

S-957

Total Pages : 2

Roll No.

CHBC-103

सौन्दर्य समस्याओं का आयुर्वेदिक समाधान
Certificate in Herbal Beauty Care (CHBC)
1st Semester Examination, 2022 (Dec.)

Time : 2 Hours]

Max. Marks : 50

नोट : यह प्रश्नपत्र पचास (50) अंकों का है जो दो (02) खण्डों क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

(खण्ड-क)

(दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए तेरह (13) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

(2×13=26)

1. स्टीमिंग प्रक्रिया की विधि, लाभ एवं सावधानियां लिखें।
2. षटकर्म का वर्णन करें।

3. अष्टविधि आहार विधि विशेष आयतन क्या है?
4. दोषों के अनुसार कैसा भोजन करना चाहिए?
5. मास्क एवं नेत्र दर्पण का वर्णन करें।

(खण्ड-ख)

(लघु उत्तरों वाले प्रश्न)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए छः (06) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं। (4×6=24)

1. किस प्रकार आयुर्वेदिक आहार आपके सौंदर्य को बनाए रखता है?
2. किन्हीं दो सौंदर्य विधियों का वर्णन करें।
3. मानव जीवन में योग का क्या महत्त्व है?
4. प्राणायाम के लाभ बताएं।
5. सौंदर्यवर्धक द्रव्य क्या है?
6. प्राकृतिक चिकित्सा के क्या सिद्धांत हैं?
7. मात्रापूर्वक भोजन के क्या लाभ हैं?
8. पाचन में सहायक मुख्य बिंदुओं का वर्णन करें।