

Lok Sewa Aayog Preparation Material

Health Services (Nursing/HA) & General Awareness

Comprehensive Practice Set

January 30, 2026

PART 1: General Knowledge (सामान्य ज्ञान)

Focus: In-depth Provincial Facts, Constitution, Laws & Health Plans

1. गण्डकी प्रदेशको प्रथम पञ्चवर्षीय योजना (२०७६/७७-२०८०/८१) अनुसार आर्थिक वर्ष २०८०/८१ सम्ममा प्रदेशको औसत आयु (Life Expectancy) कति पुर्याउने लक्ष्य राखिएको थियो?

- A) ७० वर्ष
- B) ७२ वर्ष
- C) ७५ वर्ष
- D) ७७ वर्ष

Answer: B) ७२ वर्ष

Explanation: गण्डकी प्रदेशको प्रथम पञ्चवर्षीय योजनाको अन्त्यसम्ममा औसत आयु ७२ वर्ष पुर्याउने लक्ष्य थियो।

2. नेपालको संविधानको अनुसूची ५ बमोजिम 'सङ्घको अधिकार' भित्र तलका मध्ये कुन पर्दैन?

- A) केन्द्रीय तथ्याङ्क
- B) स्वास्थ्य नीति
- C) आधारभूत स्वास्थ्य र सरसफाई
- D) केन्द्रीय विश्वविद्यालय

Answer: C) आधारभूत स्वास्थ्य र सरसफाई

Explanation: 'आधारभूत स्वास्थ्य र सरसफाई' अनुसूची ८ बमोजिम स्थानीय तहको एकल अधिकार सूचीमा पर्दछ। अन्य सबै संघको अधिकार हुन्।

3. गण्डकी प्रदेशमा अवस्थित ५,४१६ मिटर उचाइमा रहेको विश्वकै उच्च स्थानमा रहेको भनिएको ताल कुन हो?

- A) तिलिचो ताल
- B) कजिन सारा ताल
- C) रारा ताल
- D) दामोदर कुण्ड

Answer: B) कजिन सारा ताल

Explanation: मनाङ जिल्लामा नयाँ पत्ता लागेको 'कजिन सारा ताल' (५,२०२ मी. उचाईमा) लाई तिलिचो भन्दा अग्लो मानिएको छ (यद्यपि आधिकारिकता प्रमाणित हुने क्रममा छ)।

4. राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार गण्डकी प्रदेशको जनघनत्व (Population Density) कति रहेको छ?

- A) १०५ जना प्रति वर्ग कि.मि.

- B) ११५ जना प्रति वर्ग कि.मि.
- C) १५० जना प्रति वर्ग कि.मि.
- D) ८५ जना प्रति वर्ग कि.मि.

Answer: B) ११५ जना प्रति वर्ग कि.मि.

Explanation: जनगणना २०७८ अनुसार गण्डकीको जनघनत्व ११५ जना प्रति वर्ग कि.मि. छ।

5. 'सुरक्षित मातृत्व तथा प्रजनन स्वास्थ्य अधिकार ऐन, २०७५' अनुसार कसैले पनि प्रजनन स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न इन्कार गरेमा कति जरिवाना हुने व्यवस्था छ?

- A) १० हजार सम्म
- B) २५ हजार सम्म
- C) ५० हजार सम्म
- D) १ लाख सम्म

Answer: C) ५० हजार सम्म

Explanation: ऐन अनुसार सेवा इन्कार गरेमा ५० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना वा ६ महिना कैद वा दुवै हुन सक्छ।

6. गण्डकी प्रदेश सरकारले सञ्चालन गरेको 'एयर लिफ्टिड' कार्यक्रम मुख्यतया कसका लागि लक्षित छ?

- A) विदेशी पर्यटक
- B) दुर्गमका सिकिस्त विरामी
- C) ज्यान जोखिममा परेका गर्भवती तथा सुत्केरी महिला
- D) बाढी पहिरो पीडित

Answer: C) ज्यान जोखिममा परेका गर्भवती तथा सुत्केरी महिला

Explanation: यो कार्यक्रम दुर्गम क्षेत्रका जटिल अवस्थाका गर्भवती र सुत्केरीको उद्धारका लागि हो।

7. जनस्वास्थ्य सेवा नियमावली, २०७७ अनुसार 'आकस्मिक उपचार कोष' (Emergency Treatment Fund) मा विपन्न नागरिकको उपचारको लागि कति रकम जम्मा गर्ने व्यवस्था छ?

