

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL

EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025

SUBJECT : COMMUNITY HEALTH NURSING

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

सभी प्रश्न अनिवार्य हैं। सभी प्रश्नों के भाग साथ-साथ लिखो।

प्रश्न 1 निम्नलिखित में से किन्हीं 5 परिभाषा लिखें :-

- | | |
|-----------------------|-------------------------------|
| (a) UNICEF | (b) CASTE |
| (c) सोशल ग्रुप | (d) पुनर्वास (Rehabilitation) |
| (e) सर्वेक्षण (सर्वे) | (f) IMR |
- (2x5=10)

प्रश्न 2 (a) कम्युनिटी (COMMUNITY) से क्या अभिप्राय है ?
(b) कम्युनिटी (COMMUNITY) और panchayat के कार्यों के बारे में लिखो।
(c) Urban और Rural कम्युनिटी के सम्बन्ध में विस्तार से लिखिए।

(2+5+8=15)

प्रश्न 3 (a) काउन्सलिंग किसे कहते हैं ?
(b) काउन्सलिंग के सिद्धांतों का वर्णन कीजिये।
(c) काउन्सलिंग में काउंसलर की भूमिका के बारे में लिखिए।

(2+5+8=15)

प्रश्न 4 (a) संचार (Communication) किसे कहते हैं ?
(b) संचार में कौन-कौन सी रुकावटें आ सकती हैं ?
(c) कम्युनिटी में कौन-कौन से क्षेत्र में सलाह मशवरे की ज़रूरत है ?

(2+5+8=15)

प्रश्न 5 किन्हीं 4 पर नोट लिखें :-

- | | |
|---------------------------|------------|
| (a) Family | (b) W.H.O. |
| (c) नेशनल हेल्थ प्रोग्राम | (d) Poster |
| (e) Data Collection | |

(5x4=20)

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL

EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025

SUBJECT : COMMUNITY HEALTH NURSING

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਭਾਗ ਨਾਲ ਨਾਲ ਲਿਖੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. **ਕਿਸੇ 5** ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੋ : -

- | | |
|-------------------|--------------------------------|
| (a) UNICEF | (b) CASTE |
| (c) ਸੋਸ਼ਲ ਗਰੁੱਪ | (d) ਮੁੜ ਵਸੇਵਾ (Rehabilitation) |
| (e) ਸਰਵੇਖਣ (ਸਰਵੇ) | (f) IMR |

(2x5=10)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. (a) ਕਮਿਊਨਿਟੀ (COMMUNITY) ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
(b) ਕਮਿਊਨਿਟੀ (COMMUNITY) ਅਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ।
(c) Urban ਤੇ Rural ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਲਿਖੋ।

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. (a) ਕੋਸਲਿੰਗ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
(b) ਕੋਸਲਿੰਗ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰੋ।
(c) ਕੋਸਲਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕੋਸਲਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ।

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4. (a) ਸੰਚਾਰ (Communication) ਕੀ ਹੈ ?
(b) ਸੰਚਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ?
(c) ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ?

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5. **ਕਿਸੇ 4** ਤੇ ਨੋਟ ਲਿਖੋ : -

- | | |
|--------------------------|------------|
| (a) Family | (b) W.H.O. |
| (c) ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ | (d) Poster |
| (e) Data Collection | |

(5x4=20)

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL

EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025

SUBJECT : CHILD HEALTH NURSING

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

सभी प्रश्न अनिवार्य हैं। सभी प्रश्नों के भाग साथ-साथ लिखो।

प्रश्न 1 निम्नलिखित में से किन्हीं 5 परिभाषा लिखें :-

- | | |
|---------------------|-----------------|
| (a) Infanticide | (b) मिड डे मील |
| (c) टॉयलेट ट्रेनिंग | (d) Dehydration |
| (e) Dengue | (f) किशोर |

(2x5=10)

