

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig

A minősítő neve: Dr. Páva Hanna

A minősítő beosztása: főigazgató-helyettes

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2017. július 12.

II. sz.

ÁEEK

TÁJÉKOZTATÓ **az értékelő tanár részére**

- A vizsgázók csak a kiosztott feladatlapon dolgozhatnak.
- Tévedés esetén csak az egyértelmű javítás - a helytelen válasz áthúzása, a vizsgázó aláírásával és a dátummal ellátva - 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.* Írjon hat olyan módszert, amelyet a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénéjének) megőrzésére, a kiégés megelőzésére választhat! 6 pont

- *meditáció*
- *relaxáció*
- *természetjárás*
- *mély, bensőséges emberi kapcsolatok kialakítása*
- *keleti mozgásgyakorlatok*
- *keleti légzőgyakorlatok*
- *vitalitásgenerátorok alkalmazása (nevetés, érintés, testmozgás)*
- *munka változatosabbá tétele (önképzés, kutatás, tanítás)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2. Sorolja fel a három legfontosabb nádit! 3 pont

- *pingala*
- *ídá*
- *szusumná*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.* Írja le, hogy mitől függ a protonkoncentráció (savasság)! Írjon nyolcat! 8 pont

- *életkor*
- *diéta jellege*
- *az élelmiszerek minősége*
- *az elfogyasztott kémiai anyagok mennyisége és fajtái*
- *a légzés minősége*
- *fizikai megterhelés mértéke*
- *betegségek fennállása*
- *edzettség*
- *a szervezet általános állapota*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4. **Húzza alá azokat a módszereket, amelyeket a hagyományos kínai gyógyászat alkalmaz!**

4 pont

- csakra harmonizálás
- köpölyözés
- urinoterápia
- moxaterápia
- homeopátia
- akupunktúra
- eurytmia
- neuráalterápia
- jóga
- csikung

(Csak a 4 helyes válasz aláhúzása esetén adható pont! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

5. **Párosítsa az ájurvédikus orvoslás szerinti embertípusokat a hozzájuk tartozó jellemzésükkel!**

3 pont

Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!

- | | |
|---------------------|--|
| 1. Kapha embertípus | A. jól fejlett izomzat; érzékeny a melegre; vezető típus; hajlamos a haragra |
| 2. Vata embertípus | B. vaskosabb alkat; érzelmi emberek; elégedett, nem szereti a változásokat; intézményeket, létesítményeket hoz létre; vagyongyűjtő |
| 3. Pitta embertípus | C. sovány; fizikailag aktív, de hamar kifárad; beszédes, fejlett intellektus; nehezen dönt; figyelme gyorsan elterelődhet |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6. **Sorolja fel a népi gyógyászat gyógynövény-használatának forrásait!**

3 pont

- *mágikus eredetű gyógynövényhasználat*
- *megfigyelésen és tapasztalaton alapuló gyógynövényhasználat*
- *átvétel nyomán meghonosodott alkalmazás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.* Sorolja fel a nyálka betegségeire jellemző tüneteket a tibeti orvoslás szerint! Írjon hatot! 6 pont

- kellemetlen teltségérzés a gyomorban
- hányinger, hányás
- a beteg nem érez különbséget az ízek között
- gyomorkidülldés
- gyakori, kellemetlen szagú böfögés
- fizikai és szellemi elnehezülés
- hidegségérzet

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.* 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 fizikai tulajdonságainak felhasználása a gyógyításban
- balneoterápia – a termálvíz külső és belső felhasználása
- elektroterápia – gyengített elektromos áram felhasználása a gyógyításban

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.* Ismertesse az antioxidáns anyagokat az alábbi szempontok szerint! 5 pont

A., Fogalma:

A szabad gyökök megsemmisítésére, lekötésére alkalmas anyagok.

B., Antioxidánsok szintjét növeli: Írjon hármat!

- *szelén bevitele*
- *cink bevitele*
- *A-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *E- vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *C- vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*

(Helyes válasz esetén az „A” részre 2 pont, a „B” részre 1-1 pont adható!)

10.* Soroljon fel öt olyan szempontot/szabályt, melyeket az illóolajok veszélytelen felhasználása érdekében figyelembe kell venni! 5 pont

- az allergiás, vagy bőrbeteg személyeknél alkarpróbát kell végezni
- higítatlan olajokat soha, vagy csak ritkán és egészen célzott módon szabad használni
- megfelelő minőségű illóolajok alkalmazása
- biztonsági okokból várandós kismamáknál egyáltalán nem ajánlott az illóolajok alkalmazása
- egyes illóolajok (menták, eukaliptusz) alkalmazása 6-8 év alatti gyermekeknél ellenjavallt
- az illóolajokat sötét, zárt helyen, alacsony hőmérsékleten és lehetőleg szárazon kell tárolni, figyelni kell a lejáratati időre

(Helyes válaszonként 1-1pont adható!)

