

2018

B.P.Ed.

3rd Semester

**SPORTS MEDICINE, PHYSIOTHERAPY
& REHABILITATION**

PAPER—EC-301

Full Marks : 70

Time : 3 Hours

The figures in the right-hand margin indicate full marks.

Candidates are required to give their answers in their own words as far as practicable.

Illustrate the answers wherever necessary.

Answer all questions.

1. Write down the concept of sports medicine. Explain the objectives of sports medicine. Write down the treatment of shoulder dislocation. 3+7+5

Or

What do you mean by doping? Discuss the use and side effect of Anabolic steroid stimulants and Narcotics. 3+4+4+4

2. What is Physiotherapy? What are the various types of therapeutic modalities? Discuss the use of cryotherapy for sports injury treatment. 3+6+6

(Turn Over)

Or

Write down the basic principles of Physiotherapy. Discuss the role of superficial thermotherapy in injury healing.

7+8

3. Write down the preventive measures of injuries in sports field. Explain the First Aid care for loss of consciousness in play ground.

7+8

Or

Briefly explain the effects of massage. Discuss about the classification of massage. Explain any two techniques of massage.

4+4+7

4. Write short notes (any two) :

2×7½

- (a) Goal of Rehabilitation.
- (b) Resisted exercise.
- (c) Rehabilitative exercise for ankle sprain.
- (d) Mobility exercise.

5. Answer any ten questions :

10×1

- (a) What does the acronym PRICE stand for?
- (i) Protection, rest, ice, compression, elevation ;
 - (ii) Protection, rest, ice, concentration, effusion ;
 - (iii) Protection, rest, ice, concentration, elevation ;
 - (iv) Protection, rest, ice, compression, effusion.

- (b) Which one of the following is not the part of Hydrotherapy.
- (i) Wax bath ; (ii) Cryotherapy ;
(iii) Whirlpool bath ; (iv) Contrast bath.
- (c) Lateral Epicondylitis is considered as—
- (i) Injury of shoulder ; (ii) Injury of Elbow ;
(iii) Injury of Knee ; (iv) Injury of head.
- (d) Achillies tendon is present in which region ?
- (i) Elbow region ; (ii) Ankle region ;
(iii) Hip region ; (iv) Shoulder region.
- (e) Which of the following is called pressure manipulation—
- (i) Stroking ; (ii) Clapping ;
(iii) Kneeding ; (iv) Pounding.
- (f) Cold applied for therapeutic purposes is called—
- (i) Icing cubing ; (ii) Cryptology;
(iii) Cryotherapy ; (iv) Hydrotherapy.
- (g) The word petrissage derived from—
- (i) Petris ; (ii) Pretis ;
(iii) Petrir ; (iv) Petrig.

(h) Sprain is a injury of—

- | | |
|----------------|--------------|
| (i) Ligament ; | (ii) Bone ; |
| (iii) Muscle ; | (iv) Tendon. |

(i) For treatment of sports injury when cold and hot water used alternately is considered as—

- | | |
|--------------------|----------------------|
| (i) Sauna bath ; | (ii) Contrast bath ; |
| (iii) Steam bath ; | (iv) Sitz bath. |

(j) Carpal tunnel Syndrome occurs in which part of the human body ?

- | | |
|------------------|--------------|
| (i) Hand ; | (ii) Elbow ; |
| (iii) Shoulder ; | (iv) Wrist. |

(k) Which type of therapy is Fludotherapy ?

- | | |
|------------------------|----------------------|
| (i) Hydrotherapy ; | (ii) Thermotherapy ; |
| (iii) Electrotherapy ; | (iv) Cryotherapy. |

(l) Geriatric therapy is related with whom ?

- | | |
|----------------------|--------------------|
| (i) Child ; | (ii) Women ; |
| (iii) Older person ; | (iv) Young person. |

বঙ্গানুবাদ

দক্ষিণ প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রথমান নির্দেশক।

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দেওয়া প্রয়োজন।

নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির উত্তর দাও।

- ১। ক্রীড়া চিকিৎসা সম্পর্কে ধারণা দাও। ক্রীড়া চিকিৎসার উদ্দেশ্যগুলি বিবৃত কর।
স্কন্ধ সন্ধির বিচ্যুতির চিকিৎসা লেখ। ৩+৭+৫

অথবা

ডোপিং বলতে কি বোঝ? অ্যানাবলিক স্টেরয়েড স্টিমুল্যান্টস্ ও
নারকোটিক্‌স-এর ব্যবহার ও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া লেখ। ৩+৪+৪+৪

- ২। ফিজিওথেরাপি কি? বিভিন্ন প্রকার থেরাপিউটিক পদ্ধতিগুলি আলোচনা কর।
ক্রীড়া আঘাতের চিকিৎসায় শৈত্য চিকিৎসার ব্যবহার বর্ণনা কর।

