

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig

A minősítő neve: Dr. Páva Hanna

A minősítő beosztása: főigazgató-helyettes

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

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2017. október 11.**

**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. Sorolja fel azokat az ingereket, melyek az alapregulációt megváltoztatják!** **8 pont**

- *vízlevonás*
- *pH-változás*
- *biokémiai változások*
- *mechanikai ingerek*
- *gyógyszerek*
- *környezeti mérgek*
- *idegimpulzus*
- *kémiai szabályozóanyagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**2.\* Ismertesse a pufferoldatok fogalmát, jelentőségét!** **4 pont**

Fogalma: *Az olyan oldatokat, amelyeknek a pH-ja bizonyos határok között állandó, pufferoldatoknak nevezzük.*

Jelentősége: *A pufferek egymásba kapcsolódó finom kémiai szabályozórendszert alkotnak, melynek végső célja a hidrogénion-koncentráció állandóságának biztosítása. A szervezet szabályozórendszere, enzimei csak néhány tizedes pH-eltérést képesek elviselni károsodás nélkül.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**3.\* Sorolja fel a passzív házak energiaforrásait! Írjon hármat!** **3 pont**

- *a napsugárzás*
- *az épületben tartózkodó emberek teste*
- *az épületben lévő műszaki berendezések működése által kisugárzott hő*
- *a földhő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**4.\* Ismertesse a magatartás-tudomány fő célkitűzését! 3 pont**

*Az emberi viselkedés törvényszerűségének és fejlesztési lehetőségeinek kutatása, különös tekintettel az ember és környezete közötti kölcsönhatásokra.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

- *terapikus hányás (vahan)*
- *hashajtás (virecsana)*
- *orron keresztüli olajos kezelés (nasja)*
- *beöntés-terápia (basti)*
- *érvágás (rakta móksana)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**6. Húzza alá a tibeti orvoslás szerint a szél típusra jellemző meghatározásokat! 4 pont**

- a középkorúak hajlamosabbak a betegségeire
- a nyirkos helyek a gyarapodását segítik elő
- rendellenességei a nyár folyamán a legjellemzőbbek
- a napszakok tekintetében a rendellenességek este és közvetlenül hajnal előtt jellemzőek
- a forró, száraz területeken jobban növekszik
- rendellenességei elsősorban tavasszal, illetve szürkületkor és hajnalban lépnek föl
- idősebb életkorban hajlamosabbak a betegségeire
- időszakai az őszi, a délután és az éjszaka
- a legifjabbak hajlamosabbak a betegségeire
- hideg, szeles vidékek inkább kedveznek a terjedésének

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

**7. Sorolja fel a betegségek okainak eredetét a népi orvoslás szerint! 4 pont**

A betegség okai gyökerezhetnek:

- *az egyénen belül*
- *a természeti világban*
- *a társadalmi világban*
- *a természetfeletti világban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**8. Párosítsa a felsorolt hangmegnyilvánulásokat az Öt Fázis 5 pont**   
**szerint! Írja a sorszámokat a megfelelő fázishoz!**

1. nevetés
2. éneklő, skandáló
3. nyögő, sóhajtozó
4. hangos beszéd, kiabálás
5. síró, siránkozó

FA: ...4....

TÚZ: ...1....

FÖLD: ...2....

FÉM: ...5....

VÍZ: ...3....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**9.\* Ismertesse a szaunázás szervezetre gyakorolt hatásait! 5 pont**   
**Írjon ötöt!**

- *javítja a vérkeringést*
- *stimulálja, harmonizálja az immunrendszert*
- *méregtelenít*
- *stresszoldó*
- *enyhíti az izomlázatot*
- *javítja a bőr vérellátását*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**10.\* Soroljon fel az infravörös sugárzás lehetséges mellékhatásai közül hatot! 6 pont**

- *fájdalom*
- *felhólyagzás*
- *szemkárosodás*
- *karcinogenezis*
- *polimorf fényreakció*
- *szeplősödés*
- *elastosis*
- *bőrráncosodás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**11.\* Soroljon fel a gyógysportoláson belül a ciklikus sportágak 3 pont**   
**terápiás előnyei közül hármat!**

- *a légző- és keringési rendszer intenzívebb működésének kiváltásával az egész szervezetre hatnak (oxigénellátás, anyagcsere, kiválasztás elősegítése)*
- *a ritmikus ismétlődés jó hatással van az idegrendszerre, gyakran segít a szervezet felborult ritmusának helyreállításában*
- *minimális a sérülésveszély, mivel nincsenek hirtelen mozdulatok, irányváltások és nem kell az ellenfelekhez, vagy a társakhoz alkalmazkodni*
- *a terhelés pontosan beszabályozható*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.\* Fogalmazza meg röviden az alkoholos 3 pont**   
**gyógynövénykivonatok előnyeit!**

