

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි
முழுப் பதிப்புரிமையுடையது
All Rights Reserved

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

OLD

2562 - මූලික පිරිවෙන් අවසාන විභාගය - 2018 දෙසැම්බර්
(පැරණි නිර්දේශය)

09 S

පැතුනයි

2018.12.29 / 12.30 - 15.40

(09) සෞඛ්‍ය විද්‍යාව

අමතර කියවීම් කාලය - මිනිත්තු 10 යි.

අමතර කියවීම් කාලය ප්‍රශ්න පත්‍රය කියවා ප්‍රශ්න තෝරා ගැනීමටත් පිළිතුරු ලිවීමේ දී ප්‍රමුඛත්වය දෙන ප්‍රශ්න සංවිධානය කර ගැනීමටත් යොදාගන්න.

I කොටසේ ප්‍රශ්නයට ද, II හා III කොටස්වලින් ප්‍රශ්න දෙක බැගින් තෝරා ගෙන තවත් ප්‍රශ්න හතරක් ද ඇතුළුව ප්‍රශ්න පහකට පිළිතුරු සපයන්න.

I කොටස

- I. (i) පූර්ණ සෞඛ්‍ය සංකල්පයට අනුව කායික යහපැවැත්ම (physical wellbeing) සඳහා අනුගමනය කළ යුතු යහපුරුදු හතරක් සඳහන් කරන්න.
- (ii) ආධ්‍යාත්මික යහපැවැත්මකින් යුත් පුද්ගලයෙකු තුළ දැකිය හැකි ලක්ෂණ හතරක් ලියන්න.
- (iii) ශ්‍රී ලංකාවේ බහුලව පවතින පෝෂණ උග්‍රතා රෝග හතරක් ලියා දක්වන්න.
- (iv) පෝෂණයෙන් අනූන 'පස්ගෝරස' නම් කරන්න.
- (v) රෝග නිවාරණය සඳහා අනුගමනය කළ යුතු සෞඛ්‍ය පුරුදු හතරක් සඳහන් කරන්න.
- (vi) ඔබේ පිරිවෙනෙහි සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය උදෙසා ගොඩනගා ගත හැකි ප්‍රතිපත්ති හතරක් සඳහන් කරන්න.
- (vii) (අ) ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රතිශක්තිකරණ ක්‍රියාවලිය යටතේ පහත සඳහන් රෝග වළක්වා ගැනීම සඳහා ලබාදෙන එන්නත් වර්ග නම් කරන්න.

● ගලපටලය	● ක්ෂය රෝගය	● කක්කල් කැස්ස
● සරම්ප	● පිටගැස්ම	
- (ආ) ප්‍රතිශක්තිකරණ එන්නත් ලබා නොදිය යුතු අවස්ථාවක් සඳහන් කරන්න.
- (viii) දත්ත සෞඛ්‍යය රැක ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග හතරක් ලියා දක්වන්න.
- (ix) (අ) මිනිස් පිරුරේ පහත සඳහන් ග්‍රන්ථිවලින් ස්‍රාවය වන හෝර්මෝනයක් බැගින් නම් කරන්න.

● අග්න්‍යාශයේ ලැන්ගර්හැන්ජ්ට්ස්කා
● තයිරොයිඩ් ග්‍රන්ථිය
- (ආ) ප්‍රශ්න අංක (ix), (අ) කොටසේ ඔබ සඳහන් කළ හෝර්මෝනවලින් කෙරෙන කෘත්‍ය කෙටියෙන් දක්වන්න.
- (x) ක්ලාන්ත වූ පුද්ගලයකුට ප්‍රථමාධාර දෙන ආකාරය කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.

(ලකුණු 04 × 10 = 40 යි)

II කොටස

2. (i) ආහාර ජීරණ පද්ධතියෙන් සිරුරේ පැවැත්ම සඳහා ඉටු කෙරෙන ප්‍රධාන කෘත්‍ය හතර සඳහන් කරන්න.
- (ii) ආහාර ජීරණ පද්ධතියේ පහත සඳහන් කොටස් මගින් කෙරෙන කාර්ය, වෙන් වෙන් වශයෙන් කෙටියෙන් ලියා දක්වන්න.
- මුඛය
 - ආමාශය
 - ක්ෂුද්‍රාන්ත්‍රය
 - මහාන්ත්‍රය
 - ගුදමාර්ගය
- (iii) පහත සඳහන් ග්‍රන්ථී/අවයව කොටස් ආහාර ජීරණයට දායක වන ආකාරය සංක්ෂිප්තව පැහැදිලි කරන්න.
- බෙය් ග්‍රන්ථි
 - පිත්තාශය
 - ගුදය
 - අක්මාව
 - අග්නාශය

(ලකුණු 15 යි)

3. (i) ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස ක්‍රියාවලියේ දී ශ්වසන පද්ධතිය ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.
- (ii) ශ්වසන පද්ධතියේ ඇති විය හැකි රෝග දෙකක් නම් කොට, එම රෝග ඇතිවීමට හේතු පැහැදිලි කරන්න.
- (iii) ශ්වසන පද්ධතිය ආශ්‍රිත රෝග වලක්වා ගැනීමට අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග පහක් සඳහන් කරන්න.

