

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig

A minősítő neve: Rauh Edit

A minősítő beosztása: mb. elnökhelyettes

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2016. április 20.

I. 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 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.** Sorolja fel a dosákat!**3 pont**

- *vata*
- *pitta*
- *kapha*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.* 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.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.* Határozza meg az alábbi - a hagyományos kínai orvoslásban használatos - alapfogalmakat!**4 pont**

Shen: kizárólag az emberre jellemző egyedi szubsztancia, az öntudat hordozója, leggyakrabban léleknek, vitalitásnak fordítják. Hozzá kötődik a jellem, életerő, élni akarás, a megkülönböztetés képessége.

Csi: fuvallat, életerő, levegő, lélegzet, életprincípium. Az egész testben meghatározott rend szerint keringő energia, mely szabályozza a szervezet felépülését, növekedését, fejlődését, védelmezi a testet és létrehozza az egyensúly állapotát.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.* Ismertesse a természetgyógyász-kliens kapcsolat legfontosabb tényezőit! Írjon hat fontos tényezőt!**6 pont**

- *egyenrangú, partneri viszony*
- *a kliens feltétel nélküli pozitív elfogadása*
- *a kliens érzéseinek empatis megértése*
- *a kliens érzéseinek pontos megértése*
- *a természetgyógyász kommunikációjának kongruenciája (hitelesség, őszinteség, nyíltság)*
- *a természetgyógyász motiváló képessége (a kliens belső erőinek aktivizálása)*
- *a természetgyógyász hozzáférhetősége, valódi jelenléte*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.* Soroljon fel négy olyan okot, mely indokolttá teszi, hogy minden természetgyógyászati tevékenységet végző személy rendelkezzen egy konzulens orvosi kapcsolattal! **4 pont**

- *folyamatosan gyógyszert szedő beteg kezelése*
- *tisztázatlan diagnózis*
- *tisztázatlan állapotváltozás*
- *diagnosztikai módszer alkalmazásának szükségessége*
- *a kezelés megkezdés vagy folytatás etikai felelősségének megítélése, ha a beteg elutasítja az orvosi kezelést*
- *nem ismert kórkép fennállása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.* Soroljon fel az anamnéziskészítés legfontosabb szabályai közül hatot! **6 pont**

- *nyugodt körülmény biztosítása*
- *a beteg és állításainak feltétlen elfogadása*
- *empátiás légkör megteremtése*
- *kitartó odafigyelés (jegyzetelés és odafigyelés helyes aránya)*
- *a „szabadon beszélni hagyni” és a célzott kérdésekre adott válaszok idejének helyes aránya*
- *összefoglaló következtetések leírása, kiemelése*
- *az anamnéziskészítés bizonyos elemeit a következő találkozások alkalmával is meg kell ismételni*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

- *cickafark*
- *ezerjófű*
- *sárga tárnics*
- *kálmos*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.* Soroljon fel az életmódot váltott embert érő negatív külső hatások közül hatot! **6 pont**

- *kigúnyolás*
- *részvét*
- *társasági kirekesztés*
- *lenézés*
- *lebeszélés*
- *ijesztgetés*
- *deviánsnak bélyegzés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9. Írja le az akupresszúra szervezetre gyakorolt hatásait! **4 pont**

- *kiegyenlíti az energiaeloszlás zavarát*
- *oldja az energiapangást*
- *keringeti az energiát*
- *befolyásolja a belső szervek működését*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10. Húzza alá az alábbi felsorolásból azokat az élelmiszereket, amelyeknek magas a vastartalmuk! **4 pont**

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

(Csak a 4 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

11.* Ismertesse a szaunázás szabályait! Írjon négyet! **4 pont**

- *elegendő időt kell rászánni (min. 2 óra)*
- *éhesen, vagy jóllakottan nem ajánlott szaunázni*
- *előtte zuhanyozni kell, majd szárazra kell törölni a testet*
- *relaxációs testhelyzetben ajánlott szaunázni*
- *szaunázás után folyadékot kell fogyasztani (gyümölcs-, zöldséglé, tiszta víz)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12. **Húzza alá az alábbi felsorolásból a manipulációs kezelésre vonatkozókat!** **6 pont**

- inadekvát alkalmazása esetén a súlyos neurovascularis szövődmények miatt halálesetek is előfordulhatnak
- igen időigényes
- a nyaki szakaszon kerülni kell az alkalmazását a sok veszélyforrás miatt
- a korszerű manuális medicinában a kezeléseknak 80-85%-át teszi ki
- látványosan effektív
- a terápiás mozgítás túllépi a passzív határt
- kétely esetén biztonságosabb, mint a mobilizáció
- állandó (obligát) kísérő jelensége az ízületi ropogás („joint snap”)
- végrehajtását átmeneti izomtónus-csökkenés kíséri, ezért a kezelt ízület azonnali terhelése állapotromláshoz vezethet

(Csak a 6 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

13.* **Ismertesse a különböző kineziológiai rendszerek közös jellemzőit! Írjon négyet!** **4 pont**

- *mindegyik izomteszteléssel dolgozik*
- *céljük a test energia-egyensúlyának helyreállítása (ennek 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!)

14.* **Soroljon fel a bőrön keresztül történő méregtelenítés módszerei közül hatot!** **6 pont**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.* Ismertesse a homeopátia/homeopátiás kezelés előnyeit! 8 pont

Írjon nyolcat!

- *serkenti a szervezet öngyógyító mechanizmusát*
- *holisztikus szemléletű*
- *a beteg az anamnézis felvétele során kibeszélheti magát*
- *a beteg aktív résztvevője a gyógyulásnak*
- *egyénre szabott*
- *nincs mellékhatása*
- *nem alakul ki allergia, függőség*
- *klasszikusan komplementer módszer*
- *nem csak tünetmentesítésre, hanem gyógyításra is alkalmas*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16. Nevezze meg a testet felépítő alkotórészeket a 7 pont

hagyományos tibeti orvoslás szerint!

- *táplálékesszencia*
- *vér*
- *izomszövet*
- *zsírszövet*
- *csontszövet*
- *csontvelő*
- *sperma, illetve pete*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* 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.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* Jellemezze a Csi különböző fajtáit! 3 pont

Öröklött Csi: *a szüleitől kapja az ember, a vesék tárolják, az élet során fokozatosan elfogy, nem növelhető*

Védő Csi: *a testfelszínen kering, biztosítja annak ellenállását a különböző kórokozókkal szemben, egy része elraktározódik*

Tápláló Csi: *ellátja az egész szervezetet, ahogy a Csi a csatornákon végighalad, aktiválja az illető szövet vagy szerv működését*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 19. 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!)

- 20.* Ismertesse az előadás módszer alkalmazásának hátrányait a felnőttképzés során! Írjon hármat! 3 pont**

- *csekély a kapcsolat az előadó és a jelenlévők között*
- *a visszacsatolás nem megfelelő*
- *a szociális interakció hiánya gátolja a vitakészség fejlődését*
- *a jelenlévők egyidejűleg kényszerülnek a beszédre figyelni, jegyzetelni, gondolkodni*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 21.* Írjon hat javasolt természetgyógyászati terápiát magas vérnyomással és érrelmeszesedéssel küszködő páciensének! 6 pont**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)