



පිරිවෙන් වර්ෂාවසාන පරීක්ෂණය - 2023 (2024)

09

S

I

03 ශ්‍රේණිය

(09) සෞඛ්‍ය විද්‍යාව - I පත්‍රය

පෑ එකයි

සැලකිය යුතුයි :

- * ප්‍රශ්න සියල්ලට ම පිළිතුරු සපයන්න. මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රය සඳහා ලකුණු 40 ක් ලැබේ.
- * අංක 01 සිට 40 තෙක් ප්‍රශ්නවල දී ඇති (1), (2), (3), (4) පිළිතුරුවලින් නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන පිළිතුර තෝරන්න.
- * ඔබට සැපයෙන පිළිතුරු පත්‍රයේ එක් එක් ප්‍රශ්නය සඳහා දී ඇති කව අතුරෙන්, ඔබ තෝරා ගත් පිළිතුරෙහි අංකයට සැසඳෙන කවය තුළ (X) ලකුණ යොදන්න.
- * එම පිළිතුරු පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති අනෙක් උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා, ඒවා ද පිළිපදින්න.

1. රෝගී වීම නිසා පුද්ගලයෙකුට අහිමි විය හැක්කේ,
 - i. මානසික පීඩාව ය.
 - ii. කායික පීඩාව ය.
 - iii. මානසික සතුට ය.
 - iv. ආර්ථික පීඩාව ය.
2. බුදු දහමට අනුව මානසික රෝග හටගැනීමට තුඩු දෙන අකුසල මූල සිත් ගණන කොපමණ ද?
 - i. 1 යි
 - ii. 5 යි
 - iii. 3 යි
 - iv. 4 යි
3. අංගුත්තර නිකායේ රෝග සූත්‍රයේ දැක්වෙන පරිදි, මිනිසුන්ට වැළඳෙන ප්‍රධාන රෝග කාණ්ඩ / ප්‍රභේද ගණන කොපමණ ද?
 - i. 1 යි
 - ii. 2 යි
 - iii. 4 යි
 - iv. 3 යි
4. පුද්ගල ජීවිතයට වැදගත් වන යහ පුරුදු තුනක් පහත දැක්වේ.
 - කාල කළමනාකරණය
 - සරල දිවි පැවැත්ම
 - භාවනා කිරීම

ඉහත දැක්වෙන යහ පුරුදු අනුගමනයෙන්,

- i. සමාජීය යහපැවැත්ම ඇති වේ.
 - ii. මානසික යහපැවැත්ම ඇති වේ.
 - iii. කායික යහපැවැත්ම ඇති වේ.
 - iv. අධ්‍යාත්මික යහපැවැත්ම ඇති වේ.
5. ශරීර ස්කන්ධ දර්ශක අගය සෙවීමට භාවිත කරන නිවැරදි සම්බන්ධතාවය දැක්වෙන්නේ,
 - i. $\frac{\text{බර (g)}}{\text{උස (m)} \times \text{උස (m)}}$ ලෙස ය.
 - ii. $\frac{\text{බර (kg)}}{\text{උස (m)} \times \text{උස (m)}}$ ලෙස ය.
 - iii. $\frac{\text{බර (kg)}}{\text{උස (m)} \times \text{උස (cm)}}$ ලෙස ය.
 - iv. $\frac{\text{බර (kg)}}{\text{උස (cm)} \times \text{උස (cm)}}$ ලෙස ය.

6. ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය (BMI) වයසට එදිරිව ප්‍රස්තාර ගත කර ඇති ප්‍රස්තාරයේ, සාමාන්‍ය බර පවතින පුද්ගලයෙකු අයත් සම්මත වර්ණ පරාසය වන්නේ,

- i. කොළ පාට ය. ii. තැඹිලි පාට ය. iii. ලා දම් පාට ය. iv. තද දම් පාට ය.

7. වැඩිහිටියෙකුගේ මුඛයෙහි කෘන්තක, රදනක, පුරස්චාර්වක සහ චාර්වක දත් පිහිටා ඇති පිළිවෙළ දැක්වෙන නිවැරදි දත්ත සූත්‍රය කුමක් ද?

