CENTRE FOR DISTANCE AND ONLINE EDUCATION
SRI SRI UNIVERSITY, KATAKA

MASTER OF ARTS (YOGA)

TUTOR MARKED ASSIGNMENT

Course Code: MSY-SCT-402 **Exam: January 2027**
Course Name: Evidence-Based Yoga Therapy **Session: February 2025**
Semester: Four (4) **Total Marks: 100**

A. Answer any eight questions (essay type). Answer in about 350-500 words each.

अ. निम्नलिखित प्रश्नों में से किन्हीं आठ प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक उत्तर लगभग 350–500 शब्दों में लिखिए। **(10 X 8 = 80)**

Q1. Explain the physiology of stress and its relationship with psychosomatic ailments. Discuss the concepts of Adhija and Vyadhi and the role of the Integrated Approach of Yoga Therapy (IAYT) in their management.

तनाव की शरीरक्रिया तथा मनोकायिक रोगों के साथ उसके संबंध की व्याख्या कीजिए। अधिज एवं व्याधि की अवधारणाओं तथा इनके प्रबंधन में योग चिकित्सा के समन्वित दृष्टिकोण (IAYT) की भूमिका पर चर्चा कीजिए।

Q2. Discuss the causes, pathophysiology, clinical features and medical management of HIV/AIDS. Explain the role and limitations of Yoga in its supportive management.

एचआईवी/एड्स के कारणों, रोगजनन, नैदानिक लक्षणों तथा चिकित्सकीय प्रबंधन की चर्चा कीजिए। इसके सहायक प्रबंधन में योग की भूमिका एवं सीमाओं को स्पष्ट कीजिए।

Q3. Describe the major autoimmune disorders, their causes and clinical features. Discuss the principles of medical and Yogic management of autoimmune conditions.

प्रमुख स्वप्रतिरक्षी रोगों, उनके कारणों तथा नैदानिक लक्षणों का वर्णन कीजिए। स्वप्रतिरक्षी स्थितियों के चिकित्सकीय एवं यौगिक प्रबंधन के सिद्धांतों की चर्चा कीजिए।

Q4. Explain the causes, clinical features and medical management of cancer. Discuss the supportive role of Yoga in managing the side effects of chemotherapy and radiotherapy.

कैंसर के कारणों, नैदानिक लक्षणों तथा चिकित्सकीय प्रबंधन की व्याख्या कीजिए। कीमोथेरेपी एवं रेडियोथेरेपी के दुष्प्रभावों के प्रबंधन में योग की सहायक भूमिका पर चर्चा कीजिए।

Q5. Classify anaemia and explain its causes and clinical features. Discuss the principles of medical and Yogic management of anaemia.

रक्ताल्पता का वर्गीकरण कीजिए तथा इसके कारणों एवं नैदानिक लक्षणों की व्याख्या कीजिए। रक्ताल्पता के चिकित्सकीय एवं यौगिक प्रबंधन के सिद्धांतों पर चर्चा कीजिए।

Q6. Describe the causes, classification and clinical features of common back and neck disorders, including lumbar spondylosis, intervertebral disc prolapse and cervical spondylosis. Discuss their medical and Yogic management.

कमर एवं गर्दन के सामान्य विकारों, जैसे लम्बर स्पॉन्डिलोसिस, इंटरवर्टिब्रल डिस्क प्रोलैप्स तथा सर्वाइकल स्पॉन्डिलोसिस के कारणों, वर्गीकरण एवं नैदानिक लक्षणों का वर्णन कीजिए। इनके चिकित्सकीय एवं यौगिक प्रबंधन की चर्चा कीजिए।

Q7. Discuss the major forms of arthritis, including rheumatoid arthritis, osteoarthritis, psoriatic arthritis and gout. Explain the principles of their medical and Yogic management.

रूमेटॉइड आर्थराइटिस, ऑस्टियोआर्थराइटिस, सोरियाटिक आर्थराइटिस तथा गाउट सहित गठिया के प्रमुख प्रकारों की चर्चा कीजिए। इनके चिकित्सकीय एवं यौगिक प्रबंधन के सिद्धांतों को स्पष्ट कीजिए।

Q8. Explain the causes, pathophysiology and clinical features of common gastrointestinal disorders such as gastritis, peptic ulcer, constipation, diarrhoea and irritable bowel syndrome. Discuss their Yogic management.

गैस्ट्राइटिस, पेप्टिक अल्सर, कब्ज, अतिसार तथा इरिटेबल बाउल सिंड्रोम जैसे सामान्य जठरांत्र संबंधी विकारों के कारणों, रोगजनन एवं नैदानिक लक्षणों की व्याख्या कीजिए। इनके यौगिक प्रबंधन की चर्चा कीजिए।

Q9. Describe the causes, clinical features and medical management of inflammatory bowel diseases, particularly ulcerative colitis and Crohn's disease. Explain the scope of Yoga as a supportive intervention.

विशेष रूप से अल्सरेटिव कोलाइटिस एवं क्रोहन रोग सहित सूजनकारी आंत्र रोगों के कारणों, नैदानिक लक्षणों तथा चिकित्सकीय प्रबंधन का वर्णन कीजिए। सहायक उपचार के रूप में योग की संभावनाओं को स्पष्ट कीजिए।

Q10. Discuss the causes, pathophysiology, clinical features and management of chronic renal failure, renal stones and common metabolic disorders such as diabetes mellitus, thyroid disorders, obesity and metabolic syndrome. Explain the role of appropriate Yogic practices in their management.

दीर्घकालिक वृक्क विफलता, वृक्क पथरी तथा मधुमेह, थायरॉइड विकार, मोटापा एवं मेटाबॉलिक सिंड्रोम जैसे सामान्य चयापचयी विकारों के कारणों, रोगजनन, नैदानिक लक्षणों एवं प्रबंधन की चर्चा कीजिए। इनके प्रबंधन में उपयुक्त यौगिक अभ्यासों की भूमिका स्पष्ट कीजिए।

B. Write short notes on any four. Answer in about 150–200 words each.

ब. निम्नलिखित में से किन्हीं चार विषयों पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए। प्रत्येक उत्तर लगभग 150–200 शब्दों में लिखिए। **(5 × 4 = 20)**

Q1. Differentiate between organic and functional back pain.

जैविक एवं क्रियात्मक कमर दर्द के बीच अंतर स्पष्ट कीजिए।

Q2. Write a short note on muscular dystrophy and its management.

मस्कुलर डिस्ट्रॉफी तथा इसके प्रबंधन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Q3. Explain the role of Yoga in managing stress-related functional neck pain.

तनाव से संबंधित क्रियात्मक गर्दन दर्द के प्रबंधन में योग की भूमिका स्पष्ट कीजिए।

Q4. Describe the causes and Yogic management of irritable bladder and stress incontinence.

इरिटेबल ब्लैडर एवं स्ट्रेस इनकॉन्टिनेंस के कारणों तथा यौगिक प्रबंधन का वर्णन कीजिए।

Q5. Write a short note on the medical and Yogic management of hypothyroidism and hyperthyroidism.

हाइपोथायरॉइडिज्म एवं हाइपरथायरॉइडिज्म के चिकित्सकीय एवं यौगिक प्रबंधन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Q6. Explain the role of Yoga in the management of obesity and metabolic syndrome.

मोटापा एवं मेटाबॉलिक सिंड्रोम के प्रबंधन में योग की भूमिका स्पष्ट कीजिए।