- A) अस्पतालको कुल आम्दानीको १०%
- B) सामाजिक सुरक्षा करको ५%
- C) वार्षिक बजेटको १%
- D) माथिका कुनै पनि होइन

Answer: A) अस्पतालको कुल आम्दानीको १०%

Explanation: अस्पतालले आफ्नो आम्दानीको १० प्रतिशत रकम गरिब तथा असहायको उपचारका लागि छुट्याउनु पर्ने व्यवस्था छ।

8. गण्डकी प्रदेशको एक मात्र शिकार आरक्ष 'ढोरपाटन शिकार आरक्ष' कुन-कुन जिल्लामा फैलिएको छ?

- A) बागलुङ, म्याग्दी र रुकुम (पूर्व)
- B) मुस्ताङ र मनाङ
- C) गोर्खा र धादिङ
- D) कास्की र पर्वत

Answer: A) बागलुङ, म्याग्दी र रुकुम (पूर्व)

Explanation: ढोरपाटन शिकार आरक्ष बागलुङ, म्याग्दी र रुकुम पूर्वमा फैलिएको छ।

9. नेपालको इतिहासमा 'फिस्टे महाराज' भनेर कुन राणा प्रधानमन्त्रीलाई चिनिन्छ?

- A) वीर शमशेर
- B) चन्द्र शमशेर
- C) पद्म शमशेर
- D) देव शमशेर

Answer: B) चन्द्र शमशेर

Explanation: चन्द्र शमशेरलाई फिस्टे महाराज उपनामले पनि चिनिन्थ्यो।

10. चालु पन्ध्रौँ योजना (राष्ट्रिय) ले ५ वर्ष मुनिका बाल मृत्युदर (प्रति हजार जीवित जन्म) कतिमा झार्ने लक्ष्य लिएको छ?

- A) २४
- B) २८
- C) २०
- D) १५

Answer: A) २४

Explanation: पन्ध्रौँ योजनाको अन्त्यसम्ममा ५ वर्ष मुनिका बाल मृत्युदर २४ मा झार्ने लक्ष्य छ।

PART 2: Public Management (सार्वजनिक व्यवस्थापन)

Focus: Complex Administrative Procedures & Management Theories

11. निजामती सेवा नियमावली अनुसार कुनै कर्मचारीले 'बिरामी बिदा' (Sick Leave) बापत बढीमा कति दिन सम्मको बिदा सञ्चित गरी राख्न पाउँछ?

- A) ६० दिन
- B) ९० दिन
- C) १८० दिन
- D) जति पनि सकिन्छ (असीमित)

Answer: D) जति पनि सकिन्छ (असीमित)

Explanation: निजामती सेवामा बिरामी बिदा जति पनि सञ्चित गर्न पाइन्छ (घर बिदा भने १८० दिन मात्र पाइन्छ)।

12. म्यास्लोको आवश्यकता शृङ्खला सिद्धान्त (Maslow's Hierarchy of Needs) मा सबैभन्दा उच्च तहको आवश्यकता कुन हो?

- A) आत्म-सम्मान (Self-Esteem)
- B) सामाजिक आवश्यकता (Social Needs)
- C) आत्म-सन्तुष्टि/आत्म-सिद्धि (Self-Actualization)
- D) सुरक्षा (Safety)

Answer: C) आत्म-सन्तुष्टि/आत्म-सिद्धि (Self-Actualization)

Explanation: पिरामिडको सबैभन्दा माथिल्लो तहमा आत्म-सिद्धि (Self-Actualization) पर्दछ।

13. आर्थिक प्रशासनमा 'बेरुजु' (Beruju) भन्नाले के बुझिन्छ?