प्रश्न 2 (a) जन्मजात दोष से क्या अभिप्राय है ?
(b) बच्चों में होने वाले जन्मजात दोषों के बारे में लिखो।
(c) जन्मजात दोषों की रोकथाम कैसे की जा सकती है ? इसमें ANM का क्या रोल है ?
(2+5+8=15)

प्रश्न 3 (a) वृद्धि एवं विकास क्या है?
(b) वृद्धि एवं विकास को प्रभावित करने वाले factors लिखिए।
(c) बच्चों में वृद्धि एवं विकास का आंकलन कैसे किया जाता है तथा इसमें ANM की भूमिका लिखिए।
(2+5+8=15)

प्रश्न 4 (a) Breast feeding से क्या तात्पर्य है ?
(b) Breast feeding कराते समय माँ को किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ?
(c) Breast feeding करवाने के क्या लाभ हैं ?
(2+5+8=15)

प्रश्न 5 किन्हीं 4 पर नोट लिखें :-

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| (a) ममपस (mumps) | (b) कुपोषण |
| (c) मीज़ल्स (खसरा) | (d) (Milestone) मील पत्थर |
| (e) Tonsillitis | |

(5x4=20)

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL

EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025

SUBJECT : CHILD HEALTH NURSING

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਭਾਗ ਨਾਲ ਨਾਲ ਲਿਖੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਕਿਸੇ 5 ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੋ : -

- | | |
|---------------------|-----------------|
| (a) Infanticide | (b) ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ |
| (c) ਟੈਆਇਲਟ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ | (d) Dehydration |
| (e) Dengue | (f) ਕਿਸ਼ੋਰ |

(2x5=10)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2.

- (a) ਜਮਾਂਦਰੂ ਨੁਕਸ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
- (b) ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਜਮਾਂਦਰੂ ਨੁਕਸਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ ।
- (c) ਜਮਾਂਦਰੂ ਨੁਕਸਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ? ਇਸ ਵਿੱਚ ANM ਦਾ ਰੋਲ ਲਿਖੋ ।

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3.

- (a) ਵਾਧਾ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਕੀ ਹੈ ?
- (b) ਵਾਧਾ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ factors ਲਿਖੋ ।
- (c) ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ assessment ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ANM ਦਾ ਰੋਲ ਲਿਖੋ ?

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4.

- (a) Breast feeding ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
- (b) Breast feeding ਕਰਵਾਉਣ ਸਮੇਂ ਮਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ?
- (c) Breast feeding ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ ?

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5.

ਕਿਸੇ 4 ਤੇ ਨੋਟ ਲਿਖੋ : -

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| (a) ਮਮਪਸ (mumps) | (b) ਕੁਪੋਸਟ |
| (c) ਮੀਜ਼ਲਜ਼ (ਖਸਰਾ) | (d) (Milestones) ਮੀਲ ਪੱਥਰ |
| (e) Tonsillitis | |

(5x4=20)

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL
EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025
SUBJECT : HEALTH PROMOTION

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

सभी प्रश्न अनिवार्य हैं। सभी प्रश्नों के भाग साथ-साथ लिखो।

प्रश्न 1. निम्नलिखित में से किन्हीं 5 परिभाषा लिखें :-

- | | |
|----------------|------------------|
| (a) फूड (Food) | (b) हाइपरटेंशन |
| (c) विटामिन | (d) संतुलित आहार |
| (e) माहवारी | (f) Community |

(2x5=10)

प्रश्न 2.

- (a) Nutritional Deficiency किसे कहते हैं ?
(b) Nutritional Deficiency के क्या कारण हैं ?
(c) Protein Energy Malnutrition (PEM) के बारे में लिखो और इसकी रोकथाम के बारे में भी लिखो।

(2+5+8=15)

प्रश्न 3.

किन्हीं 3 के बारे में लिखिए :-

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------|
| (a) बेड बाथ (Bed Bath) | (b) सेक्स शिक्षा |
| (c) दांतों की देखभाल और बीमारियां | (d) प्रेशर पॉइंट की केयर |

(5x3=15)

प्रश्न 4.