- i. 8,4,4,12 ii. 8,2,8,12 iii. 4,2,8,12 iv. 8,4,8,12

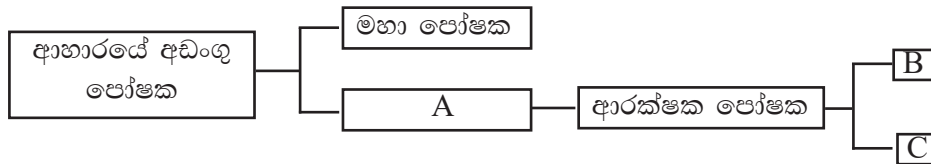
8. බේට ග්‍රාවයේ අඩංගු එන්සයිමය කුමක් ද?

- i. ලයිපේස් ii. ප්‍රෝසින iii. මෝල්ටේස් iv. ඇමයිලේස්

9. අස්ථි හා දත්වල මනා පැවැත්ම, තුවාල සුවවීම, ශරීරයේ ප්‍රතිශක්තිය වර්ධනය කිරීම යන කාර්ය ඉටු කිරීමට වැදගත් වන විටමිනය දැක්වෙන්නේ කුමන වරණයෙන් ද?

- i. විටමින් A ii. විටමින් B iii. විටමින් C iv. විටමින් D

පහත සටහන අධ්‍යයනය කර 10 හා 11 ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.



10. ඉහත සටහනේ A ස්ථානයට ගැළපෙන පිළිතුර කුමක් ද?

- i. ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ii. අත්‍යාවශ්‍ය පෝෂක
iii. වර්ධන පෝෂක iv. ශක්ති ජනක පෝෂක

11. ඉහත සටහනේ B හා C ස්ථානවලට ගැළපෙන පිළිතුරු යුගල දැක්වෙන වරණය කුමක් ද?

- i. විටමින් හා ලිපිඩ ii. ලිපිඩ හා ප්‍රෝටීන
iii. විටමින් හා ඛනිජ ලවණ iv. ලිපිඩ හා ඛනිජ ලවණ

12. ආහාර ජීර්ණ ක්‍රියාවලියේ ආරම්භක ස්ථානය,

- i. මුඛය වේ. ii. ආමාශය වේ.
iii. කුඩා අන්ත්‍රය වේ. iv. මහාන්ත්‍රය වේ.

13. මානව දේහයේ ද්‍රව්‍ය පරිවහන කාර්යය ඉටු කරන පද්ධතිය,

- i. බහිස්ප්‍රාචී පද්ධතිය යි. ii. ස්වසන පද්ධතිය යි.
iii. රුධිර සංසරණ පද්ධතිය යි. iv. ආහාර ජීර්ණ පද්ධතිය යි.

14. පහත සඳහන් ප්‍රකාශය හා හේතුව සම්බන්ධව නිවැරදි වරණය තෝරන්න.

ප්‍රකාශය - වේගයෙන් දිවීමේ දී හෘද ස්පන්දන වේගය වැඩි වේ.

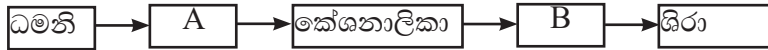
හේතුව - වේගයෙන් දිවීමේ දී සෛල සඳහා ශක්තිය වැඩිපුර නිපදවිය යුතු වේ.

- i. ප්‍රකාශය සත්‍ය වන අතර හේතුව අසත්‍ය වේ.
ii. හේතුව සත්‍ය වන අතර ප්‍රකාශය අසත්‍ය වේ.
iii. ප්‍රකාශය හා හේතුව දෙක ම සත්‍ය වේ.
iv. ප්‍රකාශය හා හේතුව දෙකම අසත්‍ය වේ.

15. රුධිර පරීක්ෂාවක දී සිරිධම්ම හිමිට සර්ව දායකයෙකුගේ රුධිර ගණය ඇති බව වෛද්‍යවරයා ප්‍රකාශ කර ඇත. සිරිධම්ම හිමිගේ රුධිර ගණය කුමක් ද?

- i. A ගණය ii. B ගණය iii. AB ගණය iv. O ගණය

16. ශරීරය පුරා රුධිරය සංසරණයේ දී වාහිනී බෙදී යන ආකාරය පහත සටහනේ දක්වා ඇත.



