक विकार यावर लिहा व योग पद्धती स्पष्ट करा.