

„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. november 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.* Írja le a Gaia filozófia lényegét!****4 pont**

A Föld egyetlen nagy élőlény, amelynek „testszövetét” a talaj, a vizek, a levegő és az élőlények adják. A Föld fő összetevői – a talaj, a légkör (atmoszféra), az óceánok és a bioszféra (élő anyag) – egymással kölcsönhatásba lépve komplex, önszabályozó rendszert alkotnak, ami kialakítja és fenntartja azt az optimális fizikai és kémiai környezetet, amely az élethez szükséges. A homeosztázis fenntartásához szükséges legfontosabb funkciói: szabályozza a földfelszín hőmérsékletét, a légkör összetételét, a tengervíz sótartalmát – azokat az alapfeltételeket, amelyek az élőlények és önmaga fennmaradásához szükségesek.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2. Sorolja fel a stresszállapot tartós fennállása esetén jelentkező pszichés problémákat!**4 pont**

- *szorongás*
- *tanult tehetetlenség*
- *depresszió*
- *poszttraumás stressz-szindróma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.* 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!)

4.* Sorolja fel a másoknak való segítségnyújtás (proszociális viselkedés) háttérében álló indíttatásokat! Írjon hármat!**3 pont**

- *önjutalmazás*
- *azonosulás*
- *viszonzás reménye*
- *a külső elismerés kivívása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.* 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!)

6. Párosítsa az éghajlati tényezők és a szervek állapot-rosszabbodásának összefüggéseit az Öt Fázis szerint! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**5 pont**

1. szél
2. meleg, nyári forróság
3. nedvesség
4. szárazság
5. hideg

Szívbeteg állapotja rosszabbodik: ...**2**....Tüdőket károsítja: ...**4**....Vesét károsítja: ...**5**....Lép működését zavarja: ...**3**....Máj működését gyengíti: ...**1**....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7. 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!)

8. Nevezze meg a szél öt különféle típusát a tibeti orvoslás szerint! 5 pont

- *fenntartó szél*
- *felfelé tartó szél*
- *széletterjedő szél*
- *tűzszerű szél*
- *lefelé tisztító szél*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9. Sorolja fel a komplex Kneipp-kúra összetevőit! 5 pont

- *vízkuira*
- *rendterápia*
- *táplálkozástérápia*
- *mozgástérápia*
- *fitoterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.* Írja le röviden a Hay-féle választó étrend alapelvét! 2 pont

Jelentős szénhidrát tartalmú és jelentős fehérjetartalmú ételek nem fogyaszthatók együtt, ezeket semleges étellel pl. zöldséggel, salátával kell enni.

11. Csoportosítsa az alábbi gyógynövény részeket a bennük lévő hatóanyag kivonási módjához! Írja a helyes válasz sorszámát a megfelelő helyre! 4 pont

1. virágok
2. gyökerek
3. kérgék
4. levelek

Főzet: ...*2.,3.*...

Forrázat: ...*1.,4.*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12. **Húzza alá az akupresszúrára jellemző meghatározásokat! 3 pont**

- Az akupresszúrát eszköz nélkül, vagy eszközzel végezzük.
- Az akupresszúra elsődleges technikája a nyomás.
- Öngyógyításra is alkalmas.
- A kezelés a csakrákban kialakult blokkot oldja.
- Alkalmazható a vegetatív idegrendszer áthangolására.
- A kezelés beindítja a nádikban az energia áramlását.

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

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

Fogalma:

A szabad gyökök megsemmisítésére, lekötésére alkalmas anyagok.

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 válaszonként 1-1 pont adható!)

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

- *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.* **Írja le az antropozófus gyógyászat egészségfogalmát! 2 pont**

Egészséges az a szervezet, amelynek jövőbeli lehetőségei nem korlátozódnak idejekorán, az illető egyensúlyban öregszik.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.* Soroljon fel hatot a biológiai fogászatban használt reflexterápia alkalmazási területei közül!

6 pont

- *fájdalomcsillapítás (fogfájás)*
- *fogínygyulladás*
- *fogínyvérzés*
- *hányingercsökkentés*
- *mandulagyulladás*
- *orrmelléküreg-gyulladás*
- *szorongásoldás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* Ismertesse az egészség háromszögének alkotóelemeit a megadott szempontok szerint! Töltse ki a táblázatot!

3 pont

	Terület megnevezése		
	strukturális terület	kémiai terület	érzelmi terület
Hozzá kapcsolódó faktorok: Írjon egyet-egyét!	- <i>izmok</i> - <i>csontok</i> - <i>a test egész statikája</i>	- <i>táplálkozás</i> - <i>vegyi anyagok jelenléte</i>	- <i>mindennapi stressz</i> - <i>önértékelés</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18. Sorolja fel a vér oxigenizálásán alapuló terápiákat!

3 pont

- *oxigénterápia (O₂)*
- *ózonterápia (O₃)*
- *hematogén oxidációs terápia (HOT-UVB)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19. Párosítsa össze a Mayr-diagnosztika által meghatározott kifejezéseket a nekik megfelelő rövidítésekkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát! 5 pont

- A. lapockatávolság
- B. nagyhas-térfogat
- C. lordózismérték
- D. nyakhossz
- E. hastérfogat

- 1. HL
- 2. BM
- 3. SA
- 4. LO
- 5. GBM

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 20.* 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!)

- 21.* Határozza meg a lábszárfekély fogalmát! 7 pont

A lábszárfekély keringési elégtelenség miatt kialakuló, előbb elvékonyodó, majd elpusztuló, így hiányos, gyulladásokkal, nedvezésekkel, bakteriális felülfertőződésekkel tarkított bőrterület.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22. **Csoportosítsa az alábbi gyógynövényeket a vesekő távozását segítő kezelések szerint! Írja a helyes válasz betűjelét a megfelelő helyre!** **5 pont**

- A. festőbuzér (*Rubia tinctorum*)
- B. aranyvesszőfű (*Solidago sp.*)
- C. tövises iglice (*ononis spinosa*)
- D. gyermekláncfű (*taraxacum officinale*)
- E. nyírfalevél (*betula pendula*)

görcsoldó: ...**C**...

vízajtó: ...**B, D, E**...

kőoldó: ...**A**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.* **Soroljon fel hat komplementer kezelést amely szívélégtelenség esetén alkalmazható!** **6 pont**

- *légzésterápia*
- *fitoterápia*
- *fizikális gyógy módok*
- *életmódváltás*
- *antropozófus orvoslás*
- *hagyományos kínai orvoslás*
- *homeopátia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24. **Húzza alá a felsoroltak közül a szemfenékbetegségek kialakulásában szerepet játszó tényezőket!** **3 pont**

- dohányzás
- mozgásszegény életmód
- normál vérkoleszterinszint
- állandó napfényben végzett munka
- vitaminszegény étrend
- zsírszegény étrend

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