

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:  
az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig  
A minősítő neve: Rauh Edit  
A minősítő beosztása: mb. elnökhelyettes

<b>MEGOLDÓLAP</b>
-------------------

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2015. július 23.**

**II. sz.**

**ENKK**

## **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.  **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.*

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.\*  **Ismertesse röviden az ájurvédikus orvoslás egészségképét!** **3 pont**

*A prakriti (testtípus vagy alkat) megismerése és megértése az egészség fenntartásának kulcsa. A prakriti magába foglalja a három dosának az egyén számára legmegfelelőbb kombinációját, mely ideálisnak és a mindenkori 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.*

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.\*** Ismertesse, hogy mely tényezőktől függ a Voll-féle elektroakupunktúrás vizsgálat eredménye! **3 pont**   
**Írjon hármat /3/!**

- *a mérőelektroda bőrre történő nyomásának erejétől*
- *a bőr nedvességétől*
- *a pont pontos lokalizálásától*
- *a felmérést végző tapasztalatától*

(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.** Csoportosítsa az alábbi élelmiszereket aszerint, hogy **6 pont**   
asztma vagy cukorbetegség esetén ajánlja azokat kliensének!  
**Írja a sorszámokat a megfelelő betegséghez!**

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

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

Cukorbetegség: ...*3, 4, 6*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**8.\* Soroljon fel az aromaterápiában használatos módszerek közül négyet /4/!** 4 pont

- párologtatás
- inhaláció
- lemosás
- borogatás
- fürdő
- masszázs

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**9.\* Ismertesse röviden a csikung lényegét!** 2 pont

*Kínából származó tradicionális önfejlesztő módszer, amely a meridiánenergia keringésének (a testtartásokkal, mozdulatokkal, légzéssel és a figyelem segítségével történő) irányításán alapszik.*

**10.\* Határozza meg az életmód fogalmát!** 2 pont

*Az életmód a szükségletek kielégítése érdekében végzett tevékenységek rendszere.*

**11.\* 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!)

**12.\* Indokolja meg, hogy miből adódik a manuálterápia holisztikus jellege!** 2 pont

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

13.\* Soroljon fel négy /4/ homeopátiás irányzatot!

4 pont

- *klasszikus irányzat*
- *klinikai irányzat*
- *nozóda terápiás irányzat*
- *szituációs irányzat*
- *komplex irányzat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

4 pont

- *mindegyik izomteszteléssel dolgozik*
- *céljuk a test energia-egyensúlyának helyreállítása, aminek 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.\* Határozza meg röviden a „méregtelenítő módszerek” lényegét!

2 pont

*A szervezetben felhalmozódott salakanyagok és a külvilágból bekerült mérgező anyagok kiválasztását elősegítő természetes módszerek.*

16.\* 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).*

Alkalmazásuk javallatai: Írjon négyet /4/!

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

Alkalmazásuk ellenjavallatai: 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!)

**17.\* Ismertessen a softlézer terápia ellenjavallatai közül négyet /4/!** **4 pont**

- *tumorok közvetlen besugárzása*
- *rák megelőző állapotok*
- *festékes anyajegyek*
- *emlők, pajzsmirigy, herék közvetlen besugárzása*
- *kutacsok besugárzása csecsemőknél és kisgyermekéknél*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**18.\* Ismertesse az egészséges alvóhely kritériumait! Írjon négyet /4/!** **4 pont**

- *a szobában az éjszakai hőmérséklet 20 °C legyen*
- *a fekvőfelület biztosítson optimális alátámasztást*
- *az ágynemű vegye fel az éjszakai izzadtságot*
- *az ágynemű ne tartalmazzon fémet*
- *a matrac természetes anyagból készüljön*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**19.\* Határozza meg a Sirodhara lényegét!** **5 pont**

*A Sirodhara során meleg gyógyfűvekkel dúsított szezámolajat csepegtetnek vékony sugárban a homlokra, a harmadik szem tájékára. A beteg behunyt szemmel koncentrálnak az érzéseire. A módszer tökéletesen ellazítja az idegrendszert.*

**20. Sorolja fel a betegség megjelenésének okait a buddhista felfogás szerint!** **3 pont**

- *a vágy*
- *a harag*
- *a tompultság*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**21. 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!)

**22.\* Írja le a négy éves gyermek erős töltésű érzelmeit! 3 pont**

**Írjon hármat /3/!**

- *felcserélhetetlen ragaszkodás*
- *agresszív visszautasítás*
- *a szeretet elvesztésének félelme*
- *az én-érvényesítésének vágya*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**23. 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 módszeres felhasználása a gyógyításban*  
 balneoterápia – *a termálvíz külső és belső felhasználása*  
 elektroterápia – *gyengített elektromos áram felhasználása a gyógyításban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**24.\* Soroljon fel a gyermekgyógyászatban alkalmazható természetgyógyászati terápiás módszerek közül hetet /7/! 7 pont**

- *lézerakupunktúra*
- *fitoterápia*
- *fizioterápiás módszerek*
- *egyszerű diéta*
- *kineziológia*
- *homeopátia*
- *alternatív mozgás- és masszázsterápia (AMM)*
- *EDU-kineziológia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**25.\* Ismertesse, hogy húgyúti megbetegedés esetén, mely szempontokat veszi figyelembe az anamnézis felvétele során! Írjon hármat /3/! 3 pont**

- *lelki tényezők*
- *szexualitás*
- *táplálkozás*
- *keringés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)