- (a) इंटरपर्सनल रिलेशन से क्या अभिप्राय है ?
(b) अच्छे इंटरपर्सनल रिलेशन के फायदे लिखिए।
(c) ANM को सब सेंटर और गाँव में अच्छे इंटरपर्सनल रिलेशन बना के स्वास्थ्य सुविधाएं देने में क्या फायदे होंगे ?

(2+5+8=15)

प्रश्न 5.

किन्हीं 4 पर नोट लिखें :-

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| (a) हैल्दी लाइफ स्टाइल | (b) ध्वनि प्रदूषण |
| (c) Kitchen Gardens | (d) Carbohydrates and fats |
| (e) बेडसोर (Bedsore) | |

(5x4=20)

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL

EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025

SUBJECT : HEALTH PROMOTION

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਭਾਗ ਨਾਲ ਨਾਲ ਲਿਖੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਕਿਸੇ 5 ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੋ : -

- | | |
|----------------|------------------|
| (a) Food (ਫੂਡ) | (b) ਹਾਈਪਰਟੈਂਸ਼ਨ |
| (c) ਵਿਟਾਮਿਨ | (d) ਸੰਤੁਲਿਤ ਆਹਾਰ |
| (e) ਮਾਹਵਾਰੀ | (f) Community |

(2x5=10)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. (a) Nutritional Deficiency ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
(b) Nutritional Deficiency ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ ?
(c) Protein Energy Malnutrition (PEM) ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਬਾਰੇ ਵੀ ਲਿਖੋ।

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. ਕਿਸੇ 3 ਦੇ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ :-

- | | |
|--------------------------------|----------------------------|
| (a) ਬੈਡ ਬਾਥ (Bed Bath) | (b) ਸੈਕਸ ਸਿੱਖਿਆ |
| (c) ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ | (d) ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਪੁਆਇੰਟ ਦੀ ਕੇਅਰ |

(5x3=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4. (a) ਇੰਟਰਪਰਸਨਲ ਰਿਲੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
(b) ਅੱਛੇ ਇੰਟਰਪਰਸਨਲ ਰਿਲੇਸ਼ਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਲਿਖੋ।
(c) ANM ਨੂੰ ਸਬ ਸੈਂਟਰ ਤੇ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਅੱਛੇ ਇੰਟਰਪਰਸਨਲ ਰਿਲੇਸ਼ਨ ਬਣਾ ਕੇ ਸਿਹਤ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਕੀ ਫਾਇਦੇ ਹੋਣਗੇ?

(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5. ਕਿਸੇ 4 ਤੇ ਨੋਟ ਲਿਖੋ : -

- | | |
|-------------------------|----------------------------|
| (a) ਹੈਲਦੀ ਲਾਈਫ ਸਟਾਈਲ | (b) ਆਵਾਜ਼ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ |
| (c) Kitchen Gardens | (d) Carbohydrates and fats |
| (e) ਪਲੰਘ ਫੋੜੇ (Bedsore) | |

(5x4=20)

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL
EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025
SUBJECT : PRIMARY HEALTH CARE NURSING

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

सभी प्रश्न अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के भाग साथ-साथ लिखो।

प्रश्न 1. निम्नलिखित में से किन्हीं 5 परिभाषा लिखें :-

- | | |
|------------------|-------------------------------|
| (a) बैक्टीरिया | (b) एक्टिव कसरत |
| (c) प्रेशर पॉइंट | (d) शूगर रोग |
| (e) ऑटोक्लेविंग | (f) बीमारी की दर (मोर्बिडिटी) |

(2x5=10)

प्रश्न 2.

- (a) हैपेटाइटिस से क्या अभिप्राय है ?
- (b) इसके प्रकार, चिन्ह एवं लक्षण लिखिए।
- (c) इसके कारण और रोकथाम के सम्बन्ध में विस्तार पूर्वक लिखो। हैपेटाइटिस के मरीज़ को लगने वाले टीकों तथा ANM का रोल लिखो।

(2+5+8=15)

प्रश्न 3.

