

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig

A minősítő neve: Rauh Edit

A minősítő beosztása: mb. főigazgató-helyettes

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2012. szeptember 21.

II. sz.

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 jelöljék!
- 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.* Soroljon fel a természetgyógyászat tartalmi jellegzetességei közül ötöt /5/!

5 pont

- *tradicionális*
- *természetes módszereket, eszközöket, anyagokat, energiákat használ*
- *holisztikus szemléletű*
- *szelíd természetű*
- *preventív, életmódformáló*
- *individuális*
- *az öngyógyító mechanizmusokat aktiválja*
- *mikrorendszereket alkalmaz*
- *a gyógyító-beteg viszony partneri kapcsolatra épül*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.* Írjon hat /6/ olyan módszert, amelyet a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénéjének) megőrzésére választhat!

6 pont

- *filozófiai gondolatok feldolgozása*
- *szépirodalmi, zenei, képzőművészeti alkotások befogadása*
- *vallási gyakorlatok*
- *meditáció*
- *relaxáció*
- *természetjárás*
- *mély, bensőséges emberi kapcsolatok kialakítása*

(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.* Soroljon fel a Dr. Oláh Andor által kidolgozott egészséges életmód kilenc pillére közül nyolcat 8/!

4 pont

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

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

5.* Írjon a teljes anamnézis felvételének legfontosabb fajtái közül hatot /6/!

3 pont

- *aktuális anamnézis*
- *orvosi anamnézis*
- *célzott anamnézis*
- *személyiség anamnézis*
- *pszichológiai anamnézis*
- *saját módszer (természetgyógyászati) anamnézis*
- *fogászati anamnézis*

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

6.* Határozza meg a Nap testi-lelki egészséggel kapcsolatos hatásait! Írjon négyet/4/!

2 pont

- *az aktivitást fokozza*
- *az öntudatot erősíti*
- *az életerőt fokozza*
- *a szívre jótékony hatású*
- *a hangulatot pozitívan befolyásolja*

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

7.* Ismertesse a túlzott húsfogyasztás szervezetre gyakorolt káros hatásait! Írjon ötöt /5/! **5 pont**

- nő a koleszterin bevitel
- nő a telített zsiradék bevitel
- rosthány léphet fel
- nő a purin, nukleinsav bevitel
- a sav-bázis egyensúly savas irányba tolódik el
- a szabadgyökök mennyisége emelkedik

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8. Csoportosítsa az alábbi élelmiszerek sorszámát aszerint, hogy asztma vagy cukorbetegség esetén ajánlaná kliensének! Írja a megfelelő sorszámot a betegséghez a pontozott vonalra! **3 pont**

1. torma
2. fokhagyma
3. cukkini
4. alma
5. chili
6. szója

Asztma: ...*1, 2, 5*...

Cukorbetegség: ...*3, 4, 6*...

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

9.* Nevezzen meg az elemterápiák közül négyet /4/! **4 pont**

- *geoterápia (iszappakolás)*
- *helioterápia (napfürdő, szolárium)*
- *légzésterápia*
- *fényterápia*
- *vízgyógyászat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.* Soroljon fel négy /4/ apiterápiás terméket! 4 pont

- méz
- virágpó
- propolisz
- méhpempő
- méhméreg

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11. Húzza alá azt a gyógynövényt, amelyik nem alkalmas légúti betegségek gyógyítására! 1 pont

- mályva
- kakukkfű
- ánizs
- galagonya
- kamilla

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

12.* Soroljon fel négy /4/ homeopátiás irányzatot! 4pont

- klasszikus irányzat
- klinikai irányzat
- Nozoda terápiái irányzat
- szituációs irányzat
- komplex irányzat

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.* Határozza meg röviden az edukineziológia (EDU-K) alkalmazásának jelentőségét! 3 pont

A test és az agy, a jobb és bal agyfélteke és az agy egyéb dimenzióinak összehangolása, a látás, a hallás energetikai kiegyensúlyozása.

14.* Soroljon fel a gyomor-bélrendszeren keresztül történő méregtelenítés lehetőségei közül hatot /6/! 3 pont

- böjtkúrák
- tehermentesítő napok
- májméregtelenítés gyógynövényekkel
- epehajtás
- hasi kezelés
- masszázs
- colon hidroterápia
- beöntések

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

15.* Nevezzen meg hat /6/ fő szempontot a manuális medicina 6 pont
prevenációs lehetőségei közül!

- ismeretterjesztés
- felkutatás
- a helyes testtartásra és mozgásra nevelés, tanácsadás
- a testtartás és a mozgás javítása
- praktikus öltözködés
- megfelelő lábbeli viselete
- elhízás elkerülése, testsúlycsökkentés
- szakmaváltás, munkahelyváltás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.* Ismertesse a különböző kineziológiai rendszerek közös 2 pont
jellemzőit! Írjon négyet /4/!

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

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

17.* Jellemezze a szaunát és az egyéb forró kamrákat a megadott szempontok szerint!

5 pont

Hatásuk:

Magas hőmérsékleten, a nagy páratartalom miatt fokozódik a keringés és verejtékezés (salakanyagok kiválasztása).

Javallataik: Írjon négyet /4/!

- *hurutok*
- *bőrpanaszok*
- *alvászavar*
- *átfázások*
- *túlzott testi-lelki igénybevétel*

Ellenjavallataik: Írjon kettőt /2/!

