

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig

A minősítő neve: Rauh Edit

A minősítő beosztása: mb. elnökhelyettes

<b>M E G O L D Ó L A P</b>
----------------------------

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2016. május 25.**

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

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

(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.\*** Írjon hét olyan ingert, melyek az alapregulációt megváltoztatják!**7 pont**

- *vízlevonás*
- *pH-változás*
- *biokémiai változások*
- *mechanikai inger*
- *gyógyszer*
- *környezeti mérge*
- *idegimpulzus*
- *kémiai szabályozóanyagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**4.\*** Sorolja fel a négy alapszövetet és azok feladatát!**8 pont**

- *hámszövet: felszínnek hézagmentes borítása*
- *kötő- és támasztószövet: védelem a mechanikai terhelés ellen*
- *izomszövet: összehúzódás-elernyedés biztosítása*
- *idegszövet: ingerületvezetés biztosítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**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.*

**7.\*** Írjon két-két illóolajat, amelyek alkalmasak a megadott hatás elérésére!

6 pont

Fertőtlenítő:

- *kakukkfű*
- *oregánó*
- *eukaliptusz*
- *citromfű*

Görcsoldó:

- *kamilla*
- *menta*
- *cickafark*

Keringésstimuláló:

- *fahéj*
- *boróka*
- *fokhagyma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

- nő a koleszterin bevitel
- nő a telített zsíradék bevitel
- rosthány 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!)

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 a rostdús táplálkozás relatív ellenjavallatait!** 4 pont

- colitis ulcerosa
- caries
- operált bélrendszer
- cukorbetegség
- elhízás
- magasvérnyomás-betegség
- gyomor- és nyombélfekély
- érlemeszesedés
- emésztőrendszeri vérzés
- skizofrénia

(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. **Határozza meg, hogy a természetgyógyászat mely ágában használatos a hasonlóság elve! Írja le a kifejezés jelentését!** **2 pont**

A természetgyógyászati ág megnevezése: ...*homeopátia*...

A kifejezés jelentése: ...*hasonló a hasonlót gyógyítja*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 13.\* **Határozza meg a homeopátiában a Materia Medica kifejezés jelentését!** **1 pont**

*Egészséges embereken végzett homeopátiás gyógyszervizsgálat során feljegyzett tünetek összessége, azaz a gyógyszerek összefoglalása.*

- 14.\* **Írja le a manuálterápia definícióját!** **4 pont**

*A manuálterápia az ízületműködés helyreállítására irányuló, reaktiváló gyógy mód, amely a terapeuta és a páciens izomerejét vagy a gravitációs erőt felhasználó szakszerű fogások mechanikai hatásán, valamint a patológias szabályozási folyamatok következményes rendeződésén alapul, és az ízület működési zavarának megszüntetése révén kihat az egész szervezetre.*

15. **Húzza alá az alábbiak közül a mobilizációra jellemző technikai sajátosságot!** **1 pont**

- a mozgásvezetés túllépi a passzív határt, melynek bekövetkeztét ízületi ropogás kíséri
- lassú, ismételt, fokozatosan növelt amplitúdójú ízületi mozgatás
- egyetlen, gyors, rövid amplitúdójú ízületi mozgatás

(Csak az 1 helyes válasz aláhúzása fogadható el! Egyéb megoldás esetén pontszám nem adható!)

- 16.\* **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 izzadságot*
- *az ágy ne tartalmazzon fémet*
- *a matrac természetes anyagból készüljön*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17. Sorolja fel az öt leghatékonyabb méregtelenítési eljárást az ájurvédikus gyógyításban (Pancsakarma-eljárások)! **5 pont**

- *terapikus hányás (vaman)*
- *izzasztásos kezelések (szvedana)*
- *hashajtás (virecsana)*
- *orron keresztüli inhalálás (nasja)*
- *beöntés-terápia (basti)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18. Írja le 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 hagyományos kínai orvoslás szerint a test három 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.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. Párosítsa az alábbi fürdőadalékokat azokkal a betegségekkel, illetve állapotokkal, melyek esetében kiegészítő kezelésként alkalmazhatók! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét! **4 pont**

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 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!)

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

**5 pont**

- *elfojtás*
- *szublimáció*
- *eltolás*
- *pótcselekvés*
- *kompensáció*
- *tagadás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**22.\* Nevezzen meg a gyermekgyógyászatban alkalmazható természetgyógyászati terápiás módszerek közül hetet!**

**7 pont**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**23.\* Soroljon fel hét olyan gyógynövényt, melyet coronaria megbetegedésben szenvedő betegének ajánl kiegészítő terápiaként!**

**7 pont**

- *galagonyavirág és galagonyalevél*
- *gyöngyvirág*
- *fokhagyma*
- *vöröshagyma*
- *citromfű*
- *orbáncfű*
- *levendula*
- *fagyöngy*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)