A හා B ට ගැළපෙන පිළිතුරු යුගලය වන්නේ,

- i. පුප්ඵයීය ධමනිය, පුප්ඵයීය ශිරා ii. පුප්ඵයීය ශිරාව, ධමනිකා
iii. අනුශිරා, ධමනිකා iv. ධමනිකා, අනුශිරා

17. වාතයේ ඔක්සිජන් වායුව අඩංගු ප්‍රතිශතය වන්නේ,

- i. 01 % ක් පමණ ය ii. 21% ක් පමණ ය
iii. 50 % ක් පමණ ය iv. 78 % ක් පමණ ය

18. ශ්වසන පද්ධතිය ආශ්‍රිත බෝවන රෝගයක් දැක්වෙන පිළිතුර කුමක් ද?

- i. පෙණහඳු පිළිකා ii. ක්ෂය රෝගය
iii. පිටගැස්ම iv. සරම්ප

19. මුත්‍රවල වැඩිම ප්‍රතිශතයක් ඇති ද්‍රව්‍යයේ සිට අඩු ම ප්‍රතිශතයක් ඇති ද්‍රව්‍යය දක්වා පෙළගස්වා ඇති නිවැරදි පිළිතුර තෝරන්න.

- i. ජලය, ලවණ, යූරියා, යූරික් අම්ලය ii. ජලය, යූරියා, ලවණ, යූරික් අම්ලය
iii. ජලය, යූරියා, යූරික් අම්ලය, ලවණ iv. ජලය, ලවණ, යූරික් අම්ලය, යූරියා

20. පහත ද්‍රව්‍ය අතරින් බහිස්ප්‍රාචී ද්‍රව්‍යයක් නොවන්නේ,

- i. කාබන් ඩයොක්සයිඩ් ii. මල ද්‍රව්‍ය
iii. යූරියා iv. ජලය

21. රජරට ප්‍රදේශයේ ජනතාව වකුගඩු අක්‍රිය වීමේ රෝගයට ගොදුරුවීමට ප්‍රධානතම හේතුව ලෙස සැලකෙන්නේ,

- i. විෂ සහිත රසායනික ද්‍රව්‍ය හා රසායනික පොහොර භාවිතය යි.
ii. අධික මාත්‍රාවෙන් දිගුකාලීනව ඖෂධ ලබා ගැනීම යි.
iii. කෘත්‍රිම රසායනික අඩංගු ක්ෂණික ආහාර භාවිතයට ගැනීම යි.
iv. ජලය පානය ප්‍රමාණවත් නොවීම යි.

22. පහත ප්‍රකාශ කියවා අවබෝධ කර ගන්න.

- a. ශරීරය නිතර සබන් භාවිත කර පිරිසිදු කිරීම b. විවිධ ආලේපන සමෙහි ගැල්වීම
c. නැවුම් එළවළු හා පලතුරු ආහාරයට ගැනීම d. තීව්‍ර සූර්යාලෝකයට නිරාවරණව සිටීම

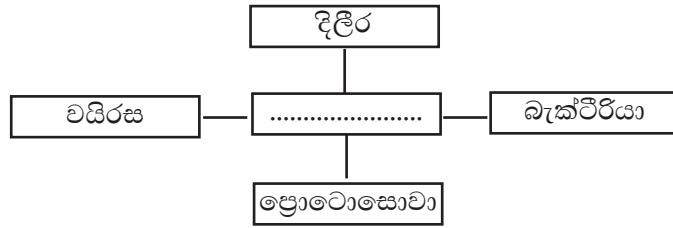
ඉහත ප්‍රකාශ අතුරින් සමේ නිරෝගිකම ආරක්ෂා කර ගැනීමට වඩාත් ම සුදුසු ප්‍රකාශය දැක්වෙන පිළිතුර තෝරන්න.

- i. a ප්‍රකාශය ii. b ප්‍රකාශය
iii. c ප්‍රකාශය iv. d ප්‍රකාශය

23. ආහාර මාර්ගයටත් ශ්වසන මාර්ගයටත් පොදු කොටස දැක්වෙන පිළිතුර කුමක් ද?

- i. ස්වරාලය
- ii. අන්තප්‍රෝතය
- iii. ශ්වාසනාලය
- iv. ග්‍රසනිකාව

24. පහත සටහන හොඳින් අධ්‍යයනය කරන්න.



ඉහත සටහනේ හිස්තැනට පුදුසු ම පිළිතුර කුමක් ද?