- A) खर्च नभएको रकम
- B) भ्रष्टाचार भएको रकम
- C) रित नपुर्याई कारोबार गरेको वा राख्नुपर्ने कागजात नराखेको रकम
- D) बढी खर्च भएको रकम

Answer: C) रित नपुर्याई कारोबार गरेको वा राख्नुपर्ने कागजात नराखेको रकम

Explanation: आर्थिक कार्यविधि तथा वित्तीय उत्तरदायित्व ऐन अनुसार नियम संगत नदेखिएको कारोबारलाई बेरुजु भनिन्छ।

14. टिप्पणी (Memo) पेश गर्दा राय सहित पेश गर्ने कर्मचारीले कुन मसीको प्रयोग गर्नुपर्ने प्रचलन छ?

- A) रातो
- B) हरियो
- C) कालो वा नीलो
- D) मसीको रङ तोकिएको हुँदैन

Answer: C) कालो वा नीलो

Explanation: टिप्पणी उठाउने र पेश गर्नेले कालो वा नीलो मसी प्रयोग गर्छन्। रातो र हरियो माथिल्लो तहका अधिकारीले सदर/नसहित गर्दा प्रयोग गर्छन्।

15. 'Span of Control' (नियन्त्रणको सीमा) भन्नाले व्यवस्थापनमा के बुझाउँछ?

- A) हाकिमको अधिकार क्षेत्र

- B) एउटा सुपरिवेक्षकले प्रभावकारी रूपमा नियन्त्रण गर्न सक्ने मातहतका कर्मचारीको संख्या
- C) कार्यालयको क्षेत्रफल
- D) बजेटको सीमा

Answer: B) एउटा सुपरिवेक्षकले प्रभावकारी रूपमा नियन्त्रण गर्न सक्ने मातहतका कर्मचारीको संख्या

Explanation: Span of Control refers to the number of subordinates a supervisor can effectively manage.

16. स्वास्थ्य संस्था सञ्चालन मापदण्ड, २०७७ अनुसार २५ शैयाको अस्पतालमा कम्तीमा कति जना स्टाफ नर्स हुनुपर्ने व्यवस्था छ?

- A) ५ जना
- B) ७ जना
- C) १० जना
- D) १२ जना

Answer: B) ७ जना

Explanation: मापदण्ड अनुसार सामान्यतया २५ शैयाको लागि ७ जना स्टाफ नर्स आवश्यक पर्छ।

17. 'हजवरो' (Hawthorne Effect) ले व्यवस्थापनमा कुन पक्षलाई उजागर गरेको थियो?

- A) कामदारको तलब सुविधा
- B) भौतिक वातावरण
- C) कामदारको मनोवैज्ञानिक र सामाजिक पक्ष
- D) वैज्ञानिक व्यवस्थापन

Answer: C) कामदारको मनोवैज्ञानिक र सामाजिक पक्ष

Explanation: एल्टन मेयोको हजवरो अध्ययनले कर्मचारीलाई वास्ता गरिएको महसुस हुँदा उत्पादकत्व बढ्छ (Human Relations) भन्ने देखायो।

18. जिन्सी निरीक्षण (Store Inspection) फारम म.ले.प. फारम नम्बर कति हो?

- A) ४५
- B) ४६
- C) ४७
- D) ४८

Answer: D) ४८

Explanation: साविकको म.ले.प. फारम नं ४८ ले जिन्सी निरीक्षण फारमलाई जनाउँछ।

19. प्रभावकारी सञ्चारमा 'Semantic Barrier' (शाब्दिक अवरोध) भन्नाले के बुझिन्छ?

- A) होहल्लाका कारण सुन्न नसक्नु
- B) भाषा वा शब्दको अर्थ नबुझ्दा हुने भ्रम
- C) प्राविधिक खराबी
- D) भौगोलिक दूरी

Answer: B) भाषा वा शब्दको अर्थ नबुझ्दा हुने भ्रम

Explanation: शब्दको अर्थ वा भाषामा द्विविधा भई बुझाइमा फरक पर्नु Semantic Barrier हो।

20. 'बजेट' लाई वैधानिक रूपमा के भनिन्छ?

