



මූලික පිරිවෙන් වර්ෂාවසාන පරීක්ෂණය-2015

Primary Piriven Year End Term Test - 2015

5 වසර / Grade 5

සෞඛ්‍ය විද්‍යාව
Health Science

කාලය : පැය 03 යි.
Time : Three hours.

I කොටසේ ප්‍රශ්න සියල්ලටත්, II හා III කොටස් වලින් ප්‍රශ්න 02 බැගින් තෝරා ගෙන තවත් ප්‍රශ්න 04 කටත් පිළිතුරු ලියන්න.

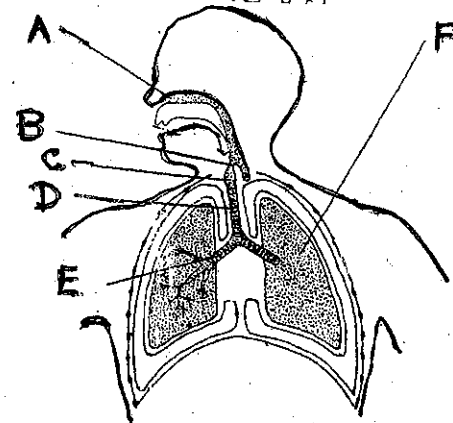
I කොටස.

- 01) i. පූර්ණ සෞඛ්‍ය පවත්වා ගැනීමට ඇති අභියෝග 04 ක් ලියන්න.
 ii. B C G එන්නත හා ත්‍රිත්ව (Triple) එන්නත මගින් වළක්වා ගත හැකි රෝග 04 නම් කරන්න.
 iii. පහත සඳහන් පෝෂ්‍ය පදාර්ථ බහුලව අඩංගු ආහාර වර්ග 02 බැගින් ලියන්න.
 (අ) විටමින් C (ආ) යකඩ
 iv. වර්තමාන ශ්‍රී ලාංකික සමාජයේ බහුලව දැකිය හැකි බෝ වන රෝග 04 ක් ලියන්න.
 v. සමෙන් ඉටුවන කාර්යයන් 04 ක් සඳහන් කරන්න.
 vi. ආහාර අවශෝෂණය කාර්යක්ෂමව ඉටු කිරීමට අංගුලිකාවල දැකිය හැකි අනුවර්තන 04 ක් ලියන්න.
 vii. අස්ථි පද්ධතියේ අසිරියට හානි සිදු කරන සාධක 04 ක් ලියන්න.
 viii. රුධිර ප්ලාස්මයේ අඩංගු ද්‍රව්‍ය 04 ක් ගෙනහැර දක්වන්න.
 ix. සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණය සඳහා මහෝපකාරී වන බුද්ධිමත් දැක්වෙන කරුණු 04 ක් ලියන්න.
 x. ප්‍රථමාධාර ලබා දීමේ මූලික අරමුණු මොනවාද ?

(ලකුණු 4 x 10 = 40)

II කොටස.

- 02) i. ඉහත රූප සටහනේ දැක්වෙන පද්ධතිය හඳුන්වන නම කුමක් ද?
 ii. මෙම පද්ධතියෙන් ඉටු කෙරෙන ප්‍රධාන කාර්යය කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.
 iii. රූප සටහනේ A, B, C, D, E හා F යන කොටස් නම් කරන්න.
 iv. රූපයේ F හිදී සිදුවන ක්‍රියාවලිය කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.
 v. මෙම පද්ධතියට වැලඳෙන රෝග 03 ක් නම් කරන්න.



(ලකුණු 15)

- 03) i. මුඛයේදී ආහාරයට සිදුවන වෙනස්කම් 03 ක් ලියන්න.
 ii. වැඩුණු පුද්ගලයෙකුගේ මුඛයේ ඇති දත් වර්ග 04 නම් කොට ඒවායේ කාර්යයන් වෙන්වෙන් ව දක්වන්න.
 iii. දත්වල මනා පැවැත්මට හානි සිදුවන කරුණු 03 ක් ලියන්න.
 iv. දත් ආරක්ෂා කිරීමට සුදුසු යහපත් සෞඛ්‍ය වර්ධක 03 ක් ලියන්න.

