

„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. november 16.

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 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!
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot!
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:
 - Megfelelt: 71 - 100 pont
 - Nem felelt meg: 0 - 70 pont

Maximálisan adható
pontszám:

1.* Ismertesse a természetgyógyászati tevékenységet végzőkkel szemben támasztott elvárásokat! Írjon négyet! **4 pont**

- *felkészült és kompetens legyen*
- *rendelkezzen önismerettel*
- *legyen hiteles*
- *legyen jó kondícióban fizikailag és mentálisan*
- *rendelkezzen empátiával*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.* Írja le a salakanyagra vonatkozó ismereteit a megadott szempontok szerint! **4 pont**

Salakanyag fogalma:

Az életfunkcióink fittsége, a szervezet regenerációja, és gyógyulási folyamatainak eredményessége szempontjából haszontalan, idegen vagy túlzott mennyiségben jelen levő belső vagy külső eredetű molekulák és azok anyagcseretermékei.

Salak jellemzői: Írjon kettőt!

- *teher a szervezet anyagcseréje számára*
- *nehezíti, blokkolja a normális biokémiai és élettani folyamatokat: az immunműködést, az anyagcserét, az adaptációs képességet, és valamennyi szervrendszer működését, regenerációs és más önszabályzó képességeket*
- *a salakanyagok többsége savas vagy semleges kémhatású*

(Helyes válaszonként fogalomra 2 pont a jellemzőkre 1-1 pont adható!)

3.* Írja le az ökológiai lábnyom fogalmát! **2 pont**

Olyan mutatószám, amely kifejezi egy embernek vagy egy adott területen élő népességnek a természetre gyakorolt hatását. Az ökológiai lábnyom az a terület, ami károsodás nélkül meg tudja termelni az egyén vagy csoport aktuális életviteléhez szükséges javakat – élelmiszert, energiát stb.

4.* Sorolja fel és jellemezze a stressz fázisait!**6 pont**

- *alarmreakció: valamilyen külső vagy belső stresszor hatására a szervezetben lezajlik az élettani stresszválasz, amelynek következtében fokozott szimpatikus túlsúly jön létre*
- *adaptációs fázis: a szervezet alkalmazkodik az új helyzethez, majd egy idő után visszaállítja a normál élettani értékeket*
- *kimerülési fázis: ha a stressz túl hosszú ideig áll fenn, vagy a szervezetet újabb stressz hatások érik, mielőtt az adaptációs szakasz lecsengene, a szervezet kimerül és károsodik*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5. Sorolja fel a hagyományos tibeti orvoslás szerint a test élettani alkotóit!**3 pont**

- *három testnedv*
- *hét alkotórész*
- *három salakanyag*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6. Húzza alá az alábbiakban felsoroltak közül azokat a módszereket, amelyeket a hagyományos kínai gyógyászat alkalmaz!**4 pont**

- csakra harmonizálás
- köpölyözés
- urinoterápia
- moxaterápia
- homeopátia
- akupunktúra
- euritmia
- neurálterápia
- jóga
- csikung

(Csak a 4 helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több aláhúzás esetén a megoldás érvénytelen!)

7. **Párosítsa a gunákat (lelki beállítottság, kötőerő) a jellemzőikkel! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!** **3 pont**

- | | |
|-------------|--|
| 1. tamasz | A. aktivitás, szenvedély, harag – tigris tulajdonságai |
| 2. radzsasz | B. tisztaság, azonosság, hitelesség, tudás – hattyú, békés tehén tulajdonságai |
| 3. szattva | C. lustaság, tunyaság, tompaság, tudatlanság – krokodil tulajdonságai |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.* **Ismertesse a népi gyógyítók tudásának megszerzési lehetőségeit!** **6 pont**

A népi gyógyítók tudásukat többféleképpen szerezhették, egyrészt más idősebb, tapasztalt javasoktól, sokszor családi örökségként. Egyes helyeken, például Bács megyében a gyógyító tudást a gyógyító mindig ellenkező nemű személynek adta át. Sokszor származásuk révén nyerték el a különleges címet: pl. hetedik gyerekként, vagy foggal születtek, mint a táltos.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.* **Sorolja fel a szaunázás ellenjavallatait! Írjon négyet!** **4 pont**

