

„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*

**2018. június 7.**

**III. 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.\* Ismertesse a természetgyógyászati tevékenységet végzők magatartásával/személyével 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 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.).*

**3.\* 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!)

**4. Nevezze meg a három legfontosabb nádit!**

**3 pont**

- *pingala*
- *idá*
- *szusumná*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5. Nevezze meg a testet felépítő alkotórészeket a hagyományos tibeti orvoslás szerint!

7 pont

- táplálékesszencia
- vér
- izomszövet
- zsírszövet
- csontszövet
- csontvelő
- sperma, illetve pete

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6. Párosítsa az ájurvédikus orvoslás szerinti embertípusokat a hozzájuk tartozó jellemzőkkel!

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 ember; 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!)

7.\* Ismertesse a hagyományos kínai orvoslás szerint a vér rendellenességeihez tartozó vérhiányt a megadott szempontok alapján!

8 pont

Oka: a csökkent vérvézés és az erős vérzés

Tünetei: Soroljon fel hatot!

- szédülés
- szívdobogásérzés
- fénytelen vagy fehér arc
- sápadt ajkak és nyelv
- gyenge pulzus
- álmatlanság
- szemkáprázás
- magas vérnyomás
- száraz bőr
- törékeny haj

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 8.\* Fogalmazza meg röviden a csikung gyakorlása során alkalmazott gyógyító hangok hatását a szervezetre!** **2 pont**

*Az egyes hangok különböző minőségű rezgésekkel rendelkeznek, melyek befolyásolják a szervezet, elsősorban az idegrendszer működését.*

- 9.\* Soroljon fel öt csípős anyag tartalmú gyógynövényt!** **5 pont**

- fekete mustármag
- fehér mustármag
- fokhagyma
- torma
- gyömbér
- paprika

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 10.\* Írjon le a fototerápia alkalmazásának mellékhatásai közül hármat!** **3 pont**

- felhólyagzás
- fájdalom
- bőrkárosodás
- szemkárosodás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 11. Csoportosítsa az alábbi táplálékokat a megadott szempontok szerint! Írja a helyes válasz sorszámát a megfelelő helyre!** **6 pont**

1. sárgabarack
2. sárgarépa
3. brokkoli
4. sárgadinnye
5. alma
6. aszalt szilva

Antioxidáns anyagokat tartalmaz: ...1., 2., 4....

Bélműködést javítja: ...3., 5., 6....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 12.\* Írja le a homeopátiára használt holisztikus gyógymód kifejezés lényegét! 2 pont

*A gyógyszer kiválasztásakor az egész embert testi-lelki egységként veszi figyelembe.*

13. Egészítse ki a táblázatot az akupunktúras csatornák szájüregi kapcsolódásaival! 10 pont

<i>szív- vékonybél</i>	<i>lép (hasnyálmirigy)- gyomor</i>		<i>tüdő-vastagbél</i>		<i>máj-epe</i>	<i>vese-hólyag, genitális app.</i>		maxilla
8	7	6	5	4	3	2	1	
bölcsességfog	nagyörlők		kisörlők		szemfog	metszőfogak		
<i>szív- vékonybél</i>	<i>tüdő-vastagbél</i>		<i>lép (hasnyálmirigy)- gyomor</i>		<i>máj-epe</i>	<i>vese-hólyag, genitális app.</i>		mandibula

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 14.\* Sorolja fel a Three in One Concepts (One Brain) természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb eszközeit! Írjon ötöt! 5 pont

- *viselkedési barométer*
- *izomtesztelés*
- *érzelmi stresszoldó technikák*
- *korregresszió*
- *jövőprogresszió*
- *ujjmódok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15. Nevezze meg az enzimterápia ellenjavallatait! 3 pont

- *véralvadási zavarok*
- *májkárosodás*
- *vesekárosodás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**16.\* Soroljon fel a természetgyógyászatban használt pszichológiai jellegű tesztek közül hármat!**

**3 pont**

- *pozitív gondolkodás teszt*
- *a stressz hatásait mérő tesztek*
- *a pszichológiai immunrendszert mérő tesztek*
- *életminőség-kérdőívek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**17. Párosítsa össze az arc fő ingerzónáit a kivetüléseikkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!**

**4 pont**

- A. orrcimpa vonala alatt a száj vonaláig
- B. fülek melletti sávok
- C. járomcsont körüli sáv
- D. szemüreg vízszintes vonalától az elülső hajvonalig

1. felső végtag
2. húgyhólyag, vese, köldök
3. arc, fej, torok, tüdő, szív, mell
4. gerinc, hát

A.- ...**2**..., B.- ...**4**..., C.- ...**1**..., D.- ...**3**....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**18. Sorolja fel a szervi projekciók szabályait!**

**7 pont**

- *lateralitásszabály*
- *szegmentszabály*
- *szekunder zónák*
- *szegmenttúllépés szabálya*
- *tünetek oldalkereszteződése*
- *izomfeszülési tünet*
- *Head-féle maximálpont*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**19.\* 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.*

**20. Írja le a nőgyógyászati kiegészítő kezelés fontos pilléreit! 3 pont**

- *góckeresés*
- *testi- lelki méregtelenítés*
- *bél- és vaginálflóra feljavítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**21. Húzza alá azokat a fitoterápiás szereket, amiket 4 pont**   
**magas vérnyomás kezelésére alkalmaz!**

- fagyöngy
- csalánlevél
- mezei zsurló hajtás
- fokhagyma
- bodza virág
- kamilla virág
- olajfa
- citromfű
- kakukkfű levél
- édesgyökér

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

**22. Sorolja fel a fülzúgás (tinnitus) esetén alkalmazható 7 pont**   
**komplementer terápiás lehetőségeket!**

- *salaktalanítás*
- *testsúlyrendezés*
- *neuráalterápia*
- *akupunktúra*
- *manuális medicina*
- *craniosacralis terápia*
- *nyaki, háti speciális masszírozások*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)