

„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

2015. február 19.

I. 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 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 hatot /6/! **6 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. Sorolja fel, mely területeken van kölcsönhatásban a szervezet a környezetével! **3 pont**

- *energiaáramlás*
- *anyagáramlás*
- *információáramlás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3. Húzza alá az alábbi felsorolásból a dosákat! **3 pont**

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

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

4.* Határozza meg röviden az akupressúra lényegét! 2 pont

A hagyományos kínai orvoslás alapelveire épülő terápiás módszer, mely főként az ujjnyomás technikáit alkalmazza az akupunktúrás pontokon. Rendeletileg ide sorolják a köpölyözést, moxaterápiát és a fülgyertyázást.

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

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6. Sorolja fel azokat a lehetséges kérdéseket, amelyekre a hajanalízis vizsgálat végzése során választ kapunk! 4 pont

- *A táplálék ásványi anyagokban, nyomelemekben kellően gazdag-e?*
- *Felszívódnak-e az ásványi anyagok és a nyomelemek?*
- *Nagyobb tápanyagmennyiségre van-e szüksége a szervezetnek?*
- *Van-e a szervezetben toxikus nyomelem?*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.* 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!)

8.* Soroljon fel hatot /6/ az illóolajok legfontosabb általános hatásai közül!

6 pont

- *limbicus rendszeren keresztül érzelmi hatás*
- *általános nyugtatás*
- *vérnyomás-szabályozás*
- *légzéskönnyítés*
- *veseműködése-serkentés*
- *pozitív hormonhatás*
- *antimikrobás hatás*
- *epetermelés-fokozás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9. Húzza alá az alábbi felsorolásból azokat az élelmiszereket, amelyeknek magas a vastartalmuk!

4 pont

- szárított vargánya
- narancs
- zabpehely
- földimogyoró
- citrom
- csipkebogyó

(Csak a négy /4/ helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több aláhúzás esetén a megoldás érvénytelen!)

10.* Soroljon fel a váltózhany indikációi közül hatot /6/!

6 pont

- *levertség*
- *gyakori fertőzések*
- *depresszióra való hajlam*
- *elalvási zavar*
- *vérkeringési zavar*
- *hőszabályozási zavar*
- *alacsony és magas vérnyomás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11. Csoportosítsa az alábbi gyógynövényeket hatásaik alapján! Írja a sorszámokat a megfelelő csoporthoz!

6 pont

1. citromfű
2. fenyő
3. levendula
4. kakukkfű
5. fekete áfonya levél
6. háromszínű árvácska

Fertőtlenítő hatású: ...**2, 4**...

Nyugtató hatású: ...**1, 3**...

Gyulladáscsökkentő hatású: ...**5, 6**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* Soroljon fel öt /5/ magyarországi gyógyvízlelőhelyet!

5 pont

- *budai termálfürdők*
- *Bükkszék*
- *Hévíz*
- *Hajdúszoboszló*
- *Parád*
- *Csopak*
- *Balatonfüred*
- *Kékkút*
- *Igal*
- *Komárom*
- *Cserkeszőlő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13. Írja le, hogyan hat a moxaterápia az alábbiakra!

5 pont

- az endorfinszint: ...*emelkedik*...
- az immunrendszer: ...*stimulálódik*...
- a leukocytaszám: ...*emelkedik*...
- a vörösvérsejtszám: ...*emelkedik*...
- a sebgyógyulás: ...*gyorsul*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 14.* **Jellemezze a szaunát és az egyéb forró kamrákat a megadott szempontok szerint!** **5 pont**

A forró levegő élettani hatásai:

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

Javallat: Írjon négyet /4/!

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

Ellenjavallat: Írjon kettőt /2/!

- *szédülés*
- *erős szívdobogás*
- *ismert szívbetegség*
- *perifériás keringési zavarok*

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

15. **Határozza meg, mely természetgyógyászati ágazathoz tartozik és mit jelentenek az alábbi jelölések!** **4 pont**

1.: Aconitum.

2: C.

3.: 30.

Ágazat: *...homeopátia...*

Jelölések: 1.: *...homeopátiás gyógyszer kiindulási anyaga...*

2.: *...hígítási lépték (százazas)...*

3.: *...potenciálási lépések száma (30)...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.* Nevezzen meg a manuális medicina prevenciós lehetőségei közül ötöt /5/! **5 pont**

- 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!)

17.* Indokolja meg, hogy miben áll a manuálterápia holisztikus jellege! **2 pont**

A manuálterápia az ízületműködési zavar megszüntetése révén kihat az egész szervezet működésére.

18. Sorolja fel a tisztátalanságok, a salakanyagok hármását a tibeti gyógyítás szerint! **3 pont**

- széklet
- vizelet
- verejték

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19. Nevezze meg és jellemezze a tibeti orvoslás pulzustípusait! **6 pont**

- *Rlung pulzus: üres, lebegő és meg-megáll*
- *Mkhrisz-Pa pulzus: gyors, kiterjedt és hömpölygő*
- *Bad-Kan pulzus: hanyatló és lassú*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. Sorolja fel a tibeti orvoslás szerint a rendellenességeket közvetlenül kiváltó feltételeket! 4 pont

- az évszakok okozta hatások
- a kórokozók hatása
- a nem megfelelő étrend
- a helytelen életmód

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21. Ismertesse a hagyományos kínai orvoslás szerinti kezelés célját! 1 pont

A kezelés célja a Yin-Yang harmónia helyreállítása; a szervezet segítése abban, hogy visszanyerje energetikai egyensúlyát.

22.* Nevezze meg és jellemezze a hagyományos kínai orvoslás szerint a test három /3/ kincsét! 6 pont

- Shen: a szív raktározza és irányítja. Ide tartozik az öntudat és az érzelmek.
- Esszencia: kifinomult lényegünk, a mag, melyben növekedésünk, fejlődésünk, reprodukív képességünk van kódolva.
- Csi: lélekerő, életerő, lélegzet, nélküle nincs élet.

(Megnevezésre 1-1 pont, jellemzésre 1-1 pont adható!)

23.* Nevezze meg az ösztönök zavarainak három /3/ csoportját, és mindegyikre írjon egy-egy /1-1/ példát! 6 pont

- *fajfenntartás zavara: pl. frigiditás, impotencia, nimfománia, perverzitás*
- *önfenntartás zavarai: pl. anorexia, bulimia, perverzitás*
- *hiányállapotok: pl. frusztráció különböző fajtái*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)