- *elgyengülés*
- *szédülés*
- *erős szívdobogás*
- *magas vérnyomás*
- *ismert szívbetegség*
- *vérkeringési zavarok*

(Helyes válasz esetén hatásukra: 2 pont,; javallatra, ellenjavallatra: 0,5-0,5 pont adható!)

18. Húzza alá az alábbi felsorolásból a dosákat!

3 pont

- vata
- prakriti
- szatva
- pitta
- radzsasz
- kapha
- tamasz

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Több válasz aláhúzása esetén a megoldás érvénytelen!)

19.* Jellemezze a Mkhrisz-Pát a tibeti magyarázat szerint! 3 pont

Írjon hármat /3/!

- *elsődleges formája az epe, amelyet a máj termel és az epehólyag raktároz el*
- *jellemzőit megtaláljuk az egész testben a tűz, illetve a levegő elemek képezte energiák formájában*
- *a Mkhrisz-Pa képezi a test hőjét, és meghatározza a sejtek életének hosszát*
- *betegségei a haragból erednek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.* Ismertesse a kínai táplálkozásban lényeges jellemzői közül 6 pont

hatot /6/!

- *a táplálkozás alapvetően megszabja energiaszintünket és szöveteink minőségét*
- *a táplálékot átalakító szervünk a lép*
- *a helyes táplálkozás azt jelenti, hogy a táplálék minősége és mennyisége összhangban van a szervezet szükségleteivel*
- *a kínai táplálkozásban nemcsak a bevitt kalóriamennyiséggel és vitaminszükséglettel foglalkozik, hanem figyel az ételek kiegyensúlyozó energetikai hatásaira is*
- *fontos, hogy a meleg-hideg ételek aránya $\frac{2}{3}$ - $\frac{1}{3}$ legyen*
- *fontos, hogy a tej és a hús $\frac{1}{3}$ -a legyen az összes tápláléknak*
- *fontos, hogy húst mindig zöldséggel vagy gabonafélével együnk*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.* Ismertesse a betegségek külső és belső okait a 4 pont

hagyományos kínai orvoslás szerint!

Külső okok: *klimatikus tényezők, pl.: hideg, nedvesség, szárazság, meleg, forróság. Ezek többnyire akut betegségeket okoznak.*

Belső okok: *Az érzelmek energiamozgást eredményeznek és megtámadják a belső szerveket. Ezek lehetnek emóciók, pl.: düh, félelem, aggodás. Lassan kialakuló, krónikus betegségeket okoznak.*

(Helyes válaszonként 2-2 pont adható!)

- 22.* Ismertesse, hogy a gyermek fejlődése során (3-5 életév között) mely tényezők akadályozzák a szabályok és a magatartási normák beépülését a személyiségbe! Írjon kettőt /2/!** **2 pont**

- *a mintát adó személy devianciája*
- *a változó és eltérő értékrendű mintát adó személy*
- *nincs a gyermek környezetében olyan magas érzelmi kötődésű személy, akivel azonosulni akar*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 23.* Soroljon fel a termoterápiában használatos hideg kezelések ellenjavallatai közül hármat /3/!** **3 pont**

- *hidegérzékenység*
- *elégtelen szív működés*
- *vesebetegség*
- *heveny hólyaghurut*
- *végtagkeringési zavar*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 24.* Soroljon fel négy /4/ betegséget, melyre jótékony hatással van az ultraibolya sugárzás!** **4 pont**

- *angolkór*
- *pikkelysömör*
- *csont és ízületi tbc*
- *izomfájdalmak*
- *ekcéma*
- *akne*
- *ízületi megbetegedések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.* Ismertesse az alternatív és a hagyományos fizioterápia alkalmazásának jellemzőit! Írjon négyet-négyet /4-4/! **4 pont**

Alternatív fizioterápia:

- reflexes hatásra törekszik
- állapot felmérést végez a kórisme felállításához
- a holisztikus szemlélet eredményeként nem csak a testi kezelést használja a gyógykezelés során
- a diétát betegség megelőzőként és betegség esetén kiegészítő terápiaként is használja
- a kezelés során kiegészítő természetgyógyászati módszereket (fitoterápia, homeopátia, stb.) is igénybe vesz

Hagyományos fizioterápia:

- helyi hatásra törekszik
- műszeres vizsgálatokat használ a kórisme felállításához
- a gyógykezelések során előtérbe helyezi a tornakezelést
- már kialakult betegség esetén, kezelést kiegészítő diétát használ
- a kezelések során kiegészítő természetgyógyászati kezeléseket nem alkalmaz

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

26. Írja le az alábbi fizioterápiás módszerek tartalmi jelentését! **5 pont**

- helioterápia – a napfény gyógyító hatásainak felhasználása
- termoterápia – meleg vagy hideg hővel végzett kezelés
- hidroterápia – a víz műszeres felhasználása a gyógyításban
- balneoterápia – a termálos ásványvíz külső és belső felhasználása
- elektroterápia – gyengített elektromos áram felhasználása a gyógyításban

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

27.* Ismertesse, hogy húgyúti megbetegedések esetén mely szempontok szerinti kérdéseket részesíti előnyben az anamnézis felvétele során! **3 pont**
Írjon hármát /3/!

- lelki tényezőkkel kapcsolatos kérdések
- szexualitással kapcsolatos kérdések
- táplálkozással kapcsolatos kérdések
- keringéssel kapcsolatos kérdések

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)