

ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਾਲ- 2025-26

ਮਾਡਲ ਟੈਸਟ ਪੇਪਰ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ- ਦਸਵੀਂ

ਵਿਸ਼ਾ- Health Care (NSQF)

Job Role- HOME HEALTH AIDE TRAINEE

ਸਮਾਂ: 2 ਘੰਟੇ

ਕੁੱਲ ਅੰਕ: 40

ਭਾਗ-I

ਭਾਗ-I ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 12 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1 ਅੰਕ ਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

1. ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸੰਚਾਰ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਤਰੀਕਾ ਵਰਤੋਗੇ?
(ੳ) ਈ-ਮੇਲ (ਅ) ਪੇਸਟਰ (ੲ) ਨਿਊਜ਼ ਪੇਪਰ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
2. ਕੈਪਸੂਲ ਕਿੰਨੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?
(ੳ) 5 (ਅ) 2 (ੲ) 4 (ਸ) 1
3. ਅਹਿਮ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ?
(ੳ) ਬੀਪੀ (ਅ) ਤਾਪਮਾਨ (ੲ) ਪੇਲਿਓ (ਸ) ਸਾਹ ਦਰ
4. ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਵਿਟਾਮਿਨ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?
(ੳ) ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ (ਅ) ਵਿਟਾਮਿਨ ਬੀ (ੲ) ਵਿਟਾਮਿਨ ਏ (ਸ) ਵਿਟਾਮਿਨ ਕੇ
5. ਅਸੀਂ ਜੁਬਾਨ ਤੋਂ ਬੋਲ ਕੇ ਜੁਬਾਨੀ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। (ਸਹੀ/ਗਲਤ)
6. ਦਵਾਈ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। (ਸਹੀ/ਗਲਤ)
7. BP ਦਾ ਪੂਰਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।
8. ਤਪਦਿਕ ਕਿਹੜੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ?
ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:
9. ਤਾਪਮਾਨ (i) Intravenous
10. ਹੱਡੀਆਂ (ii) ਜ਼ਖਮ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ
11. IV (iii) 206
12. Physiotherapy (iv) 98.6°F

12 × 1 = 12

ਭਾਗ-II

ਭਾਗ-II ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 7 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 6 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3 ਅੰਕ ਦਾ ਹੈ।

13. ਉਮਰ ਵਾਧਾ ਕੀ ਹੈ?
14. ਸੰਚਾਰ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?
15. ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਬਣਾਉ।
16. ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਲਿਖੋ।

17. BMW 'ਤੇ ਨੋਟ ਲਿਖੋ।
18. ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਫ਼ਰਕ ਲਿਖੋ।
19. ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ?

$$6 \times 3 = 18$$

ਭਾਗ-III

ਭਾਗ-II ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 3 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 2 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5 ਅੰਕ ਦਾ ਹੈ।

20. ਬੁੱਢੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ?
21. ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ? ਤਣਾਅ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਅਤੇ ਫਾਇਦੇ ਲਿਖੋ।
22. ਜੀਵ ਮੈਡੀਕਲ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਦੇ ਸੋਮੇ ਲਿਖੋ।

$$5 \times 2 = 10$$