- A) आम्दानी र खर्चको विवरण
- B) विनियोजन विधेयक (Appropriation Bill)
- C) रातो किताब
- D) आर्थिक सर्वेक्षण

Answer: B) विनियोजन विधेयक (Appropriation Bill)

Explanation: बजेट संसदमा पेश हुँदा र पास हुँदा 'विनियोजन विधेयक' को रूपमा रहन्छ।

PART 3: Job-Based Questions (Technical)

Focus: Clinical Application, Calculations, & Specific Pathologies

21. A patient with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is admitted. The nurse knows that the stimulus for respiration in this patient is:

- A) High Carbon dioxide (Hypercapnia)
- B) Low Carbon dioxide (Hypocapnia)
- C) Low Oxygen (Hypoxia)
- D) High Oxygen (Hyperoxia)

Answer: C) Low Oxygen (Hypoxia)

Explanation: In healthy people, high CO₂ drives breathing. In COPD patients, the body adapts to high CO₂, and the "Hypoxic Drive" (low O₂) becomes the primary stimulus.

22. Calculate the flow rate (drops/min) if 1000 ml of Normal Saline is to be infused over 8 hours using a macrodrip set (Drop factor = 15 gtt/ml).

- A) 20 drops/min
- B) 31 drops/min
- C) 42 drops/min
- D) 60 drops/min

Answer: B) 31 drops/min

Explanation: Formula: $\frac{\text{Total Vol} \times \text{Drop Factor}}{\text{Time in minutes}} = \frac{1000 \times 15}{8 \times 60} = \frac{15000}{480} = 31.25 \approx 31 \text{ drops/min.}$

23. Which cranial nerve is responsible for the sense of hearing and balance?

- A) Optic (II)
- B) Trigeminal (V)
- C) Vestibulocochlear (VIII)
- D) Vagus (X)

Answer: C) Vestibulocochlear (VIII)

Explanation: CN VIII (Auditory/Vestibulocochlear) handles hearing and equilibrium.

24. A patient is prescribed Digoxin. The nurse should withhold the medication and notify the doctor if the Apical Pulse is:

- A) Less than 60 bpm
- B) Less than 80 bpm
- C) More than 100 bpm
- D) Irregular but above 60 bpm

Answer: A) Less than 60 bpm

Explanation: Digoxin slows the heart rate. If the pulse is <60 (bradycardia), giving it can cause heart block or cardiac arrest.

25. The specific antidote for Magnesium Sulfate toxicity is:

- A) Calcium Gluconate
- B) Potassium Chloride
- C) Sodium Bicarbonate
- D) Protamine Sulfate

Answer: A) Calcium Gluconate

Explanation: Calcium Gluconate reverses the respiratory depression and cardiac effects of Magnesium toxicity.

26. **In a patient with "Diabetic Ketoacidosis" (DKA), which characteristic breathing pattern is observed?**

- A) Cheyne-Stokes respiration
- B) Kussmaul's breathing
- C) Biot's breathing
- D) Orthopnea

Answer: B) Kussmaul's breathing

Explanation: Kussmaul breathing is deep, rapid breathing to blow off CO₂ and compensate for metabolic acidosis in DKA.

27. **A nurse is caring for a patient with increased Intracranial Pressure (ICP). Which intervention is CONTRAINDICATED?**

- A) Elevating the head of the bed to 30 degrees
- B) Administering Stool Softeners
- C) Suctioning the airway frequently for 15+ seconds
- D) Maintaining a quiet environment

Answer: C) Suctioning the airway frequently for 15+ seconds

Explanation: Frequent or prolonged suctioning increases intrathoracic pressure, which further raises intracranial pressure (ICP).

28. **Which vaccine is kept in the freezer compartment (-15°C to -25°C) of the refrigerator?**

- A) DPT-HepB-Hib (Pentavalent)
- B) PCV
- C) Polio (OPV) and Measles
- D) Tetanus Toxoid (Td)

Answer: C) Polio (OPV) and Measles

Explanation: OPV and Measles are heat-sensitive but freeze-tolerant, so they can be stored in the freezer. Pentavalent and Td are damaged by freezing.

