

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig

A minősítő neve: Rauh Edit

A minősítő beosztása: mb. főigazgató-helyettes

<b>M E G O L D Ó L A P</b>
----------------------------

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2014. november 21.**

**II. sz.**

**GYEMSZI EFF**

## **TÁJÉKOZTATÓ** **az értékelő tanár részére**

- A vizsgázók csak a kiosztott feladatlapon dolgozhatnak.
- Tévedés esetén helyes megoldásnak csak a vizsgázó egyértelmű javítása fogadható el.
- A dolgozatban előforduló esetleges hibákat, tévedéseket kérjük, feltűnően jelölgék!
- A feladatlap egységes értékeléséhez használják fel a rendelkezésükre bocsátott megoldási javaslatot!
- Ponthatáron belül a megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a csillaggal (\*) jelölt kérdéseknél.
- Tekintettel az írásmód eltérő gyakorlatára, az értékelésnél ne a helyesírást, hanem a tartalmat értékeljék a tanárok!
- A bekeretezett sorszámú kérdések (□) kizáró jellegűek.  
Az írásbeli vizsga sikertelenségét jelenti, ha a kizáró jellegű feladatnál a hallgató nem éri el az 51 %-ot.
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot!
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:
  - Megfelelt: 51 - 100 pont
  - Nem felelt meg: 0 - 50 pont

Maximálisan adható  
pontszám:

**1.\*** Ismertesse röviden az ájurvédikus orvoslás egészségképét!

**3 pont**

*A prakriti (testtípus v. alkat) megismerése és megértése az egészség fenntartásának kulcsa. A prakriti magába foglalja a három dosának az egyén számára legmegfelelőbb kombinációját, mely ideálisnak és mindenkor zsinórmértéknek tekinthető. Ennek megtartása, vagy megközelítése jelenti az egészséget. Az egyén számára mindig a saját veleszületett prakritije a legmegfelelőbb, ezért ezt kell táplálni, erősíteni megfelelő életmóddal, táplálkozással, gondolkodással, cselekvéssel.*

**2.\*** Soroljon fel hét /7/ olyan ingert, melyek az alapregulációt megváltoztatják!

**7 pont**

- vízlevonás
- pH-változás
- biokémiai változások
- mechanikai inger
- gyógyszer
- környezeti mérge
- idegimpulzus
- kémiai szabályozóanyagok

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**3.** Határozza meg - a természetgyógyászat szerint - az egészség fogalmát!

**3 pont**

*A természettel harmonizáló testi (beleértve az energetikait is), lelki, szociális és életszemléleti (szellemi) dinamikus egyensúly állapota.*

4. **Ismertesse, hogy mit tesz akkor, ha az Önhöz fordult kliensnél betegség gyanúját állapítja meg, de a kliens még nem áll orvosi kezelés alatt ezzel a betegséggel!** 1 pont

*...További orvosi szakvizsgálatra kell küldeni a beteget...*

- 5.\* **Írjon le öt /5/ lényeges elvet a Gaia filozófiából!** 5 pont

- *A bolygó, amin élünk nem holt sárgolyó, hanem intelligens – sőt szuperintelligens – élőlény.*
- *A Föld képes a homeosztázisra, vagyis az állandó állapot fenntartására, erre pedig csak az élő szervezet alkalmas.*
- *A Földnek tudata van.*
- *Túlzott fogyasztási, terjeszkedési mániánkban ugyanúgy feléljük, elpusztítjuk a környezetünket, ahogyan a rákos sejt teszi a testtel.*
- *A Föld mindenütt megteremti azt, amire a rajta élő embereknek és állatoknak akkor és ott szüksége van.*
- *A Föld biztosítja az emberek számára a betegségekre való gyógynövényeket is.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 6.\* **Soroljon fel a Dr. Oláh Andor által kidolgozott egészséges életmód kilenc pillére közül négyet /4/!** 4 pont

- *méregtelenítés*
- *helyes táplálkozás*
- *fitoterápia*
- *kapcsolat az elemekkel (napfény, víz, levegő, föld)*
- *mozgás*
- *pihenés, relaxáció*
- *jóga*
- *lelki gyakorlatok, meditáció*
- *személyiségfejlesztés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**7. Válaszoljon röviden az alábbi kérdésekre!****5 pont**

Melyik holdállásnál érdemes a tisztító kúrát elkezdni?