*Használatukkal elkerülhetővé válik a fűvek romlása, előregedése, a gyógyerő nagyobb része megmarad, s gyakorlatilag korlátlan ideig megőrizhető.*

**13.\* Soroljon fel két tényezőt, amely részt vesz az ízületi 2 pont**   
**normomobilitás meghatározásában!**

- *életkor*
- *nem*
- *testalkat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**14. Írja le a homeopátiában akut betegség esetén keresett 4 pont**   
**négy teljes értékű helyi tünet elemeit!**

- *etiológia (betegség kiváltó oka)*
- *lokalizáció (a test azon része, ahol a tünet jelentkezik)*
- *érzések, tünetek jellege (mit érez pontosan)*
- *modalitások (mitől enyhül/erősödik a beteg tünete, illetve általános állapota mitől romlik vagy javul)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**15. Nevezze meg az antropozófus gyógyászat alapjait lerakó személyeket! 2 pont**

- *Rudolf Steiner*
- *Ita Wegmann*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**16.\* Soroljon fel hét esetet, amikor kineziológiát alkalmaz! 7 pont**

- *alacsony önértékelés*
- *allergia, asztma*
- *alvásproblémák*
- *depresszió*
- *emésztőrendszeri problémák, fekélybetegségek*
- *energiahiányos állapotok kezelése, állandó fáradtság*
- *evészavar*
- *érzelmi traumák feldolgozása: válás, haláleset, hirtelen változások, munkahelyváltás, elbocsátás*
- *fájdalomcsökkentés*
- *feszültségből adódó magas vérnyomás*
- *félelmek kezelése*
- *kapcsolati problémák*
- *meddőség, impotencia, menstruációs problémák*
- *mozgásszervi betegségek*
- *stresszcsökkentés*
- *szorongás*
- *tanulási problémák*
- *tartásjavítás*
- *viselkedészavarok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**17.\* Írjon a teljes anamnéziszfelvétel legfontosabb részei közül hatot! 6 pont**

- *aktuális anamnézis*
- *orvosi anamnézis*
- *célzott anamnézis*
- *személyiség anamnézis*
- *pszichológiai anamnézis*
- *saját módszer (természetgyógyászati) anamnézis*
- *fogászati anamnézis*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18. Egészítse ki a kínai alkattanra vonatkozó táblázatot!

6 pont

	<b>jin-típusú alkat</b>	<b>jang-típusú alkat</b>
<i>izomzat</i>	zsírpárnás	határozott kidolgozottságú izmokkal rendelkezik
medence	<i>széles</i>	<i>szűk</i>
fejtartás	<i>lehajtva tartja a fejét</i>	<i>egyenesen tartja a fejét</i>
<i>viselkedés</i>	nehézkés, rugalmatlan	gyors, alkalmazkodó

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19. Párosítsa a nyelv színeit a különböző szervek működési zavaraihoz! Írja a betűjel mellé a helyes válasz sorszámát!

5 pont

- A. zöldes
- B. vörös
- C. sárga
- D. fehér
- E. feketés

1. gyomor-lép
2. vese-húgyhólyag
3. máj-epehólyag
4. szív
5. tüdő

A.- ...*3*... B.- ...*4*... C.- ...*1*... D.- ...*5*... E.- ...*2*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.\* Soroljon fel öt lehetőséget a „burn out” szindróma kezelésére!

5 pont

- *jóga*
- *reformétrend*
- *meditáció*
- *túrázás*
- *kocogás*
- *úszás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



**21.\* Soroljon fel hat tényezőt, ami szerepet játszik a reumatológiai betegségek kialakulásában!**

**6 pont**

- *genetikai örökség*
- *mozgásszervek relatív vagy abszolút túlterhelése*
- *fokozódó mennyiségű stressz*
- *mozgáshiány*
- *tartáshibák*
- *túlsúly*
- *táplálkozási hibák*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**22. Egészítse ki az alábbi mondatot!**

**4 pont**

A nőgyógyászati gyulladások esetén a kezelés célja: a kórokozók elpusztítása, az egészséges vaginaflóra helyreállítása, az öngyógyító mechanizmusok serkentése, a hormonális egyensúly létrehozása.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)