29. **The "Bishop Score" is used to assess:**

- A) Fetal well-being
- B) Readiness of the cervix for induction of labor
- C) Newborn maturity
- D) Risk of Postpartum Hemorrhage

Answer: B) Readiness of the cervix for induction of labor

Explanation: A high Bishop score indicates the cervix is ripe and induction is likely to be successful.

30. **Which of the following is a sign of "Severe Dehydration" in a child according to IMNCI guidelines?**

- A) Restless and irritable
- B) Skin pinch goes back slowly (less than 2 sec)
- C) Skin pinch goes back very slowly (more than 2 sec)
- D) Thirsty, drinks eagerly

Answer: C) Skin pinch goes back very slowly (more than 2 sec)

Explanation: "Very slowly" (>2 sec) indicates Severe Dehydration. "Slowly" (<2 sec) indicates Some Dehydration.

31. **The primary mechanism of action of Combined Oral Contraceptive Pills (COCPs) is:**

- A) Killing the sperm
- B) Inhibition of Ovulation
- C) Preventing implantation only
- D) Creating a barrier

Answer: B) Inhibition of Ovulation

Explanation: The estrogen and progestin mainly work by suppressing FSH and LH, thereby preventing the release of an egg (ovulation).

32. **A "Board-like rigidity" of the abdomen is a classic sign of:**

- A) Appendicitis
- B) Peritonitis/Perforated Ulcer
- C) Cholecystitis
- D) Gastritis

Answer: B) Peritonitis/Perforated Ulcer

Explanation: When an organ perforates, the leakage causes severe irritation of the peritoneum, causing muscles to become rigid (guarding).

33. **What is the correct compression depth for adult CPR?**

- A) At least 1 inch
- B) At least 2 inches (5 cm)
- C) Exactly 1.5 inches
- D) 3 inches or more

Answer: B) At least 2 inches (5 cm)

Explanation: Guidelines state compressions should be at least 2 inches (5 cm) but not more than 2.4 inches (6 cm).

34. **"Kernig's Sign" and "Brudzinski's Sign" are positive in:**

- A) Meningitis
- B) Encephalitis
- C) Tetanus
- D) Stroke

Answer: A) Meningitis

Explanation: These are classic signs of meningeal irritation.

35. **A client has a potassium level of 6.5 mEq/L (Hyperkalemia). The nurse should prepare to administer:**

- A) Potassium supplements
- B) Spironolactone
- C) Insulin with Dextrose
- D) Normal Saline bolus

Answer: C) Insulin with Dextrose

Explanation: Insulin shifts potassium from the blood into the cells, lowering serum potassium. Dextrose is given to prevent hypoglycemia.

36. **The "Whiff Test" is used to diagnose:**

- A) Bacterial Vaginosis
- B) Candidiasis
- C) Trichomoniasis
- D) Syphilis

Answer: A) Bacterial Vaginosis

Explanation: Adding KOH to vaginal discharge produces a fishy odor (positive Whiff test) in Bacterial Vaginosis.

37. **Which Burn degree involves the epidermis, dermis, and subcutaneous tissue, often appearing black or white and leathery with no pain?**

- A) First Degree
- B) Second Degree (Superficial)
- C) Second Degree (Deep)
- D) Third Degree (Full Thickness)

Answer: D) Third Degree (Full Thickness)

Explanation: Third-degree burns destroy nerve endings, so they are often painless, and the skin looks leathery/charred.

38. **In "Placenta Previa", the bleeding is typically:**

- A) Painful and dark red
- B) Painless and bright red
- C) Painless and dark red
- D) Painful and bright red

Answer: B) Painless and bright red

Explanation: Placenta Previa is characterized by sudden, painless, bright red vaginal bleeding. (Painful bleeding suggests Abruptio Placentae).

39. **To prevent "Neural Tube Defects" (like Spina Bifida), a woman should take Folic Acid:**

- A) Throughout pregnancy
- B) Only in the last trimester
- C) Pre-conceptionally (before pregnancy) and during the first trimester
- D) Only during labor

Answer: C) Pre-conceptionally (before pregnancy) and during the first trimester

Explanation: The neural tube closes by the 28th day of conception, so folic acid must be taken before and early in pregnancy to be effective.