- i. රෝග වාහක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්
- ii. රෝග කාරක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්
- iii. පරපෝෂිත ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්
- iv. ආක්‍රමණශීලී ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්

25. එක් පුද්ගලයෙකුගෙන් තවත් පුද්ගලයෙකුට බෝ නොවන රෝගයකි,

- i. තැලසිමියාව
- ii. ඩෙංගු
- iii. පාචනය
- iv. කොළරාව

26. එන්නත් මගින් ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබා දීමෙන් වළක්වා ගත හැකි රෝගයක් නොවන්නේ,

- i. මොළේ උණ රෝගය යි.
- ii. සරම්ප රෝගය යි.
- iii. ඒඩ්ස් රෝගය යි.
- iv. ක්ෂය රෝගය යි.

27. බෝ නොවන රෝග සඳහා හේතුවන සාධක කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත.

- a වයස
- b මානසික ආතතිය
- c ව්‍යායාමවල නිරත නොවීම
- d ජානමය හේතු

ඉහත සාධක අතුරින් වෙනස් කළ නොහැකි සාධක දැක්වෙන වරණය වනුයේ,

- i. a හා b ය.
- ii. b හා c ය.
- iii. c හා d ය.
- iv. a හා d ය.

28. රෝග නිවාරණය හා වළක්වා ගැනීමට පුද්ගලයෙක් ලෙස තමාට ක්‍රියාකාරීව අනුගමනයට අපහසු වන්නේ පහත කිනම් ක්‍රියාව ද?

- i. පෞද්ගලික ස්වස්ථතාව පවත්වා ගැනීම
- ii. නිවැරදි ජීවන රටාවක් අනුගමනය කිරීම
- iii. පරිසර පවිත්‍රතාව රැක ගැනීම
- iv. ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබා ගැනීම

29. සාර්ථක දිවියකට බාධා ගෙන දෙන සිදුවීම් අභියෝග ලෙස හැඳින්වේ. පහත දැක්වෙන සිදුවීම් අතරින් අභියෝගයක් ලෙස සැලකිය නොහැකි සිදුවීම කුමක් ද?

- i. හදිසි අනතුරු
- ii. අපයෝජන
- iii. රෝගාබාධ
- iv. විනෝද චාරිකා

30. පුද්ගලයකුගේ පවිත්‍රතාව කෙරෙහි බලපාන සමාජීය සාධකයක් වන්නේ,

- i. අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම යි.
- ii. පරිසරයට ඇලුම් කිරීම යි.
- iii. මහා පරිමාණ ඉදිකිරීම් යි.
- iv. පරිහරණය කරන භාණ්ඩ යි.

31. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයට බලපාන භෞතික සම්පතකි,

- i. වෛද්‍යවරුන් ii. ඖෂධ iii. හෙදියන් iv. කාර්ය මණ්ඩලය

පහත ප්‍රකාශ කියවා 32 හා 33 ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.

- a. රෝගියාගේ ජීවිත අවදානම අවම කිරීම
b. අවස්ථාවෝචිතව මූලිකත්වය දැරීම
c. ඉක්මන් සුවය ලැබීමට උපකාරී වීම

32. ඉහත ප්‍රකාශ අතුරින් ප්‍රථමාධාර ලබාදීමේ අරමුණක් ලෙස පිළිගත හැකි ප්‍රකාශ මොනවාද?

- i. a හා b ii. b හා c iii. a හා c iv. a,b හා c

33. ප්‍රථමාධාර ලබාදෙන අයෙකු තුළ තිබිය යුතු ගුණාංග දැක්වෙන ප්‍රකාශය / ප්‍රකාශ වන්නේ,

- i. a හා b ය. ii. b ය. iii. c ය. iv. a හා c ය.

34. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා සිදු විය හැකි හානියකි,

- i. සුළු අන්ධභාවය ඇති වීම. ii. මුඛ පිළිකා ඇතිවීමේ අවදානම ඉහළ යාම.
iii. සමාජ සුබසාධක ක්‍රියාවලට යොමු වීම පහසු වීම. iv. මානසික විකෘතිතා ඇති වීම.