- (a) Paralysis क्या है ?
- (b) Paralysis के कारण, चिन्ह एवं लक्षण लिखिए।
- (c) Paralysis वाले मरीज़ का इलाज, उसे घर में दी जाने वाली देखभाल और ANM का रोल लिखिए।

(2+5+8=15)

प्रश्न 4.

- (a) Bleeding से क्या अभिप्राय है ? इसके क्या नुक्सान हो सकते हैं ? इस दौरान दी जाने वाली First Aid लिखिए।
- (b) Drowning (डूबना) क्या है ? इस से मरीज़ को क्या-क्या हो सकता है ? first aid लिखो।

(5+5=10)

प्रश्न 5.

किन्हीं 5 पर नोट लिखें :-

- (a) हीट स्ट्रोक
- (b) Immunity
- (c) यूनिवर्सल प्रीकोशन्स
- (d) Differently abled person (Handicap) की देख-रेख और ANM का रोल
- (e) टीकाकरण के समय चार सन्देश और टीकाकरण में ANM का रोल
- (f) सैंपल लेते समय ANM का रोल और सावधानियाँ

(5x5=25)

PUNJAB NURSES REGISTRATION COUNCIL

EXAMINATION ANM 1st YEAR (ANNUAL) - NOVEMBER 2025

SUBJECT : PRIMARY HEALTH CARE NURSING

TIME : 3 HRS.

M.M. :75

ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਭਾਗ ਨਾਲ ਨਾਲ ਲਿਖੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਕਿਸੇ 5 ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੋ : -

- | | |
|--------------------|------------------------------|
| (a) ਬੈਕਟੀਰੀਆ | (b) ਐਕਟਿਵ ਕਸਰਤ |
| (c) ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਪੁਆਇੰਟ | (d) ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ |
| (e) ਐਂਟੋਕਲੇਵਿੰਗ | (f) ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਦਰ (ਮੌਰਬਿਡਿਟੀ) |
- (2x5=10)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. (a) ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
(b) ਇਸ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਚਿੰਨ੍ਹ ਤੇ ਲੱਛਣ ਲਿਖੋ।
(c) ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਵਕ ਲਿਖੋ। ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕੇ ਤੇ ANM ਦਾ ਰੋਲ ਲਿਖੋ।
(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. (a) Paralysis ਕੀ ਹੈ?
(b) Paralysis ਦੇ ਕਾਰਨ, ਚਿੰਨ੍ਹ ਤੇ ਲੱਛਣ ਲਿਖੋ।
(c) Paralysis ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ, ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਿਖੋ ਤੇ ANM ਦਾ ਰੋਲ ਲਿਖੋ।
(2+5+8=15)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4. (a) Bleeding ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ? ਇਸਦੇ ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ first aid ਲਿਖੋ।
(b) Drowning (ਡੁੱਬਣਾ) ਕੀ ਹੈ? ਇਸ ਨਾਲ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਕੀ-ਕੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ? first aid ਲਿਖੋ।
(5+5=10)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5. ਕਿਸੇ 5 ਤੇ ਨੋਟ ਲਿਖੋ : -
(a) ਹੀਟ ਸਟਰੋਕ
(b) Immunity
(c) ਯੂਨੀਵਰਸਲ ਪ੍ਰੀਕਾਸ਼ਨਜ਼
(d) Differently abled person (Handicap) ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਤੇ ANM ਦਾ ਰੋਲ
(e) ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਚਾਰ ਸੁਨੇਹੇ ਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਿੱਚ ANM ਦਾ ਰੋਲ
(f) ਸੈਪਲ ਲੈਣ ਸਮੇਂ ANM ਦਾ ਰੋਲ ਤੇ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ

(5x5=25)