২+৩+১০

অথবা

ফিজিওথেরাপির নীতিগুলি লেখ। আঘাতের সেরে ওঠার ক্ষেত্রে উপরিগত
তাপীয় চিকিৎসা পদ্ধতির ভূমিকা আলোচনা কর। ৭+৮

- ৩। ক্রীড়াক্ষেত্রে আঘাতের প্রতিরোধক ব্যবস্থাপনাগুলি সম্পর্কে লেখ। খেলার মাঠে
জ্ঞান হারানোর ক্ষেত্রে প্রাথমিক চিকিৎসা কি হবে তা লেখ। ৭+৮

অথবা

ম্যাসাজের প্রভাব সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা কর। ম্যাসাজের প্রকারভেদগুলি সম্পর্কে আলোচনা কর। ম্যাসাজের যে কোনো দুটি পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত লেখ।

8+8+9

৪। সংক্ষিপ্ত টীকা লেখো (যেকোনো দুটি) :

2×9²/₂

- (ক) পুনর্বাসনের উদ্দেশ্য।
 (খ) প্রতিরোধমূলক ব্যায়াম।
 (গ) গোড়ালির স্প্রেন-এর পুনর্বাসন মূলক ব্যায়াম।
 (ঘ) সঞ্চালনমূলক ব্যায়াম।

৫। যেকোনো দশটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

১০×১

(ক) PRICE-এর সম্পূর্ণ অর্থ কি?

- (i) Protection, rest, ice, compression, elevation ;
 (ii) Protection, rest, ice, concentration, effusion ;
 (iii) Protection, rest, ice, concentration, elevation ;
 (iv) Protection, rest, ice, compression, effusion.

(খ) নীচের কোনটি জল চিকিৎসার অন্তর্গত হয়?

- (i) ওয়াশ বাথ ; (ii) ক্রায়ো থেরাপি ;
 (iii) ওয়্যারপুল বাথ ; (iv) কনট্রাস্ট বাথ।

(গ) ল্যাটারাল এপিকনডাইলিটিস বলতে কোন অঙ্গের আঘাতের কথা বোঝানো হয়?

- (i) কাঁধের আঘাত ; (ii) কনুই-এর আঘাত ;
 (iii) হাঁটুর আঘাত ; (iv) মাথার আঘাত।

(ঘ) অ্যাচিলিস টেনডন কোথায় অবস্থিত ?

(i) কনুই অঞ্চলে ;

(ii) গোড়ালি অঞ্চলে ;

(iii) কোমর অঞ্চলে ;

(iv) কাঁধের অঞ্চলে।

(ঙ) নীচের কোনটি প্রেসার ম্যানিপুলেশান-এর অন্তর্গত ?

(i) স্ট্রোকিং ;

(ii) ক্ল্যাপিং ;

(iii) নিডিং ;

(iv) পাউন্ডইং।

(চ) ঠান্ডা প্রয়োগের মাধ্যমে যে চিকিৎসা করা হয় তা হল—

(i) আইসিংকাবিং ;

(ii) ক্রায়ো থেরাপি ;

(iii) ক্রিস্টো থেরাপি ;

(iv) হাইড্রো থেরাপি।

(ছ) পেট্রিসেজ শব্দটি এসেছে নীচের কোন শব্দ থেকে ?

(i) পেটরিস ;

(ii) থ্রেটিস ;

(iii) পেটরির ;

(iv) পেটরিজ।

(জ) স্প্রইন আঘাত কোন অঙ্গের আঘাত ?

(i) লিগামেন্ট ;

(ii) হাড় ;

(iii) পেশী ;

(iv) টেনডন।

(ঝ) পর্যায়ক্রমিক ঠান্ডা ও গরম জলের মাধ্যমে ক্রীড়া আঘাতের চিকিৎসা পদ্ধতির নাম হল—

(i) সোয়ানা বাথ ;

(ii) কনট্রাস্ট বাথ ;

(iii) স্টিম বাথ ;

(iv) সিটজ বাথ।

(ঞ) কারপাল টানেল সিন্ড্রোম মানুষের দেহের কোন স্থানের সঙ্গে যুক্ত
আঘাত?

(i) হাত ;

(ii) কনুই ;

(iii) কাঁধ ;

(iv) কব্জি।

(ট) নীচের কোনটি ফুডো থেরাপি বলে ধরা হয়?—

(i) জল চিকিৎসা ;

(ii) তাপ চিকিৎসা ;

(iii) বিদ্যুৎ চিকিৎসা ;

(iv) শৈত্য চিকিৎসা।

(ঠ) জেরিয়েট্রিক থেরাপি কাদের চিকিৎসার সঙ্গে সম্পর্কিত?

(i) শিশু ;

(ii) মহিলা ;

(iii) বৃদ্ধ ব্যক্তি ;

(iv) যুবক।