*...fogyó holdnál...*

Melyik planéta szimbolizálja a szívet, az aktivitást és az életerőt?

*...Nap...*

Melyik holdállás alkalmas a hosszantartó kezelések megkezdésére?

*...újhold...*

Melyik holdállásnál érdemes a növények leveleit gyűjteni?

*...növekvő holdnál...*

Melyik planéta szimbolizálja az akaratot, az erőt és a küzdőképességet?

*...Mars...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**8.\* Soroljon fel három /3/ szíverősítő gyógynövényt!****3 pont**

- *galagonya*
- *szúrós gyöngyajak*
- *árnika virága*
- *fehér fagyöngy*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**9.\* Ismertesse a növényekben gazdag étrend mellett szóló érveket! Írjon hetet /7/!****7 pont**

- *rostdús*
- *esszenciális zsírsavakban gazdag*
- *vitaminokban és ásványi anyagokban gazdag*
- *kalóriaszegény*
- *a normál bélflóra számára kedvező*
- *javítja a sav-bázis egyensúlyt*
- *csökken a telített zsírok bevitele*
- *javítja a nitrogén egyensúlyt*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**10.\* Soroljon fel a szaunázás ellenjavallatai közül hatot /6/! 6 pont**

- *szívbetegség*
- *veseelégtelenség*
- *epilepszia*
- *lymphoedema*
- *tuberkulózis*
- *gyulladásos szervi betegségek*
- *lázias állapot*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**11. Húzza alá az adekvát javallattal, technikailag kifogástalanul végrehajtott manipulációs kezelést követő várható reakciókat! 3 pont**

- a kezelés fájdalommal jár
- a kezelés fájdalomtalan
- az első kezeléskor rendszerint változatlanul marad a páciens állapota
- már az első kezelés azonnal kedvező hatású (objektív és szubjektív) tüneti javulás észlelhető
- a kezelés után közvetlenül kiújulnak és fokozódnak a tünetek
- több órás (6-18 órás) panaszmentes időszak után kiújulhatnak a tünetek és átmenetileg órákig fennállhatnak, azonban a kezelést követő nap reggelén spontán enyhülnek, illetőleg megszűnnek

(Csak a három /3/ helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több aláhúzás esetén a megoldás érvénytelen!)

**12. Húzza alá azt a leírást, amely ismerteti, hogy milyen gyakorisággal alkalmazható mobilizációs kezelés egy adott ízületben ugyanazon funkciózavar esetén! 1 pont**

- hetente egyszer
- rendszerint 3-4 napos időközökben
- naponta többször és több egymást követő napon

(Csak egy /1/ helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több aláhúzás esetén a megoldás érvénytelen!)

13. **Írja le, melyik természetgyógyászati ágazathoz tartozik, 2 pont**   
**és mit jelent a D3 jelzés!**

Ágazat: ...*homeopátia*...

Jelentése: ...*10-es alapú hígítás 3. foka*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 14.\* **Ismertesse a különböző kineziológiai rendszerek közös jellemzőit! Írjon négyet /4/!**

- *mindegyik izomteszteléssel dolgozik*
- *céljük a test energia-egyensúlyának helyreállítása, melynek következtében az öngyógyító mechanizmusok aktiválódnak*
- *nagy figyelmet fordítanak az agyféltekék integrált működésére*
- *alapkoncepciójuk a stressz oldása*
- *az alkalmazott kineziológia kivételével nem diagnosztizálnak*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 15.\* **Ismertesse a hagyományos kínai orvoslás filozófiáját! 6 pont**   
**Írjon hat /6/ jellemzőt!**

