සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි /
முழுப் பதிப்புரிமையுடையது /
All Rights Reserved]

2614

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව / இலங்கைப் பரீட்சைத் திணைக்களம் / Department of Examinations, Sri Lanka

NEW | 2562 - මූලික පිරිවෙන් අවසාන විභාගය - 2018 දෙසැම්බර් | 09 S I, II

(නව නිර්දේශය)

(09) සෞඛ්‍ය විද්‍යාව - I, II

සෞඛ්‍ය විද්‍යාව - II පත්‍රය

* මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රය ප්‍රශ්න අටකින් සමන්විත ය.
* පළමුවන ප්‍රශ්නය අනිවාර්ය වේ. තවත් ප්‍රශ්න හතරකට පිළිතුරු සැපයිය යුතු ය.
* පිළිතුරු සැපයිය යුතු මුළු ප්‍රශ්න සංඛ්‍යාව පහකි.

1. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පිරිවෙනක් ලෙස සම්මානයට පාත්‍ර වූ සිරි සරණ පිරිවෙනෙහි සෞඛ්‍ය සංගමය සංවිධානය කළ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන සඳහා අවට පිරිවෙන්වල භික්ෂූන් වහන්සේ මෙන් ම දායක දායිකාවෝ ද සහභාගි වූහ.

පිරිවෙනට ඇතුළුවන විට ම එහි පරිසරය කසලවලින් තොරව පිරිසිදු ලෙස පවත්වාගෙන යන වටපිටාවක් බව දැකිය හැකි වුවද තැන් තැන්වල ඉවත දැමූ මැටි පහන්, පොලිතින් බෑග් වැනි අපද්‍රව්‍ය දැකිය හැකි විය. තව ද පූජා සඳහා යොදන ජලය කාණු අයිනේ තැන්පත් වී රැඳී පවතිනු දැකිය හැකි ය.

වැඩසටහනෙහි පළමු දේශනය සිදු කළ බටහිර වෛද්‍යතුමා විසින් වර්තමාන සමාජයේ බහුල පිළිකා, හෘද රෝග වැනි බෝ නොවන රෝග මෙන් ම ඒවායින් වැළකීම සඳහා පෝෂ්‍යදායි ආහාර පරිභෝජනය ඇතුළු අනුගමනය කළ යුතු යහපුරුදු හා දිනපතා ප්‍රමාණවත් ව්‍යායාම්වල යෙදීමේ වැදගත්කම පැහැදිලි කරන ලදී.

අනතුරුව දේශනය සිදු කළ පෝෂණවේදියා ආහාර නිෂ්පාදයේ දී, ප්‍රවාහනයේ දී ඇතුළු ආහාර සුරක්ෂිතතාව කෙරෙහි අවධානය යොමු විය යුතු අවස්ථා මෙන් ම නරක් වූ ආහාර හඳුනාගත හැකි ලක්ෂණ ලෙස දුගඳ හැමීම, වර්ණය වෙනස්වීම ඇතුළු කරුණු කිහිපයක් ද එවැනි ආහාර භාවිතයේ ප්‍රතිඵල ද ගෙන හැර දැක්වී ය.

සෞඛ්‍ය විද්‍යාව හා සැසඳෙන බුදු දහමෙහි විනය ශික්ෂා පද පිළිබඳ ව පරිවෙනාධිපති ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් පැහැදිලි කළ අතර එහි දී බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ ගිතෙල්, තලතෙල්, උක්හකුරු ඇතුළු පස් බෙහෙත් භාවිතයේ ආනිසංස හා ත්‍රිකෝටික පාරිශුද්ධ මාංශ පිළිබඳව ද දේශනා කරන ලදී.

දහවල් දානය සඳහා දායකයින් විසින් බත්, තෙල් දැමූ පරිප්පු, බෝංචි, පලා මැල්ලුමක් හා පලතුරු සූදානම් කර තිබුණි. දහවල් දානයෙන් පසුව භික්ෂූන් වහන්සේ මඳ වේලාවක් සක්මනෙහි නිරත වූ අතර සවස් කාලයේ දී ආයුර්වේද වෛද්‍යතුමා ආයුර්වේදයට අනුව ප්‍රධාන ප්‍රතිකාර ක්‍රම වන වමන, විරේචන, වස්ති ආදී පංච ප්‍රතිකර්ම පැහැදිලි කර දුන්නේ ය.