11.* Írja le a tajcsi csuan mozgáskép jellegzetességeit! 2 pont

Lágy, megszakítás nélküli, körkörös, egymásba folyó mozdulatokból áll, amely azonban nagy energiákat mozgat meg a testben.

12.* Ismertesse a hasonlósági szabályt a megadottak szerint! 2 pont

A szabály lényege: *...a betegség olyan gyógyszerrel gyógyítható, amely egy egészséges embernél a betegségünk tüneteéhez hasonlót fog kiváltani...*

A szabályt alkalmazó természetgyógyászati ág: *...homeopátia...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.* Soroljon fel a neuráalterápia ellenjavallatai közül négyet! 4 pont

- *allergia*
- *véralvadási zavarok*
- *véralvadásgátló kezelés*
- *fertőzőeses bőrbetegségek*
- *tumorok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.* Soroljon fel a fluortúladagolás következményei közül nyolcat! **8 pont**

- *enzimgátlás, emésztési zavarok*
- *sejtoxidáció-csökkenés*
- *a szájflóra és a tápcsatorna működését segítő baktériumok szaporodásának gátlása*
- *a szénhidrátlebontás és az izmok tejsavtermelésének csökkenése*
- *véralvadásgátlás*
- *a fluor felhalmozódik a szervezetben, csontelváltozások, szervelváltozások*
- *vesebetegség*
- *légzőrendszeri problémák*
- *szívkárosodás*
- *idegrendszeri zavar*
- *allergia és allergiás bőrfolyamatok*
- *a pajzsmirigy működési zavara*
- *vérképzőrendszeri-problémák*
- *fejlődési rendellenességek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.* Ismertesse a bélbaktériumok jelentőségét! **4 pont**

Nemcsak a béltraktus lokális védekezésében, hanem az immunrendszer állandó „ébredésében”, egyes anyagcsere-folyamatok szabályozásában és néhány vitamin szintézisében is közrejátszanak.

16.* Sorolja fel a termoregulációs diagnosztika segítségével készíthető hőszabályozási grafikonok jellemzőit a megadott szempontok szerint! **7 pont**

Normális hőkép jellemzői:

- *hőmérséklet-csökkenés fentről lefelé figyelhető meg*
- *nincs oldaldifferencia*
- *a második méréskor a törzsön, a test két oldalán azonos mértékű, kb. 0,5-1,0 °C hőmérséklet-csökkenés, a fej területén pedig ennél enyhébb hőmérséklet-emelkedés következik be*

A kóros eredmények típusai:

- *regulációs merevség*
- *korlátozott reguláció*
- *túlszabályzás*
- *paradox reakció: a szokásoshoz képest ellenkező irányba tér ki a második mérési érték*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* Jellemezze Mayr-diagnosztika szuboptimális egészségi állapotát! 3 pont

A normálistól már eltérő jelek észlelhetők, de a páciens még semmilyen betegségtünetet nem érez. Így néma károkról beszélhetünk. Mivel a páciens ereje teljében és minden tünettől mentesnek érzi magát, ezért nem tesz semmit a betegsége megelőzéséért.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* Soroljon fel a fül vizsgálata esetén látható vizuális jelek közül hatot! 6 pont

- *hámlások*
- *hólyagok*
- *göbök*
- *kifekélyesedések*
- *bőrpír, vagy más elszíneződések*
- *foltok*
- *berepedések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.* Írjon le hat olyan akut állapotot, amikor a természetgyógyásznak orvoshoz kell küldenie a beteget! 6 pont

- *nagy, görcsös hasi fájdalom*
- *akut, eddig nem ismert légzési nehezítettség*
- *ájulás, eszméletvesztés*
- *akut kettős látás*
- *baleset után, ha felmerül a belső sérülés, vagy törés gyanúja*
- *ismert krónikus betegség hirtelen állapotromlása*
- *végtagokba sugárzó háti - nyaki fájdalom*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.* Nevezzen meg a vizelethajtó hatású gyógynövények közül kettőt! 2 pont

- *gyermekláncfű*
- *aranyvesszőfű*
- *nyírfalevél*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21. Csoportosítsa a felsorolt módszereket a prevenció szintjei szerint! 8 pont

1. szénhidrátfogyasztás csökkentése
2. glaukómaszűrés
3. funduskamerás szűrés
4. szemspecifikus kombinációjú vitamin szedése
5. természetes zöld és sárga festékanyagot tartalmazó zöldségek fogyasztása
6. komputeres dioptriaszűrés
7. látótérszűrés
8. a maradék látás megőrzése - komplementer látásfejlesztés

Primer prevenció: ...1., 4., 5....

Szekunder prevenció: ...2., 3., 6., 7....

Tercier prevenció: ...8....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)