35. යහපත් සෞඛ්‍ය තත්ත්වයක් පවත්වා ගැනීම සඳහා ක්‍රීඩා සහ ව්‍යායාම අත්‍යාවශ්‍ය වේ. එවැනි ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත නොවීමෙන් ඇතිවිය හැකි තත්ත්වයක් වන්නේ,

- i. දහවල් කාලයේ දී නිදා ගැනීමට හුරු වීම ii. මානසික සමබරතාව නැතිවීම
iii. අපචාරවලට පෙළඹීම iv. අලසව නිකරුනේ කාලය ගත කිරීමට පෙළඹීම

36. යෝගී ව්‍යායාම සිදු කිරීම මගින් අත්කර ගත හැකි වාසියක් වන්නේ,

- i. සිතෙහි සන්සුන් බව ඇති වීම. ii. යථාර්තවාදී දැක්ම වැඩි දියුණු වීම.
iii. කායික ශක්තිමත්භාවය වැඩි දියුණු වීම. iv. මානසික රෝග වැළඳීමේ අවදානම අවම වීම.

37. ශිෂ්‍ය ප්‍රජාව සඳහා රජය සැලසුම් කළ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහනකි,

- i. ප්‍රතිකාරවලට යොමු කිරීම. ii. සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය විෂයයක් ලෙස ලබාදීම.
iii. අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය. iv. වසංගත රෝග මර්දන වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම.

38. පිළිස්සීම සිදුවිය හැකි ආකාරයකි,

- i. විදුලි සැර මගින් ii. ජලය භාවිතය මගින්
iii. ඉන්ධන භාවිතය මගින් iv. ඖෂධ මගින්

39. මූලික ජීවිතාධාර සහිත ABCDE සිද්ධාන්තයේ C අක්ෂරය මගින් විස්තර වන්නේ,

- i. රුධිර සංසරණය සිදුවේ දැයි පරීක්ෂා කිරීම ii. ශ්වසන මාර්ගය විවෘත කිරීම
iii. ශ්වසන පහසුව සැලසීම iv. ආබාධ පිරික්සීම හා ප්‍රථමාධාර ලබාදීම

40. පිළිස්සීමක දී කළ යුතු දෙයක් වන්නේ,

- i. තුවාලවල ඇති ද්‍රව්‍ය ගැලවීම
ii. අත් බෙහෙත් වර්ග හෝ තෙල් වර්ග තුවාල මත යෙදීම
iii. කපු පුළුන් ඇලෙන සුළු වේ. සැරහුම් යොදා තුවාල ආවරණය කිරීම
iv. පිළිස්සීම නිසා ඇතිවන දිය බුබුළු බිඳ දැමීමෙන් වැළකීම



පිරිවෙන් වර්ෂාවසාන පරීක්ෂණය - 2023 (2024)

09 S II

03 ශ්‍රේණිය

පැ තුනයි.

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.

(09) සෞඛ්‍ය විද්‍යාව - II පත්‍රය

පළමුවන ප්‍රශ්නයට සහ තවත් ඕනෑම ප්‍රශ්න හතරකට (04) පිළිතුරු සපයන්න. පිළිතුරු සැපයිය යුතු මුලු ප්‍රශ්න සංඛ්‍යාව පහ (05) කි.

01. නිශ්චිත අරමුණක් හෝ ඉලක්කයක් කරා ක්‍රියාත්මක වීමේ දී එයට බාධක ලෙස බලපාන සිදුවීමක් අභියෝගයක් ලෙස හැඳින්වේ. ඒවා පුද්ගලයා ජීවත් වන පරිසරය අනුව වෙනස් විය හැකි ය.

එදිනෙදා ජීවිතයේ දී අපට මුහුණ දීමට සිදු වන අභියෝග ලෙස, රෝගාබාධ, අනතුරු, ආපදා, අපවාර හා අපයෝජන, මත්ද්‍රව්‍ය ආදිය සැලකිය හැකි ය.

පුද්ගලයකු ඕනෑ ම මොහොතක රෝගී විය හැකි අතර රෝගාබාධවලින් වැළකී සිටීමට කුඩා කාලයේ සිට ම පෞද්ගලික ස්වස්ථතාව රැක ගැනීම. පරිසරය පවිත්‍රව තබාගැනීම හා සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ආහාර හා පිරිසිදු ජලය ලබා ගැනීම කළ හැකි ය.

