

**2022**

**B.P.Ed. 3rd Semester Examination**

PAPER — EC-301 & EC-302

*Full Marks : 70*

*Time : 3 hours*

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

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

*Illustrate the answers wherever necessary.*

**EC-301 : SPORTS MEDICINE, PHYSIOTHERAPY  
AND REHABILITATION**

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=15

( 2 )  
( OR )

What is doping? Discuss the use and side effects of anabolic steroid stimulants and narcotics.  
3+4+4+4=15

2. Write down the need, importance and guiding principles of physiotherapy. 15

( OR )

Explain the method of application and benefits of thermotherapy and cryotherapy. 15

3. Write down the preventive measures of injuries in sports field. Explain the first aid care for loss of consciousness in playground. 7+8=15

( OR )

Briefly explain the effect of massage. Discuss about the classification of massage. Explain any two techniques of massage. 4+4+7=15

( 3 )

4. Write short notes (*any two*) :  $7\frac{1}{2} \times 2 = 15$

- (a) Importance of mobility enhancing exercise
- (b) Use of therapeutic exercise
- (c) Goals of sports rehabilitation
- (d) Tennis elbow—symptoms and management

5. Select the correct answer (*any ten*) :  $1 \times 10 = 10$

- (a) What does the acronym PRICE stand for?
  - (i) Protection, Rest, Ice, Composition, 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
  - (iv) Contrast bath

( 4 )

(c) Which of the following is called pressure manipulation?

- (i) Stroking
- (ii) Clapping
- (iii) Kneeding
- (iv) Pounding

(d) The petrissage is derived from

- (i) petris
- (ii) pretis
- (iii) petrir
- (iv) petrig

(e) Which type of bandage is used on finger injury?

- (i) Roller bandage
- (ii) Triangular bandage
- (iii) Two-niket bandage
- (iv) Crepe bandage

( 5 )

(f) Which among the following is the best example of mobility training?

- (i) Fartlek training
- (ii) Groin stretch
- (iii) Bench press
- (iv) Hopping

(g) What is the abbreviation used to describe treatment of an injury?

- (i) RICE
- (ii) RICH
- (iii) RICK
- (iv) RICP

(h) The massage where the focus of pressure is moved by the hands gliding over the skin is

- (i) traction
- (ii) effleurage
- (iii) petrissage
- (iv) tapotement

( 6 )

(i) Electrotherapy relaxes which part around the injured area by increased blood circulation?

(i) Blood vessels

(ii) Tendon

(iii) Muscles

(iv) Nerve

(j) Mobility exercise is related to

(i) muscles

(ii) ligament

(iii) joints

(iv) All of the above

(k) First aid of injury is associated with

(i) treatment

(ii) observation

(iii) decision making

(iv) All of the above

( 7 )

(l) Which of the following is **not** a part of rehabilitation?

(i) Movement

(ii) Massage

(iii) PNF

(iv) Treatment

(m) Which of the following is **not** a prohibited performance enhancing substance?

(i) Ephedrine

(ii) Anabolic steroids

(iii) Creatine

(iv) Cannabinoids



( 13 )

## বঙ্গানুবাদ

দক্ষিণ প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্নমান নির্দেশক।

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দেওয়া প্রয়োজন।

যেখানে প্রয়োজন উদ্ধৃতিসহ ব্যাখ্যা কর।

নির্দেশানুসারে সকল বিভাগ থেকে উত্তর দেওয়া প্রয়োজন।

### EC-301 : SPORTS MEDICINE, PHYSIOTHERAPY AND REHABILITATION

সকল প্রশ্নের উত্তর দাও।

১. ক্রীড়া চিকিৎসা সম্পর্কে ধারণা দাও। ক্রীড়া চিকিৎসার উদ্দেশ্যগুলি বিবৃত কর। স্বল্প সন্ধির বিচ্ছতির চিকিৎসা লেখ। ৩+৭+৫=১৫

( অথবা )

ডোপিং কী? অ্যানাবোলিক স্টেরয়েড স্টিমুলেন্টস ও নারকোটিক্স-এর ব্যবহার ও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি লেখ। ৩+৪+৪+৪=১৫

২. ফিজিওথেরাপির প্রয়োজনীয়তা, গুরুত্ব এবং পথ নির্দেশক নীতিগুলি লেখ। ১৫

( অথবা )

উষ্ণ তাপীয় চিকিৎসা এবং শৈত্য চিকিৎসা প্রয়োগের পদ্ধতি এবং উপকারিতাগুলি লেখ। ১৫



( 14 )

৩. ক্রীড়া ক্ষেত্রে আঘাতের প্রতিরোধের ব্যবস্থাপনাগুলি লেখ। খেলার মাঠে জ্ঞান হারানোর ক্ষেত্রে প্রাথমিক চিকিৎসা কী হবে তা লেখ।  
৭+৮=১৫

( অথবা )

মর্দনের প্রভাব সম্পর্কে আলোচনা কর। মর্দনের প্রকারভেদগুলি সম্পর্কে আলোচনা কর। মর্দনের যেকোনো দুটি পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত লেখ।  
৪+৪+৭=১৫

৪. সংক্ষিপ্ত টীকা লেখ (যেকোনো দুটি) :

$$৭ \times ২ = ১৪$$

- (ক) গতিশীলতা বর্ধক ব্যায়ামের গুরুত্ব
- (খ) থেরাপিউটিক ব্যায়ামের ব্যবহার
- (গ) ক্রীড়া পুনর্বাসনের লক্ষ্য
- (ঘ) টেনিস এলবো—লক্ষণ এবং ব্যবস্থাপনা

৫. যেকোনো দশটি প্রশ্নের সঠিক উত্তর দাও :

$$১ \times ১০ = ১০$$

- (ক) PRICE-এর সম্পূর্ণ অর্থ কী?