අවසානයේ දී භාවනාමය වැඩසටහනක් ක්‍රියාත්මක වූ අතර අනතුරුව සියලු දෙනා සැහැල්ලු මනසකින් යුතුව පිරිවෙන් භූමියෙන් සතුටින් විසිරී ගියහ.

(i) පිරිවෙන් පරිසරයේ දැකිය හැකි සෞඛ්‍යයට තර්ජනයක් විය හැකි අවස්ථා දෙකක් සඳහන් කරන්න.

(ii) බෝනොවන රෝගවලින් වැළකීම සඳහා සිද්ධියේ දක්වා ඇති යහපුරුදු හැර වෙනත් යහපුරුදු දෙකක් ලියන්න.

(iii) බටහිර වෛද්‍යතුමා සඳහන් කළ රෝගවලට අමතරව සමාජයේ බහුලව පවතින වෙනත් බෝනොවන රෝග දෙකක් නම් කරන්න.

[8 වැනි පිටුව බලන්න.

(iv) පෝෂණවේදියා පැවසූ පරිදි ආහාරවල සුරක්ෂිතතාව රැක ගැනීම සඳහා අවධානය යොමු කළ යුතු අනෙක් අවස්ථා දෙක සඳහන් කරන්න.

(v) සිද්ධියේ සඳහන් ලක්ෂණ හැර නරක් වූ ආහාර හඳුනාගත හැකි වෙනත් ලක්ෂණ දෙකක් ලියන්න.

(vi) පිරිවෙනාධිපති ස්වාමීන් වහන්සේ දේශනා කළ පරිදි තථාගතයන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරනු ලැබූ පස් බෙහෙත් අතර සිද්ධියේ සඳහන් නොවන බෙහෙත් වර්ග දෙක සඳහන් කරන්න.

(vii) පිරිවෙනාධිපති ස්වාමීන් වහන්සේට අනුව 'ත්‍රිකෝටික පාරිශුද්ධ මාංස' යන්න පැහැදිලි කරන්න.

(viii) දායකයන් විසින් භික්ෂූන් වහන්සේලා වෙත පිළිගන්වන ලද ආහාර වේලෙහි අඩංගු වූ පෝෂකාංග නම් කරන්න.

(ix) දහවල් දානයෙන් පසු භික්ෂූන් වහන්සේලා සක්මනෙහි යෙදීම හේතුවෙන් උන් වහන්සේලාට ලැබුණු ආනිසංස හතරක් ලියන්න.

(x) ආයුර්වේද වෛද්‍යතුමා සඳහන් කළ පංචකර්ම ප්‍රතිකාරවල ඇතුළත් 'වමන' හා 'විරේචන' පැහැදිලි කරන්න.

(ලකුණු 02 × 10 = 20 යි)

2. (i) වර්තමානයේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය රැක ගැනීමට ඇති අභියෝග දෙකක් සඳහන් කරන්න. *(ලකුණු 02 යි)*

(ii) සෞඛ්‍යවත් පිරිවෙන් සංකල්පය යටතේ බෞද්ධ භික්ෂුවක් ලෙස පිරිවෙන් පරිසරය සිත් ගන්නා අයුරින් සකස් කළ හැකි ආකාරය ලියා දක්වන්න. *(ලකුණු 03 යි)*

(iii) සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය උදෙසා ප්‍රජා සහභාගිත්වය ලබාගෙන පිරිවෙන තුළ ක්‍රියාත්මක කළ හැකි වැඩසටහනක් නම් කර, එය ක්‍රියාත්මක කරන ආකාරය පැහැදිලි කරන්න. *(ලකුණු 05 යි)*

3. (i) ආහාර ජීරණ පද්ධතියේ මුඛයේ සිට ගුදය දක්වා ආහාර ගමන් ගන්නා මාර්ගය ගැලීම් සටහනක් මගින් ඉදිරිපත් කරන්න. *(ලකුණු 02 යි)*

(ii) ආහාර ජීරණයේ දී මුඛයේ දායකත්වය සංක්ෂිප්තව දක්වන්න. *(ලකුණු 03 යි)*

(iii) ආහාර ජීරණ පද්ධතියේ යහපැවැත්ම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු යහපුරුදු පහක් සඳහන් කරන්න. *(ලකුණු 05 යි)*

