

„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. november 19.**

**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.**  **Sorolja fel, mely területeken van kölcsönhatásban a szervezet a környezetével!** **3 pont**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**3.\***  **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!)

**4.\***  **Soroljon fel a Dr. Oláh Andor által kidolgozott egészséges életmód kilenc pillére közül nyolcat /8/!** **4 pont**

- *méregtelenítés*
- *helyes táplálkozás*
- *fitoterápia alkalmazása*
- *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 miben különbözik a hajanalízis a vér és a vizelet ásványi anyag tartalmának vizsgálatától! Írjon négyet /4/!** **4 pont**

- *nincs napi ingadozás*
- *fájdalommentes*
- *hónapokra visszamenőleg ad felvilágosítást, nem csak az adott időpillanatról*
- *a nyomelemek pontosabban meghatározhatók a hajból, mint a vérből vagy a vizeletből*
- *az egész testről ad képet, nem csak a szervekről*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6. **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?  
*...a 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?  
*...a Mars...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 7.\* **Soroljon fel a gyomorra ható fitoterápiás gyógynövények közül hármat /3/!** **3 pont**

- *cickafark*
- *ezerjófű*
- *sárga tárnic*
- *kálmos*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**8.\* Írjon a virágpor szervezetre gyakorolt jótékony hatásai közül négyet /4/!** 4 pont

- *serkenti az anyagcsere-folyamatokat*
- *segíti a belső elválasztású mirigyek működését*
- *serkenti az immunrendszer működését*
- *erősíti a szívizom munkáját*
- *fokozza az étvágyat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

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!)

**10.\* 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!)

**11.\* Soroljon fel a bőrön keresztül történő méregtelenítés módszerei közül hatot /6/!**

**6 pont**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.\* Egészítse ki a felsorolást olyan betegségcsoportokkal, illetve állapotokkal, amelyek esetében az enzimterápia alkalmazása javasolt! Írjon nyolcat /8/!**

**8 pont**

- *érbetegségek (pl. érszűkület)*
- *légúti betegségek (pl. bronchitis)*
- *gyomor- és bélbetegségek (pl. fekélyes vastagbélgyulladás)*
- *urogenitalis fertőzések (pl. prosztatagyulladás)*
- *nőgyógyászati betegségek (pl. masztopátia)*
- *mozgásszervi betegségek (pl. reumás betegségek)*
- *műtét utáni állapot*
- *bőrbetegségek (pl. pikkelysömör)*
- *vírusfertőzések (pl. herpesz)*
- *kemoterápiás kezelés miatt létrejövő állapot (pl. mellékhatások csökkentése)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**13. Párosítsa a felsorolt módszereket az alkalmazási területtel! Írja a számok mellé a megfelelő betűt!**

**4 pont**

- |                       |                                  |
|-----------------------|----------------------------------|
| 1. Alexander-technika | A. pszichoterápia                |
| 2. Bálint-módszer     | B. rákterápia                    |
| 3. Gerson-diéta       | C. életmód (táplálkozás, légzés) |
| 4. Mazdaznan-módszer  | D. testtartást javító tréning    |

1.- ...**D**...; 2.- ...**A**...; 3.- ...**B**...; 4.- ...**C**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14. **Határozza meg a homeopátiás gyógyszerek hatóanyagainak felhasználási arányát százalékban kifejezve! Egészítse ki a táblázatot!** **4 pont**

| Hatóanyagok     | Felhasználás aránya |
|-----------------|---------------------|
| Növényi anyagok | 65%                 |
| Ásványi anyagok | 25%                 |
| Állati anyagok  | 5%                  |
| Egyéb           | 5%                  |

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

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

- 16.\* **Ismertesse a Rlung-ot („szél” életáramot) a tibeti magyarázat szerint!** **5 pont**

- *A Rlung a vágyakozásból ered.*
- *Legjellemzőbb területei: bőr, csontszövetek, ízületek, a medence tájéka, a vastagbél.*
- *Irányítja a test összes tudati és izomtevékenységét a központi és perifériás idegrendszer által.*
- *Öt különféle típusa ismeretes „életfenntartó”, „felfelé mozgás”, „széttérjedő”, „tűzserű” vagy „metabolikus”, „lefelé tisztító”.*
- *Az öt féle Rlung felelős a szívverésért, a légzés ritmusáért, a gyomor mozgásáért, valamint a test szándékos és önkéntelen mozdulataiért.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 17.\* **Nevezzen meg egy magyar népgyógyászati ismereteket gyűjtő orvos-természetgyógyászt és művei közül kettőt /2/!** **3 pont**

Név:

...*Dr. Oláh Andor*...

Műveinek címe: Írjon kettőt /2/!

- *Fűbe-fába az orvosság (Békés megyei népi orvoslás)*
- *Az idő a gazda mindenütt*
- *Reformkonyha*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18. **Mutassa be a hagyományos kínai orvoslás szerint a szervek jellegét, feladatát!** **6 pont**

Tömör (zang) szervek:

Jellegük: - *Yin jellegűek*

Feladatuk:

- *feldolgozás*
- *raktározás*

Üreges (fu) szervek:

Jellegük: - *Yang jellegűek*

Feladatuk:

- *felszívás*
- *kiválasztás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19. **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!)

- 20.\* **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!)

21. **Párosítsa az alábbi fürdőadalékokat azokkal a betegségekkel, illetve állapotokkal, melyek esetében kiegészítő kezelésként alkalmazhatók!** **4 pont**

**Írja a sorszámok mellé a megfelelő betűjelet!**

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 1. fenyő        | A. gyulladás  |
| 2. kamilla      | B. migrén     |
| 3. macskagyökér | C. klimax     |
| 4. mustár       | D. alvászavar |

1-...*C*..., 2-...*A*..., 3-...*D*..., 4-...*B*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



**22.\* Írjon öt /5/ olyan természetgyógyászati terápiás módszert, amely vastagbélfekélyben szenvedő betegnél hatásos lehet kiegészítő terápiaként!**

**5 pont**

- *akupunktúra*
- *akupresszúra*
- *speciális hasmasszázs*
- *mikrobiológiai rend-terápia*
- *funkcionális étel-miszer-kiegészítők adása, fitoszteroidok*
- *táplálkozástérápia*
- *kineziológia*
- *fitoterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)