එමෙන් ම, නිවසේ දී පිරිවෙණේ දී මහමග දී යන ඕනෑම තැනක දී අනතුරුවලට ලක්විය හැකි ය. විශේෂයෙන්ම, පිරිවෙණ තුළ දී අනාරක්ෂිත විදුලි පරිපථ මගින්, ජලය ලබා ගන්නා ලිං හා උස් ගොඩනැගිලිවලින් වැරීම මගින් එලෙස හදිසි අනතුරු සිදුවිය හැකි ය. මෙවැනි අවස්ථාවක දී ප්‍රථමාධාර ලබා දීම සඳහා මනා නිපුණතාවයක් සැලසීම ලබා තැබීමත් ප්‍රථමාධාර පෙට්ටියක් ස්ථාපිත කර තැබීමත් ඉතා ම වැදගත් වේ. එවැනි ප්‍රථමාධාර පෙට්ටියක් තුළ ජීවානුහරණය කරන ලද රෙදි පටි, ඇලෙන සුලු තුවාල සැරහුම් (Plaster), වෙළුම් පටි, කපු පුළුන් ආදිය අනිවාර්යයෙන් ම ඇතුළත් කළ යුතු වේ.

ශිෂ්‍ය අවධියේ දී ඔබ හට මුහුණ දීමට සිදුවන ප්‍රබල ම අභියෝගයක් වන්නේ මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි ය. සම වයස් කණ්ඩායම් අතර කැපී පෙනීමට හා චිරත්වය ඉස්මතු කොට පෙන්වීම සඳහා කරන ව්‍යාජ ප්‍රචාරකවලට රැවටීමත් වැඩිහිටියන්ව අනුකරණය කිරීමත් මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටිවලට ගොදුරුවීමට බලපානු ලැබේ. මේ නිසා ශිෂ්‍යයින්ගේ අධ්‍යාපන කටයුතු කඩාකප්පල් වීම සහ ඔවුන් විවිධ රෝගාබාධවලට ලක්වීම සිදු විය හැකි ය. වර්තමානයේ පිළිකා වර්ග හා හෘදයාබාධ වැනි රෝගී තත්ව බහුල වී ඇත්තේ මේ හේතුවෙනි.

ඉහත ඡේදය ඇසුරින් පහත (i) සිට (X) තෙක් ප්‍රශ්නවලට කෙටි පිළිතුරු සපයන්න.

- “අභියෝගයක්” යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක් ද?
- අපහට එදිනෙදා මුහුණදීමට සිදු වන අභියෝග දෙකක් (02) ලියා දක්වන්න.
- රෝගාබාධවලින් තොරව ජීවත් වීම සඳහා පුද්ගලයෙකු අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග දෙකක් (02) සඳහන් කරන්න.
- එදිනෙදා ජීවිතයේ දී අනතුරු සිදු විය හැකි ස්ථාන දෙකක් (02) සඳහන් කරන්න.
- පිරිවෙණ තුළ දී සිදු විය හැකි අනතුරු දෙකක් (02) නම් කරන්න.
- අනතුරක් සිදු වූ පසු ඊට මුහුණ දීම සඳහා පිරිවෙණ තුළ පෙර සුදානම් කිබිය යුතුය. ඒ සඳහා ගතහැකි ක්‍රියාමාර්ග දෙකක් (02) සඳහන් කරන්න.
- ප්‍රථමාධාර පෙට්ටියක අඩංගු විය යුතු මූලික ද්‍රව්‍ය දෙකක් (02) නම් කරන්න.
- නව යොවුන් වියේ අයෙකු මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්පානයට යොමුවීමට හේතු වන කරුණු දෙකක් (02) සඳහන් කරන්න.
- මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්පානය නිසා ශිෂ්‍යයකුගේ ජීවිතයට සිදු විය හැකි අයහපත් බලපෑම් දෙකක් (02) ලියන්න.
- මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්පානය නිසා වැළඳෙන රෝගාබාධ දෙකක් (02) සඳහන් කරන්න.

(ලකුණු 02X10=20)

02. ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය මගින් “සෞඛ්‍යය” යන්න නිර්වචනය කර ඇති ආකාරය, මීට වසර 2600කට පමණ පෙර බුදුරජාණන් වහන්සේ “ආරෝග්‍යා පරමා ලාභා” යන පාලි පාඨයෙන් දේශනා කොට ඇති අදහසට ම බොහෝ සෙයින් සමාන වේ.
- ඉහත පාලි පාඨය සම්පූර්ණ කරන්න. (ලකුණු 02)
 - එම භාෂා පාඨයේ අර්ථය ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 03)
 - භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් විසින් තම ආධ්‍යාත්මික යහපැවැත්ම ළඟා කරගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග පහක් (05) ලියන්න. (ලකුණු 05)
03. i. සාපේක්ෂව ගත් කළ, අප සිරුරට විශාල ප්‍රමාණවලින් අවශ්‍ය වන “මහා පෝෂක” දෙකක් (02) නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
- අපට ආහාර අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි? හේතු තුනක් ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 03)
 - අපගේ මුතුන්මිත්තන් ආහාරවල පෝෂණ ගුණය වැඩි කර ගැනීම සඳහා භාවිත කරන ලද ක්‍රමෝපාය පහක් (05) ලියන්න. (ලකුණු 05)
04. මිනිස් රුධිරය කොටස් දෙකකට වෙන් කළ විට, එහි ඝන කොටසෙහි රුධිර සෛල අඩංගු වන අතර, ද්‍රව කොටස රුධිර ප්ලාස්මය වේ.
- මිනිස් රුධිරයේ දක්නට ලැබෙන රුධිර සෛල වර්ග තුන (03) නම් කරන්න. (ලකුණු 03)
 - ඉහත (i) හි දැක්වූ රුධිර සෛල වර්ගවලින් ඉටුවන එක් කාර්යය බැගින් දක්වන්න. (ලකුණු 03)
 - මානව රුධිර සංසරණ පද්ධතියේ යහපැවැත්ම සඳහා ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග හතරක් (04) ලියන්න. (ලකුණු 04)
05. i. වායුගෝලයේ වැඩියෙන් ම ඇති වායුව සහ ශ්වසනයට අවශ්‍ය වන වායුව පිළිවෙලින් ලියන්න. (ලකුණු 02)
- මිනිස් ශ්වසන පද්ධතියේ පහත එක් එක් කොටස මගින් ඉටුවන කාර්යය ලියන්න.

(a) නාස් කුහරය -	(b) අපිෂ්ඨිකාව -	(c) ගර්භ -
------------------	------------------	------------

 (ලකුණු 03)
 - ශ්වසන පද්ධතියේ ස්වස්ථතාව පවත්වා ගැනීමට අනුගමනය කළ හැකි යහපුරුදු පහක් (05) ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 05)
06. පරිවෘත්තීය ප්‍රතික්‍රියාවල දී නිපදවෙන, සිරුරට අනවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය සිරුරින් බැහැර කිරීම මානව බහිස්සෘථි පද්ධතියෙන් සිදු වේ.
- මිනිසාගේ මුත්‍රවාහිනී පද්ධතියේ පවතින අවයව දෙකක් (02) නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
 - මිනිසාගේ මුත්‍රවල අඩංගු සංඝටක තුනක් (03) ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 03)
 - මුත්‍රවාහිනී පද්ධතියේ ස්වස්ථතාව සඳහා අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග පහක් (05) ලියන්න. (ලකුණු 05)
07. මිනිසාට වැළඳෙන රෝග බෝවන රෝග හා බෝනොවන රෝග ලෙස ප්‍රධාන කොටස් දෙකකට බෙදිය හැකි ය.
- බෝවන රෝග ඇති කරන රෝග කාරක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් දෙදෙනෙකු (02) නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
 - රෝග වැළඳීම නිසා පුද්ගලයෙකුට මුහුණ දීමට සිදුවන දූෂකරතා තුනක් (03) ලියන්න. (ලකුණු 03)
 - රෝගවලින් ආරක්ෂා වීම සඳහා පුද්ගලයෙකු අනුගමනය කළ යුතු යහපුරුදු පහක් (05) ලියන්න. (ලකුණු 05)
08. කායික නිරෝගි බව පවත්වා ගැනීමට කායික ව්‍යායාම අවශ්‍ය වන්නා සේම නිරෝගි මනසක් පවත්වා ගැනීම සඳහා මානසික ව්‍යායාම හා ක්‍රියාකාරකම් වැදගත් වේ.
- නිරෝගි මනසක් සඳහා ශිෂ්‍යයෙකු ලෙස අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග දෙකක් (02) ලියන්න. (ලකුණු 02)
 - මානසික ක්‍රියාකාරකම් පුහුණු කිරීම නිසා ශිෂ්‍යයෙකු තුළ වර්ධනය වන මානසික ගුණාංග තුනක් (03) ලියන්න. (ලකුණු 03)
 - භාවනාව පුරුදු පුහුණු කිරීමෙන් ලැබෙන ප්‍රයෝජන පහක් (05) ලියන්න. (ලකුණු 05)