

„Korlátozott terjesztésű!”

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

MEGOLDÓLAP

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2016. január 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.* 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!)

2.* 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!)

3.* Sorolja fel a szervezet bioenergiájának eloszlása szerinti főbb energiahelyeket! Írjon kettőt!

2 pont

- csakra
- akupunktúrás és marmapontok
- vezetékek: meridián és nádi

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4. 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.

5.* Soroljon fel a Dr. Oláh Andor által kidolgozott egészséges életmód kilenc pillére közül nyolcat! **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!)

6.* Határozza meg a Kirlián-fotográfia lényegét! **3 pont**

A kéz és a láb nagyfrekvenciás térrel provokált kisugárzásának fotója. Az alkalmazott feszültség néhány száz kilohertz, melyet impulzusokban néhány másodperc alatt néhány százezerszer kiváltanak. A beteg számára nem jelent fájdalmat.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

- *nő a koleszterin bevitel*
- *nő a telített zsiradék bevitel*
- *rosthiány 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.* Soroljon fel a légúti megbetegedésekre alkalmazható gyógynövények közül hatot! **6 pont**

- *kamilla*
- *borsmenta*
- *mályva*
- *kakukkfű*
- *ökörfarkkóró*
- *erdeifenyő*
- *ánizs*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.* **Ismertesse a funkcionális ízületi blokk (FIB) leggyakoribb kiváltó okait! Írjon ötöt!** 5 pont

- *belső szervi betegség*
- *statikai hiba*
- *ép ízület hibás terhelése*
- *ízületi trauma*
- *pszichés zavar*
- *primer idegrendszeri funkciózavar*

(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

(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 törölni a testet*
- *relaxációs testhelyzetben ajánlott szaunázni*
- *szaunázás után folyadékot kell fogyasztani (gyümölcslé, zöldséglé, tiszta víz)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* **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.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.* Sorolja fel a homeopátiás gyógyszerek alapanyagait! Írjon négy példát! **4 pont**

- *növények*
- *állatok*
- *ásványok*
- *nozódák*
- *egyéb természetes eredetű anyagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.* Nevezze meg a modern manuálterápia fő irányzatait! Írjon kettőt! **2 pont**

- *kiropraktika (kiropraxis)*
- *manuális medicina*
- *oszteopátia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.* Ismertesse az egészséges alvóhely kritériumait! Írjon négyet! **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!)

16.* Határozza meg röviden a „méregtelenítő módszerek” lényegét! **2 pont**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17. Nevezze meg a testet felépítő alkotórészeket a hagyományos tibeti orvoslás szerint!

7 pont

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* Határozza meg a Sirodhara lényegét!

5 pont

A Sirodhara során meleg, gyógyfűvekkel dúsított szexuális 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!)

19.* 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.

20.* Nevezzen meg egy magyar népgyógyászati ismereteket gyűjtő orvos-természetgyógyászt és művei közül kettőt! 3 pont

3 pont

Név:

...*Dr. Oláh Andor*...

Műveinek címe: Írjon kettőt!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.* Soroljon fel a konfliktus megoldásának vagy elkerülésének lehetőségei közül ötöt! 5 pont

- *elfojtás*
- *szublimáció*
- *eltolás*
- *pótcselekvés*
- *kompenzáció*
- *tagadás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.* Soroljon fel hat betegséget, melyre jótékony hatással van az ultraibolya sugárzás! 6 pont

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.* Ismertesse az előadás módszer alkalmazásának nehézségeit 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!)

24.* Nevezzen meg öt olyan vállalkozási formát, melyben természetgyógyászati tevékenység végezhető! 5 pont

- *magánvállalkozás*
- *céggként bejegyzett magánvállalkozás (egyéni vállalkozás)*
- *közkereseti társaság*
- *betéti társaság*
- *közhasznú társaság*
- *alapítvány*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.* Soroljon fel hét olyan természetgyógyászati módszert, melyet székrekedésben szenvedő betegének tanácsol!

7 pont

- *táplálkozásterápia*
- *reflexterápia*
- *akupunktúra*
- *bélflóra rendezése*
- *hidroterápia*
- *masszázs*
- *balneoterápia*
- *homeopátia*
- *fitoterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)