- (i) প্রোটেকশন, রেস্ট, আইস, কমপোজিশন, এলিভেশন
- (ii) প্রোটেকশন, রেস্ট, আইস, কনসেনট্রেশন, এফিউশন
- (iii) প্রোটেকশন, রেস্ট, আইস, কনসেনট্রেশন, এলিভেশন
- (iv) প্রোটেকশন, রেস্ট, আইস, কমপ্রেসন, এফিউশন

( 15 )

(খ) নিচের কোনটি জল চিকিৎসার অন্তর্গত নয়?

- (i) ওয়াক্স বাথ
- (ii) ক্রায়োথেরাপি
- (iii) ওয়ারলপুল
- (iv) কনট্রাস্ট বাথ

(গ) নিচের কোনটি প্রেসার ম্যানিপুলেশন-এর অন্তর্গত?

- (i) স্টোकिং
- (ii) ক্লাপিং
- (iii) নিডিং
- (iv) পাউন্ডিং

(ঘ) পেট্রিসেজ শব্দটি এসেছে নিচের কোন শব্দ থেকে?

- (i) পেট্রিস
- (ii) প্রেটিস
- (iii) পেট্রির
- (iv) পেট্রিজ

(ঙ) আঙ্গুলের আঘাতে কোন্ ধরনের ব্যান্ডেজ ব্যবহার করা হয়?

(i) রোলার ব্যান্ডেজ

(ii) ত্রিভুজাকৃতি ব্যান্ডেজ

(iii) টু-নিকেট ব্যান্ডেজ

(iv) ক্রেপ ব্যান্ডেজ

(চ) নিম্নলিখিত-এর মধ্যে কোনটি মোবিলিটি ট্রেনিং-এর সবচেয়ে ভালো উদাহরণ?

(i) ফার্টলেক ট্রেনিং

(ii) গ্রোইন স্ট্রেচ

(iii) বেঞ্চ প্রেস

(iv) হোপিং

(ছ) একটি আঘাতের চিকিৎসা বর্ণনা করতে ব্যবহৃত সংক্ষেপণ কী?

(i) RICE

(ii) RICH

(iii) RICK

(iv) RICP

( 16 )

(ঙ) আঙ্গুলের আঘাতে কোন্ ধরনের ব্যান্ডেজ ব্যবহার করা হয়?

(i) রোলার ব্যান্ডেজ

(ii) ত্রিভুজাকৃতি ব্যান্ডেজ

(iii) টু-নিকেট ব্যান্ডেজ

(iv) ক্রেপ ব্যান্ডেজ

(চ) নিম্নলিখিত-এর মধ্যে কোনটি মোবিলিটি ট্রেনিং-এর সবচেয়ে ভালো উদাহরণ?

(i) ফার্টলেক ট্রেনিং

(ii) গ্রোইন স্ট্রেচ

(iii) বেঞ্চ প্রেস

(iv) হোপিং

(ছ) একটি আঘাতের চিকিৎসা বর্ণনা করতে ব্যবহৃত সংক্ষেপণ কী?

(i) RICE

(ii) RICH

(iii) RICK

(iv) RICP

( 17 )

(জ) কোন্ মর্দনে হাত দিয়ে চামড়ার ওপরে চাপ দিয়ে গ্লাইড করা হয়?

- (i) Traction
- (ii) Effleurage
- (iii) Petrissage
- (iv) Tapotement

(ঝ) রক্ত প্রবাহ বৃদ্ধির দ্বারা ইলেক্ট্রোথেরাপি আহত স্থানের পার্শ্ববর্তী কোন্ অংশকে শিথিল করে?

- (i) রক্তবাহ
- (ii) টেন্ডন
- (iii) পেশি
- (iv) স্নায়ু

(ঞ) সঞ্চালনমূলক ব্যায়াম কিসের সাথে সম্পর্কযুক্ত?

- (i) পেশি
- (ii) সন্ধি
- (iii) বন্ধনী সন্ধি
- (iv) উপরের সবগুলোই

( 18 )

(ট) কোনো আঘাতের প্রাথমিক চিকিৎসা কিসের সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত?

- (i) চিকিৎসা
- (ii) পরিদর্শন
- (iii) সিদ্ধান্ত গ্রহণ
- (iv) উপরের সবগুলোই

(ঠ) নিম্নলিখিতগুলির কোনটি পুনর্বাসনের অংশ নয়?

- (i) সঞ্চালন
- (ii) মর্দন
- (iii) PNF
- (iv) চিকিৎসা

(ড) নিম্নলিখিতগুলির কোনটি দক্ষতা বর্ধক নিষিদ্ধ উপকরণ নয়?

- (i) Ephedrine
- (ii) Anabolic steroids
- (iii) Creatine
- (iv) Cannabinoids