

„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

2018. február 13.

I. 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 (mentálhigiéniájának) 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.* **Egészítse ki az alábbi mondatokat!** **2 pont**

Az emberi szervezet mint „bonyolultan szervezett rendszer” önszabályozó, önszervező képességgel rendelkezik, amely mindig a homeosztázis/egyensúlyi állapot fenntartására törekszik. Ezt az önmagát helyreállító, egyensúlyban tartó képességet nevezik regulációnak/regulációs rendszernek.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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

Salakanyag fogalma:

A szervezet számára haszontalan, idegen vagy túlzott mennyiségben jelen levő belső vagy külső eredetű molekulák és azok anyagcseretermékei.

Salak jellemzői: Írjon kettőt!

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

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

4.* Határozza meg a voyeur hajlam lényegét! 2 pont

A személy visszaretten az élet megélésétől, ezért a mások életébe való „belekíváncsiskodással” igyekszik pótszerhez jutni.

5. Húzza alá az alábbi felsorolásból a dosákat! 3 pont

- vata
- prakriti
- szatva
- pitta
- radzsasz
- kapha
- tamasz

(Csak a 3 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

6. Párosítsa a felsorolt érzékeléseket az Öt Fázis szerint! Írja a sorszámokat a megfelelő fázishoz! 5 pont

1. beszéd
2. hallás
3. ízézés
4. szaglás
5. látás

Fa: ...**5**...

Tűz: ...**1**...

Föld: ...**3**...

Fém: ...**4**...

Víz: ...**2**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7. Sorolja fel a tibeti orvoslás szerint az epe öt fajtáját! 5 pont

- *metabolikus epe*
- *színtelenítő epe*
- *meghatározó epe*
- *látató epe*
- *színező epe*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8. Sorolja fel a népi gyógyászat gyógynövény-használatának 3 pont
forrásait!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.* Írja le a mai európai táplálkozás általános 10 pont
problémáit a megadott szempontok szerint!
Írjon öt-öt példát!

Túlzott bevitel az alábbiakból:

- *kalória*
- *zsír*
- *koleszterin*
- *állati fehérje*
- *szénhidrát (finomított)*
- *só*
- *környezeti mérgek*

Alacsony bevitel az alábbiakból:

- *telítetlen zsírsavak*
- *rostok*
- *vas*
- *kálium*
- *magnézium*
- *vitaminok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.* Fogalmazza meg röviden a keleti mozgásrendszerek 4 pont
gyakorlásának elsődleges célját!

A mozgás, a légzés, a tudat összehangolása, és a testi működések tudatosítása.

11.* Soroljon fel a gyógynövényes fürdők használatának indikációi közül hatot! **6 pont**

- *légúti fertőzések*
- *megfázások*
- *reumatikus mozgásszervi betegségek*
- *bőrproblémák*
- *stressz*
- *alvászavarok*
- *levertség*
- *fáradtság*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* Ismertesse a szaunázás során alkalmazott felöntések lényegét! **4 pont**

Illatos gőzök (illóolajok) belélegzése szaunázás során, melyek a bőr pórusain keresztül bejutnak a szervezetbe. Speciális élettani hatásuk szerint frissíthetnek, vagy lazíthatnak.

13.* Nevezze meg a modern manuálterápia fő irányzatait! Írjon kettőt! **2 pont**

- *kiropraktika (kiropraxis)*
- *craniopathia*
- *osteopathia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.* Soroljon fel a C-vitamin-hiány fő tünetei közül hetet! **7 pont**

- *érfalak gyengülése*
- *fáradékonyság*
- *gyengeség*
- *sebgyógyulási zavarok*
- *depresszió*
- *parodontopathiák*
- *immundepressziók*
- *antioxidáns-képesség csökkenése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15. **Ismertesse a miazmákat az alábbi szempontok szerint!** 6 pont

Fogalma:

A miazmák a betegségek alapvető okai/gyökerei.

Fajtái:

- *pszórikus miazma*
- *szikotikus miazma*
- *szifilitikus miazma*
- *tuberkulotikus miazma*
- *karcinóma miazma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16. **Húzza alá a felsoroltak közül a Voll-féle elektroakupunktúrás vizsgálatra vonatkozó helyes megállapítást!** 1 pont

- A Voll-féle vizsgálattal időt és pénzt takaríthatnának meg, ha költséges röntgenvizsgálatok helyett alkalmaznák.
- A Voll-féle vizsgálattal akár orvos nélkül is megállapítható, hogy a betegnek melyik gyógyszerre lenne szüksége.
- A Voll-vizsgálat semmilyen klinikai vagy laboratóriumi eredményt nem képes helyettesíteni.
- A Voll-féle vizsgálat olyan műszeres vizsgálati módszer, melynek segítségével a betegségek egymástól precízen differenciálhatók és objektívvé tehetők.

(Csak az 1 helyes válasz aláhúzása esetén adható pont! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

17.* **Soroljon fel nyolc lehetséges szivárványhártya elváltozást!** 8 pont

- *sugárnyalábok eltolódása*
- *a hártya megszakadása*
- *a hártya szétnyílása*
- *a hártya befelhősödése*
- *világosabb, vagy sötét foltok*
- *pigmentálódások*
- *elszíneződések*
- *rések*
- *kráterek (crypták)*
- *bemélyedések (lacunák)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18. Jellemezze a Mu vagy alarm (riadóztató) pontokat!**4 pont**

A kínai orvoslás számon tart olyan akupunktúrás pontokat, amelyek fokozott nyomásérzékenysége a hozzá tartozó szerv működési zavarát jelezheti.

E pontok a törzs elülső részén helyezkednek el.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

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*
- *csalángyökér-kivonatok*
- *héj nélküli tökmagkivonat*
- *fűrészpálma-kivonatok*
- *pygeum africanum kivonat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 21.* Egészítse ki a daganatmegelőzéssel kapcsolatos táblázatot! Írjon egy-egy szekunder prevenció lehetőségét! **5 pont**

szerv	szekunder prevenció
méhnyak	kenetvételezés
végbél	<i>rectalis vizsgálat, rektoszkópia, kolonoszkópia</i>
mamma	<i>ultrahang, mammográfia</i>
bőr	<i>megtekintés, szövettan</i>
prosztatata	<i>PSA, rectalis vizsgálat, ultrahang</i>
tüdő	<i>mellkasröntgen</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)