40. **A patient on Isoniazid (INH) for Tuberculosis should be prescribed which vitamin to prevent peripheral neuropathy?**

- A) Vitamin B1 (Thiamine)
- B) Vitamin B6 (Pyridoxine)
- C) Vitamin B12 (Cobalamin)
- D) Vitamin C

Answer: B) Vitamin B6 (Pyridoxine)

Explanation: INH depletes Vitamin B6, leading to nerve damage. Supplementation is mandatory.

41. **The first line of drug for the management of Eclampsia (seizures in pregnancy) is:**

- A) Diazepam
- B) Phenytoin
- C) Magnesium Sulfate
- D) Labetalol

Answer: C) Magnesium Sulfate

Explanation: Magnesium Sulfate is the gold standard for preventing and treating seizures in eclampsia.

42. **While suctioning a tracheostomy, the nurse should apply suction for a maximum of:**

- A) 5 seconds
- B) 10 seconds
- C) 20 seconds
- D) 30 seconds

Answer: B) 10 seconds

Explanation: Suctioning should be limited to 10 seconds to prevent hypoxia and vagal stimulation.

43. **Which of the following is an "Isotonic" solution?**

- A) 0.45% Sodium Chloride
- B) 0.9% Sodium Chloride (Normal Saline)
- C) 3% Sodium Chloride
- D) 10% Dextrose

Answer: B) 0.9% Sodium Chloride (Normal Saline)

Explanation: 0.9% NaCl has the same osmolarity as blood plasma. 0.45% is hypotonic; 3% and 10% Dextrose are hypertonic.

44. **"Caput Succedaneum" in a newborn refers to:**

- A) Bleeding between skull and periosteum
- B) Edema of the scalp that crosses suture lines
- C) Hydrocephalus
- D) Fracture of the skull

Answer: B) Edema of the scalp that crosses suture lines

Explanation: Caput is diffuse edema (swelling) that crosses suture lines (unlike Cephalhematoma which does not).

45. **The "Chain of Infection" includes all EXCEPT:**

- A) Infectious Agent
- B) Reservoir
- C) Mode of Transmission
- D) Antibiotic Resistance

Answer: D) Antibiotic Resistance

Explanation: The chain includes Agent, Reservoir, Portal of Exit, Mode of Transmission, Portal of Entry, and Susceptible Host.

46. **A patient with a head injury has a clear fluid leaking from the nose. How can the nurse test if it is CSF (Cerebrospinal Fluid)?**

- A) Check for glucose (Halo sign)
- B) Check for protein
- C) Check for blood
- D) Smell the fluid

Answer: A) Check for glucose (Halo sign)

Explanation: CSF contains glucose (mucus does not). Also, a drop on gauze creates a "halo" ring.

47. **The World Health Organization (WHO) definition of "Health" includes physical, mental, and social well-being and not merely:**

- A) The absence of stress
- B) The absence of disease or infirmity
- C) The presence of wealth
- D) The ability to work

Answer: B) The absence of disease or infirmity

Explanation: Standard definition: "Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity."

48. **In a 28-day menstrual cycle, ovulation usually occurs on:**

- A) Day 10
- B) Day 14
- C) Day 20
- D) Day 28

Answer: B) Day 14

Explanation: Ovulation occurs 14 days before the start of the next period. In a 28-day cycle, that is Day 14.

49. **Which blood test is the best indicator of long-term blood glucose control (over 3 months)?**

- A) Fasting Blood Sugar
- B) Random Blood Sugar
- C) HbA1c (Glycated Hemoglobin)
- D) Glucose Tolerance Test

Answer: C) HbA1c (Glycated Hemoglobin)

Explanation: HbA1c reflects average blood sugar levels over the past 8-12 weeks.

50. **"Tetralogy of Fallot" includes all of the following defects EXCEPT:**

- A) Ventricular Septal Defect (VSD)
- B) Pulmonary Stenosis
- C) Overriding Aorta
- D) Atrial Septal Defect (ASD)

Answer: D) Atrial Septal Defect (ASD)

Explanation: Tetralogy of Fallot includes four defects: VSD, Pulmonary Stenosis, Overriding Aorta, and Right Ventricular Hypertrophy.