- *súlyos szívbetegség (angina pectoris, szívelégtelenség, szívritmuszavar)*
- *epilepszia, idegrendszeri betegségek*
- *leromlott állapot, műtétet követő felépülés*
- *fertőző bőrbetegségek*
- *akut gyulladások*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.* **Írjon három apiterápiás terméket!** **3 pont**

- *méz*
- *virágpó*
- *propolisz*
- *méhméreg*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11. Húzza alá az indiai (ajurvédikus) masszázásra jellemző meghatározásokat! **4 pont**

- A masszázs elsősorban a pitta dósára hat.
- A masszázs elsősorban a vata dósára hat.
- A masszázs elsősorban a kapha dósára hat.
- A masszázs fontos része a marma pontok kezelése.
- A kezelés során fontos szerepet kapnak az olajok.
- A kezelés fő formái: hideg vagy meleg, olajos vagy száraz masszázs.
- A masszázs célja, a test asszimetriájának helyreállítása.

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

12.* Soroljon fel a szekunder prevenció elemei közül hetet! **7 pont**

- *tüdőszűrés*
- *méhnyakrákszűrés*
- *bőrrákszűrés*
- *prostatarákszűrés*
- *végbél- és vastagbélrákszűrés*
- *mellrákszűrés*
- *vérnyomásmérés*
- *vérképvizsgálat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.* Soroljon fel olyan betegségcsoportokat, illetve állapotokat, melyek esetében az enzimterápia alkalmazása javasolt! Írjon nyolcat! **8 pont**

- *érbetegségek (pl. érszűkület)*
- *légúti betegségek (pl. bronchitis)*
- *gyomor- és bélbetegségek (pl. colitis ulcerosa)*
- *urogenitalis fertőzések (pl. prostatagyulladás)*
- *nőgyógyászati betegségek*
- *mozgásszervi betegségek*
- *műtét utáni állapot*
- *bőrbetegségek (pl. pikkelysömör)*
- *vírusfertőzések (pl. herpesz)*
- *tumorok*
- *geriátriai kórképek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 14.* Ismertesse a homeopátiában alkalmazott, a betegségek gyógyulási szabályai közül a Hering-szabályt! 4 pont**

A krónikus betegség időben visszafelé, belülről kifelé, a létfontos szervektől a kevésbé fontos felé és felülről lefelé gyógyul.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 15.* Soroljon fel öt normál bélflórát károsító tényezőt! 5 pont**

- *egyoldalú, helytelen táplálkozás*
- *rossz emésztés*
- *környezetszennyező anyagok*
- *egyes gyógyszerek*
- *allergiák*
- *tartós stressz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 16.* Soroljon fel a diagnosztikai mikrorendszerek közül nyolcat! 8 pont**

- *fülkagyló*
- *írisz*
- *talp*
- *tenyér*
- *skalp*
- *nyelv*
- *arc*
- *ajak*
- *szájüreg*
- *fogsor*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 17. Sorolja fel a fizikális vizsgálat részeit magyarul! 6 pont**

- *megtekintés*
- *tapintás*
- *kopogtatás*
- *hallgatóság*
- *szaglás*
- *ízlelés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* Ismertesse a termoregulációs diagnosztika lényegét! 3 pont

A bőr hőmérsékletének mérése alaphelyzetben, majd hőmérsékleti (hideg) provokáció után. Így a második mérés alkalmával a bőr különböző területeinek hőszabályozási (regulációs) képességéről ad felvilágosítást.

19.* Írjon nyolc javasolt természetgyógyászati terápiát magas vérnyomásban és érelmeszesedésben szenvedő páciensének! 8 pont

- *diéta*
- *böjtkúra*
- *akupunktúra*
- *akupresszúra*
- *Kneipp-kúrák*
- *fitoterápia*
- *légzésterápia*
- *mozgásterápia*
- *homeopátia*
- *antropozófus orvoslás*
- *pszichés nyugalom támogatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.* Soroljon fel a prosztatamegnagyobbodás kezelésére szolgáló növényi anyagok közül ötöt! 5 pont

- *szójakivonatok*
- *gránátalma-kivonatok*
- *csalánggyökér-kivonatok*
- *héj nélküli tökmagkivonat*
- *fűrészpálma-kivonatok*
- *pygeum africanum kivonat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21. Írja le, mely csontok törnek jellemzően osteoporosis betegség esetén! 3 pont

- *csigolyák*
- *csukló csontjai*
- *combnyak*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)