(ලකුණු 15)

- 04) i. මිනිස් රුධිරයේ අඩංගු ප්‍රධාන රුධිර සෛල වර්ග 03 නම් කරන්න.
 ii. a) ද්‍රව්‍ය පරිවහනය b) රුධිරය කැටිගැසීමට දායක වීම.
 c) විෂබීජ විනාශ කිරීමට ක්‍රියා කිරීමට අදාළ රුධිර සෛල තෝරා ලියන්න.
 iii. ධමනියක් හා ශිරාවක් අතර ඇති වෙනස්කම් 03 ක් සසඳන්න.
 iv. ඔබ දන්නා රුධිර රෝග 03 ක් ලියන්න.
 v. රුධිර සංසරණ පද්ධතියේ මනා පැවැත්මට අනුගමනය කළ යුතු යහපත් වර්ධක 03 ක් ලියන්න.

(ලකුණු 15)

- 05) i. පිටියුටරිය, අධිවෘක්ක ග්‍රන්ථිය හා තයිරොයිඩ් ග්‍රන්ථිය මගින් නිපදවන හෝමෝනය බැගින් ලියන්න.
- ii. මෙම එක් එක් හෝමෝනය මගින් ශරීරයට ඉටුවන කෘත්‍යය බැගින් ලියන්න.
- iii. දියවැඩියාව ඇති වීමට බලපාන හෝමෝනය කුමක් ද?
- iv. දියවැඩියාව රෝගයේ රෝග ලක්ෂණ 02 ක් ලියන්න.
- v. වර්තමානයේ ජනතාව අතර බහුල බෝ නොවන රෝග 03 ක් ලියන්න.
- vi. “බෝනොවන රෝග ව්‍යාප්ත වීමට වැඩිපුරම හේතු වන්නේ වැරදි ආහාර රටාවයි” ඔබ මෙම කියමනට එකඟ වන්නේ ද? එසේ නම් හේතු 02 ක් දක්වන්න.

(ලකුණු 15)

III කොටස

- 06) i. ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය (B M I) අගය යනු කුමක් දැයි හඳුන්වන්න.
- ii. ළදරුවෙකුට ආහාර ලබා දීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු 03 ක් ලියන්න.
- iii. ශ්‍රී ලංකාව තුළ බහුල පෝෂණ උණුකා රෝග 03 ක් ලියන්න.
- iv. පැරැන්නන් භාවිතා කළ පෝෂණ ගුණයෙන් අනූන වූ දේශීය ආහාර වර්ග 05 ක් ලියන්න.
- v. වෙළඳපොළෙන් ආහාර මිලදී ගැනීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු 02 ක් ලියන්න.

(ලකුණු 15)

- 07) i. දරිමුඛ ජාතකයේ සඳහන් වන ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය ද පිළිගෙන ඇති මානසික රෝග වර්ගීකරණයට ඇතුළත් රෝග 05 ක් ලියන්න.
- ii. මානසික රෝග සුවපත් කිරීම භාවිතා කරන අභිවාරාත්මක ප්‍රතිකාර වර්ග 05 ක් ලියන්න.
- iii. “බුදුදහමේ දැක්වෙන සමාධි (ත්‍රිවිධ ශික්ෂාව) යහපත් මානසික සෞඛ්‍ය ඇති කිරීම සඳහා මහඟු පිටුවහලකි” යන්න විමසන්න.

(ලකුණු 15)

- 08) i. බුදු දහමට අනුව හොඳ ඖෂධයක් වන කැඳ අනුභව කිරීමේ අනුසස් 06 ක් ලියන්න.
- ii. සෞඛ්‍යවත් පැවැත්මක් සඳහා බුදුන් වහන්සේ අනුදැන වදාළ ත්‍රිකෝටික පාරිශුද්ධ මාංශය හඳුන්වන්න.
- iii. සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණය සඳහා බුදුදහමේ ඉගැන්වෙන පහත සඳහන් ක්‍රම වලින් 03 ක් කෙටියෙන් පහදන්න.

- (අ) සෙනසුන් පරිභෝජනය
- (ආ) වැසිකිලිවත
- (ඇ) පෙරහන
- (ඉ) සක්මන් කිරීම

(ලකුණු 15)

- 09) i. ආයුර්වේදයේ සඳහන් පංච කර්ම ප්‍රතිකාරයට අයත් අංග 05 දක්වන්න.
- ii. ආයුර්වේදයේ දැක්වෙන යහපත් මැදුම් පිළිවෙත හඳුන්වන්න.
- iii. (අ) මිනිසාට බහුලව රෝග බෝ කරන කෘමි සතුන් දෙදෙනෙකු නම් කරන්න.
(ආ) මාරාන්තික ඩෙංගු උණ රෝගය ව්‍යාප්තිය පාලනය කිරීමට ගත හැකි වැදගත් පියවර 05 ක් ලියන්න.

(ලකුණු 15)