

„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. március 22.

IV. 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.

3.* **Írjon hat olyan módszert, amelyet a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénájának) 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.* **Határozza meg röviden az akupresszúra lényegét!****2 pont**

A hagyományos kínai orvoslás alapelveire épülő terápiás módszer, mely főként az ujjnyomás technikáit alkalmazza az akupunktúrás pontokon. Rendeletileg ide sorolják a köpölyözést, moxaterápiát és a fülgyertyázást.

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

3 pont

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7. Válaszoljon röviden az alábbi kérdésekre!

5 pont

Melyik holdállásnál érdemes a tisztító kúrát elkezdeni?

...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!)

8.* **Ismertesse a gyógynövények gyűjtésének alapvető szabályait! Írjon öt fontos szabályt!** **5 pont**

- *csak azt a növényt gyűjtjük, amelyikre szükségünk van*
- *a növénynek csak azt a részét gyűjtjük, amelyikre szükségünk van*
- *egy termőhelyről ne szedjük ki az összes növényt*
- *akkor gyűjtjük a növényeket, amikor az adott részében a hatóanyag-tartalma maximális*
- *csak annyit gyűjtünk naponta, amennyit aznap fel tudunk dolgozni*
- *az erős hatású növényeket kezeljük külön*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9. **Csoportosítsa az alábbi élelmiszereket aszerint, hogy asztma vagy cukorbetegség esetén ajánlja azokat kliensének! Írja a helyes válasz betűjelét a megfelelő helyre!** **6 pont**

- A. torma
- B. fokhagyma
- C. cukkini
- D. alma
- E. chili
- F. szója

Asztma: ...**A, B, E**...

Cukorbetegség: ...**C, D, F**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.* **Nevezzen meg az egészséges életmódra nevelés természet- gyógyászati módszerei közül hármat!** **3 pont**

- *egyéni terápia (életmód tanácsadás)*
- *kiscsoportos foglalkozás (életmód klub)*
- *bentlakásos komplex program (életmód tábor)*
- *rendszeres utógondozás (követéses életmód klub)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.* Soroljon fel nyolc magyarországi gyógyvízlelőhelyet! 8 pont

- *budai termálfürdők*
- *Bükkszék*
- *Hévíz*
- *Hajdúszoboszló*
- *Parád*
- *Csopak*
- *Balatonfüred*
- *Kékkút*
- *Igal*
- *Komárom*
- *Cserkeszőlő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* 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!)

13.* Soroljon fel négy arthrokinematikai kifejezést, amely a patológiás ízületműködés (kóros mobilitás) jelölésére szolgál! 4 pont

- *hipomobilitás*
- *funkcionális ízületi blokk (FIB)*
- *hipermobilitás*
- *instabilitás*
- *immobilitás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 14.* Jellemezze a szaunát és az egyéb forrókamrákat a megadott szempontok szerint! 8 pont**

A forró levegő élettani hatásai:

Magas hőmérsékleten (a nagy páratartalom miatt) fokozódik a keringés és a verejtékezés (salakanyagok kiválasztása).

Alkalmazásuk javallatai: Írjon négyet!

- *hurutos megbetegedések*
- *bőrpanaszok*
- *alvászavar*
- *átfázás*
- *túlzott testi-lelki igénybevétel*

Alkalmazásuk ellenjavallatai: Írjon kettőt!

- *szédülés*
- *erős szívdobogás*
- *ismert szívbetegség*
- *perifériás keringési zavarok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 15.* 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.

- 16. Határozza meg (számokban kifejezve) a homeopátiában használatos D, C, LM hígítás nagyságrendjét! 3 pont**

D = ...*10*...

C = ...*100*...

LM = ...*50.000*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

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

18. 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!)

19.* Ismertesse a hagyományos kínai orvoslás filozófiáját! Írjon hat jellemzőt! 6 pont

- *Filozófiája alapja a taoizmus, egészségben és harmóniában kell élnünk az éggel, a földdel, a többi emberrel és saját magunkkal.*
- *Természeti törvényként is felfoghatjuk, amelynek minden alá van rendelve: az ég, az ember és a föld szintjén.*
- *Filozófiai elmélete a kínai számmisztika segítségével érthető meg. A Tao a nulla, a törvény, amely létrehozza az 1-et vagy a potenciális létet.*
- *Dialektikus szemléletű, a létnek két oldala van: a Yin és Yang. Így hozza létre a két ellentétes lényeket, amely mindenhol megtalálható.*
- *A mozgás forrása a dolgok belső ellentéte, a mozgás gyökere pedig a ritmus.*
- *Az emberi lét kétoldalú, a lét és nemlét szüli egymást.*
- *Tanítása szerint az ember ne avatkozzon be a világ dolgainak természetes alakulásába.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. Sorolja fel az ájurvédikus gyógyszerek, gyógytermékek készítéséhez használható alapanyagokat! 5 pont

- *elsősorban gyógynövények*
- *állati termékek (tehéntej, bivalytej, szukatej, kecsketej, állati vizelet)*
- *ásványok*
- *fémek*
- *drágakövek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.* Ismertesse a TENS-kezelés jótékony hatásait! Írjon hármat! 3 pont

- *fájdalomcsillapító*
- *elősegíti a bőrsérülések gyógyulását*
- *izomgyengülés vagy bénulás esetén a gyakori kezelés az izomszövet anyagcseréjét fenntartva erősíti az izmot*
- *kapcsolatot létesít a perifériás és központi idegrendszer között*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.* Nevezzen meg négy olyan állapotfelmérő módszert, melyet magasvérnyomás-betegségben szenvedőknél lehet alkalmazni! 4 pont

- *vizuális diagnosztika*
- *alarmpontok vizsgálata*
- *reflexzónák vizsgálata*
- *zavarómezők keresése*
- *íriszdiagnosztika*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)