4. (i) ශිෂ්‍යයෙකු ලෙස විවේකය යහපත් හා ඵලදායී ලෙස යොදා ගැනීමට සුදුසු කාර්ය දෙකක් සඳහන් කරන්න. *(ලකුණු 02 යි)*

(ii) බෞද්ධ භික්ෂුවක් පෞද්ගලික ස්වස්ථතාව රැක ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග තුනක් සැකෙවින් දක්වන්න. *(ලකුණු 03 යි)*

(iii) "සුවදායී පරිසරයක් උදෙසා රුක් රෝපණය වැදගත් වේ." බුදු දහමෙන් උදාහරණ ගෙනහැර පාමින් මෙම කියමන සනාථ කරන්න. *(ලකුණු 05 යි)*

5. (i) පමණ දැනගෙන ආහාර අනුභව කිරීමෙන් අත්වන යහපත් ප්‍රතිඵල හතරක් ලියන්න. *(ලකුණු 02 යි)*

(ii) "බුදු දහම රැක ගනිමින් ඉදිරියට පවත්වාගෙන යාමට මහා සඟරුවන නිරෝගීව තබා ගැනීම සඳහා සුදුසු ආහාර වට්ටෝරු පොදු ජනයා අතර ප්‍රචලිත කළ යුතු වේ." මේ අනුව භික්ෂූන් වහන්සේලාට දානය සකස් කරන ආකාරය පිළිබඳව දායක ජනතාවට දිය යුතු උපදෙස් තුනක් සඳහන් කරන්න. *(ලකුණු 03 යි)*

(iii) බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළ පරිදි භික්ෂූන් වහන්සේලා දන් වැළඳීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු යහපුරුදු පහක් දක්වන්න. *(ලකුණු 05 යි)*

6. (i) මානසික සුවයෙන් යුතු භික්ෂූන් වහන්සේ කෙනෙකු තුළ දක්නට ලැබෙන ලක්ෂණ හතරක් ලියන්න. *(ලකුණු 02 යි)*

(ii) රෝග සුවපත් කිරීම හැර, භාවනාවෙන් ඔබේ දිවියට ළඟා කරගත හැකි ප්‍රතිලාභ තුනක් සඳහන් කරන්න. *(ලකුණු 03 යි)*

(iii) මනෝ චිකිත්සක ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් ලෙස භාවනාවෙන් රෝග සුව කරගත හැකි ආකාරය පැහැදිලි කරන්න. *(ලකුණු 05 යි)*

[9 වැනි පිටුව බලන්න.

7. (i) තථාගතයන් වහන්සේ විකාල භෝජන ශික්ෂාපදය පැනවීමට පාදක වූ කරුණු සඳහන් කරන්න. *(ලකුණු 02 යි)*

(ii) විකාල භෝජනයෙන් වෙන් වීම තුළින් ලැබෙන පංචවිධ ආනිසංස දක්වන්න. *(ලකුණු 03 යි)*

(iii) බුදු දහමේ අන්තර්ගත සෞඛ්‍ය විද්‍යාත්මක කරුණු හුවා දැක්වීම සඳහා ධම්ම පදයෙහි සඳහන් 'ආරෝග්‍ය පරමා ලාභා ....' යන ගාථාව සහ ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය මගින් 'සෞඛ්‍යය' සඳහා දී ඇති නිර්වචනය සසඳන්න. *(ලකුණු 05 යි)*

8. (i) ආයුර්වේදයේ ඉගැන්වීමට අනුව රෝගවලට හේතු වන ප්‍රධාන දෝෂ තුන (තුන්දොස්) ලියා දක්වන්න. *(ලකුණු 02 යි)*

(ii) දේශීය වෛද්‍ය ක්‍රමයට 'ආයුර්වේදය' යන නාමය ලැබීමට හේතු වූ කරුණු තුනක් ඉදිරිපත් කරන්න. *(ලකුණු 03 යි)*

(iii) ආයුර්වේදයට අනුව නිරෝගී බව උදෙසා ආහාර පරිභෝජනයේ දී ආහාරයේ 'හිත බව' යනුවෙන් අදහස් වන්නේ කුමක් දැයි පැහැදිලි කරන්න. *(ලකුණු 05 යි)*

***