- *Filozófiája alapja a taoizmus, egészségben kell élnünk az éggel, a földdel, a többi emberrel és saját magunkkal.*
- *Természeti törvényként is felfoghatjuk, amelynek minden alá van rendelve: az ég, az ember és a föld szintjén.*
- *Filozófiai elmélete a kínai számmisztika segítségével érthető meg. A Tao a nulla, a törvény, amely létrehozza az 1-et vagy a potenciális létet.*
- *Dialektikus szemléletű, a létnek két oldala van: a Yin és Yang. Így hozza létre a két ellentétes lényeket, amely mindenhol megtalálható.*
- *A mozgás forrása a dolgok belső ellentéte, a mozgás gyökere pedig a ritmus.*
- *Az emberi lét kétoldalú, a lét és nemlét szüli egymást.*
- *Tanítása szerint az ember ne avatkozzon be a világ dolgainak természetes alakulásába.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**16. Ismertesse a nyelvdiagnózis alapját képező jellegzetes tüneteket a tibeti orvoslásban! 3 pont**

- *a Rlung betegségben szenvedők nyelve vörös, száraz, durva*
- *a Mkhrisz-Pa betegek nyelvét vastag, száraz lepedék fedi*
- *a Bad-Kan betegségre jellemző nyelv halvány, puha, nedves lepedékkel fedett*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**17. Sorolja fel az öt /5/ leghatékonyabb méregtelenítési eljárást az ájurvédikus gyógyításban (Pancsakarma-eljárások)! 5 pont**

- *terapikus hányás (vahan)*
- *izzasztásos kezelések (szvedana)*
- *hashajtás (virecsana)*
- *orron keresztüli inhalálás (nasja)*
- *beöntés-terápia (basti)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**18.\* Ismertesse a TENS - kezelés jótékony hatásait! Írjon hármat /3/! 3 pont**

- *fájdalomcsillapító*
- *elősegíti a bőrsérülések gyógyulását*
- *izomgyengülés vagy bénulás esetén a gyakori kezelés az izomszövet anyagcseréjét fenntartva erősíti az izmot*
- *kapcsolatot létesít a perifériás és központi idegrendszer között*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**19.\* Soroljon fel a gondolkodás zavarai közül hatot /6/! 6 pont**

- *felgyorsult gondolkodás*
- *lelassult gondolkodás*
- *zavaros gondolkodás*
- *túlértékelt eszme*
- *kényszerképzet*
- *fóbiák*
- *téveseszme*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



**20.\* Ismertesse az előadás módszer alkalmazásának nehézségeit a felnőttképzés során! Írjon hármat /3/!** **3 pont**

- *csekély a kapcsolat az előadó és a részt vevő között*
- *a visszacsatolás nem elegendő*
- *a szociális interakció hiánya gátolja a vitakészség fejlődését*
- *a részt vevő egyidejűleg kényszerül a beszédre figyelni, jegyzetelni, gondolkodni*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**21.\* Nevezzen meg a termoterápiában használatos tisztán meleghatású kezelések közül hármat /3/!** **3 pont**

- *meleg borogatás*
- *paraffin kezelés*
- *hőlégekamra*
- *gőzkamra*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**22.\* Írjon nyolc /8/ javasolt természetgyógyászati terápiát magas vérnyomással és érrelmeszesedéssel küszködő páciensének!** **8 pont**

- *követődiéták (reform étrend)*
- *bőjkúrák (orvosi felügyelettel)*
- *akupunktúra*
- *akupresszúra*
- *talpmasszázs*
- *Kneipp-kúrák*
- *fitoterápia*
- *légzésterápia*
- *mozgásterápia*
- *homeopátia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**23.\* Nevezzen meg hat /6/ olyan gyógynövényt, melyet gyomorfekélyben szenvedő betegének ajánl kiegészítő terápiaként!**

**6 pont**

- *ürömfű*
- *veronikafű*
- *körömvirág*
- *cickafarkfű*
- *édesgyökér*
- *angyalgyökér*
- *páztortáska*
- *kamilla*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**24.\* Soroljon fel a bőrön keresztül történő méregtelenítés módszerei közül hármat /3/!**

**3 pont**

- *szaunázás*
- *száraz ledörzsölés*
- *nap- és légfürdőzés*
- *pakolások, borogatások*
- *izzasztókúrák, fürdők*
- *sport*
- *masszázs*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)