

M.A. / M.Sc.		MYS-C402					SEMESTER-IV		
		Yoga therapy for common Ailments-2							
		सामान्य व्याधियों के लिए योग चिकित्सा-2							
Total Lectures	Maximum Marks (MM)	Time	L	T	P	Sessional	End Semester Exam (ESE)	Total Credits	
60	100	3 Hrs.	3	1	0	30	70	04	

नोट : इस प्रश्न-पत्र में दो खंड होंगे- अ, और ब। “**खण्ड अ**” में दस लघु उत्तरीय प्रश्न होंगे, जिनमें से पाँच प्रश्न करने होंगे तथा प्रत्येक छः अंकों का होगा। “**खण्ड ब**” में आठ दीर्घ उत्तरीय प्रश्न होंगे, जिनमें से चार प्रश्न करने होंगे तथा प्रत्येक दस अंकों का होगा। प्रश्न-पत्र सम्पूर्ण पाठ्यक्रम को ध्यान में रखकर बनाया जाएगा।

इकाई-1. अन्तःस्रावी ग्रंथि एवं चयापचय संबंधी विकारों का यौगिक प्रबन्धन; परिचय तथा वर्गीकरण, मधुमेह (Diabetes) टाईप-1 एवं टाईप-2; परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। हाइपर/हाइपोथायरायडिज्म (Hyper/Hypothyroidism); परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। मोटापा (Obesity)- परिभाषा, वर्गीकरण, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)।

इकाई-2. मेरुदण्ड संबंधी विकारों का यौगिक प्रबन्धन; परिचय तथा वर्गीकरण तथा यौगिक प्रबन्धन। पीठ दर्द (Back Pain)- वर्गीकरण, परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। गर्दन दर्द (Neck Pain)- परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित)।

इकाई-3. कंकालीय विकारों का यौगिक प्रबन्धन; परिचय, वर्गीकरण तथा यौगिक प्रबन्धन। गठिया (Arthritis)- परिभाषा वर्गीकरण, कारण, लक्षण। संघिशोथ गठिया (Rheumatoid Arthritis)- परिभाषा कारण, लक्षण तथा यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। ऑस्टियोआर्थराइटिस (Osteoarthritis)- परिभाषा कारण, लक्षण, यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। गाउट (Gout)- परिभाषा, कारण, लक्षण तथा यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)।

इकाई-4. मानसिक विकारों का यौगिक प्रबन्धन; परिचय तथा वर्गीकरण। चिंता विकार (Anxiety Disorder)- परिचय, प्रकार, चिंता संबंधी विकारों की परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। तनाव (Stress)- परिभाषा, कारण, लक्षण तथा यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। अवसाद (Depression)- परिभाषा, कारण, लक्षण तथा यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)।

इकाई-5. तंत्रिकातंत्र तथा मस्तिष्क संबंधी विकारों का यौगिक प्रबन्धन; परिचय तथा तंत्रिकातंत्र विकारों का वर्गीकरण। सरदर्द (Headache)/माइग्रेन(Migraine)- परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। मिर्गी (Epilepsy)- परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)। पार्किन्सन (Parkinson)- परिभाषा, कारण, लक्षण एवं यौगिक चिकित्सा प्रबन्धन (शोध आधारित अभ्यास)।

संदर्भ सूची:

योग और मानसिक स्वास्थ्य - डॉ सुरेश वर्णवाल

Yoga for Diabetes- Dr. H R Nagendra, R Nagaratna, SVYP

Yoga Therapy- Swami Kunalayanada

Yoga for Anxiety and Depression- Dr. H R Nagendra, R Nagaratna, SVYP

Recommended Website:

Research Publication in Yoga and all concerned common diseases and disorders from peer reviewed journals.

[Http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/)