(ලකුණු 15 යි)

4. (i) බහිෂ්ප්‍රාවී පද්ධතියේ වකුගඩු (වෘක්ක) වලින් හා මුත්‍රාශය මගින් ඉටු කෙරෙන කෘත්‍යයක් බැගින් සඳහන් කරන්න.
- (ii) නිරෝගී පරිණත පුද්ගලයකු දිනකට පිටකරන මුත්‍ර ප්‍රමාණය දළ වශයෙන් සඳහන් කොට, එම මුත්‍ර ප්‍රමාණය තීරණය වන සාධක හතරක් ලියා දක්වන්න.
- (iii) වෘක්ක, මුත්‍රවාහිනී හා මුත්‍රාශය තුළ ගල් ඇති වීම සිදුවන ආකාරය පැහැදිලි කොට, එම තත්ත්වය වලක්වා ගැනීමට අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ගය විස්තර කරන්න.

(ලකුණු 15 යි)

5. (i) (අ) මිනිස් සිරුරෙහි සෛල වෙත ආහාර සහ ඔක්සිජන් ගෙන යන මාධ්‍යය නම් කරන්න.
- (ආ) එම මාධ්‍යයේ සහ හා දියරමය කොටස් වෙන් වෙන් වශයෙන් සඳහන් කරන්න.
- (ii) සෞඛ්‍යවත්ව ජීවත්වීම සඳහා ඉහත (i) (ආ) හි ඔබ සඳහන් කළ කොටස්වලින් කෙරෙන කාර්ය වෙන් වශයෙන් කෙටියෙන් සඳහන් කරන්න.
- (iii) ස්නායු පටක නිර්මාණය වී ඇති නියුරෝන වර්ග තුන භාවිතයෙන්, උත්තේජයකට ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරය (ප්‍රතික වාපය) උදාහරණයක් ඇසුරෙන් විස්තර කරන්න.

(ලකුණු 15 යි)

III කොටස

6. (i) "මැදුම් පිළිවෙත අනුගමනයෙන් මන්දපෝෂණය (Under Nutrition) හා අධිපෝෂණය (Over Nutrition) අවම කරගත හැකි ය." මෙම ප්‍රකාශය විමසන්න.
- (ii) පුරුද්දක් ලෙස රංග නැවුම් පලතුරු යුෂ පානය කරන අතර විමල් කාබනිකාන බීම පානය කරයි. මේ දෙදෙනාගේ පෝෂණ තත්ත්වය පිළිබඳව පැහැදිලි කරන්න.
- (iii) බොදු පිළිවෙත්වලට අනුකූලව ජීවත් වීමෙන් හෘද රෝග අවම කරගත හැකි ආකාරය විස්තර කරන්න.

(ලකුණු 15 යි)

7. (i) සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණය සඳහා බුද්ධ ධර්මයෙහි සඳහන් කරුණු පහක් සඳහන් කරන්න.
- (ii) බුද්ධ ධර්මයෙහි සඳහන් වන පරිදි සෞඛ්‍යය සඳහා මහෝපකාරී වන 'චිතරණසප්පය' යන්න පැහැදිලි කරන්න.
- (iii) පංචේන්ද්‍රියවලින් කෙරෙන කාර්ය සඳහන් කොට, පංචේන්ද්‍රිය සංවර කර ගැනීමෙන් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කළ හැකි ආකාරය විස්තර කරන්න.

(ලකුණු 15 යි)

8. (i) මානසික යහපැවැත්මකින් යුතු බෞද්ධයෙකුගේ ගුණාංග පහක් සඳහන් කරන්න.
 (ii) මානසික පීඩනයට (stress) ලක්වීමෙන් අත්විඳිය හැකි අහිතකර විපාක පහක් ලියා දක්වන්න.
 (iii) මානසික පීඩනය අවම කොට සිත් පහන් කර ගැනීමට භාවනාවෙන් ලැබෙන පිටිවහල විස්තර කරන්න.
 (ලකුණු 15 යි)

9. (i) (අ) ආයුර්වේදයේ දැක්වෙන පරිදි සිරුරේ සියලු රෝගවලට පාදක වන ත්‍රිදෝෂ නම් කරන්න.
 (ආ) ආයුර්වේදයේ 'නිරේෂණ' යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ කුමක් දැයි පැහැදිලි කරන්න.
 (ii) ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාවේ 'ත්‍රිපලා' වලට වැදගත් ස්ථානයක් හිමි වීමට හේතු දක්වන්න.
 (iii) "ශිලානෝපස්ථානය ඉතා උතුම් සේවාවක් බව මුදු දහමෙහි සඳහන් වේ" මෙම ප්‍රකාශය සනාථ කිරීමට බෞද්ධ ඉතිහාසයේ දැක්වෙන අවස්ථා උදාහරණ සහිතව සඳහන් කරන්න.
 (ලකුණු 15 යි)

