

**Egészségügyi Szakképző és
Továbbképző Intézet**
1085 Budapest, Horánszky u. 15.

M E G O L D Ó L A P

írásbeli vizsga
természetgyógyászati alapmodul
2001. június 19.

TÁJÉKOZTATÓ az értékelő tanár részére

- A vizsgázók csak a kiosztott feladatlapon dolgozhatnak.
- Tévedés esetén helyes megoldásnak csak a vizsgázó egyértelmű javítása 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!
- A bekeretezett sorszámú kérdések () kizáró jellegűek.
Az írásbeli vizsga sikertelenségét jelenti, ha a kizáró jellegű feladatnál a hallgató nem éri el az 51 %-ot.

– Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot!

– Maximálisan adható pontszám: 100 pont

– Ponthatárok:

Megfelelt: 51 - 100 pont

Nem felelt meg: 0 - 50 pont

Maximálisan adható
pontszám:

1. **Írja le a csakrák - energiaközpontok fogalmát!** **2 pont**

Az ember körül kialakuló energiamező sűrűsége nem egyenletes, hanem helyileg erősen inhomogén. Azokat a helyeket, ahol az energia-eloszlás sűrűsége a sokszorosnál nagyobb, csakráknak nevezzük.

2. **Soroljon fel a Magyarországon elfogadott természet-
gyógyászati ágak közül négyet /4/!** **2 pont**

- akupresszúra
- alternatív mozgás-masszázs terápia
- életmód-tanácsadás és terápia
- reflexzóna terápia
- fitoterápia
- fülakupunktúrás addiktológiai eljárások
- kineziológia
- bioenergetikát alkalmazó módszerek

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

- 3.* **Sorolja fel azokat a pszichés tulajdonságokat, amelyekkel
a természetgyógyászoknak rendelkezniük kell! (Írjon
négyet /4/!)** **2 pont**

- hiteles személyiség
- pozitív beállítottság
- holisztikus szemlélet
- rendelkezzen önismerettel
- mentes az omnipotencia (mindenhatóság) vágyától
- empátiás készség

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

4.* Nevezzen meg hat /6/ olyan betegséget, amelyeknek rehabilitációs kezelése esetén, feltétlenül szoros orvosi együttműködés szükséges a természetgyógyászati kezelés alatt! 3 pont

- *Inzulin- illetve gyógyszerfüggő diabetes mellitus*
- *gyógyszerfüggő hipertónia*
- *endokrinológiai betegség*
- *krónikus vesebetegség*
- *gyógyszerszedésre kötelezett szívbetegség*
- *epilepszia és más gyógyszerzedéssel járó krónikus neurológiai folyamat*
- *gyógyszerszedéssel járó krónikus progresszív ízületi gyulladások*
- *gyógyszerszedéssel járó gyomor- és vékonybélfekély*
- *gyógyszerszedéssel járó colitis ulcerosa*
- *daganatos megbetegedések*

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

5.* Ismertesse röviden az anamnézis készítés célját! 3 pont

- *A beteg személyiségével kapcsolatos individuális sajátosságokról, életmódjáról, betegségről adatok gyűjtése.*
- *A kezelési terv felállításához, minden szükséges információ rendelkezésre álljon.*
- *Annak eldöntése, hogy szükséges –e más szakember segítségét is igénybe venni.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.* Sorolja fel az anamnézis készítés legfontosabb szabályait! 6 pont
(Írjon hatot /6/!)

- *Nyugodt körülmény biztosítása*
- *A beteg feltétlen elfogadása*
- *Empátiás légkör teremtése*
- *Spontán beszélgetéssel kezdeni*
- *Irányított kérdésekkel folytatni*
- *Kitartó odafigyelés (jegyzetelés és odafigyelés helyes aránya)*
- *A "szabadon beszélni hagyni" és a célzott kérdésekre adott válaszok időszakának helyes aránya.*
- *Összefoglaló következtetéseket leírni, kiemelni.*
- *Az anamnézis bizonyos elemeit a következő találkozások alkalmával is meg kell ismételni, és a fentiek aktuális megitélése minden betegtalálkozáskor kötelessége a gyógyítónak*
- *Kerülni kell a szuggesztív kérdések feltevését.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.* Ismertesse a lábfej- és talpflexológia terápiás jelentőségét! (Írjon ötöt /5/!) **5 pont**

- *mozgósítja a szervezet öngyógyító erőit*
- *helyreállítja és serkenti a testnedvek keringését (vér, nyirok)*
- *szabályozza a hormontermelő mirigyek működését*
- *csillapítja a fájdalmat*
- *oldja a testi és lelki feszültséget*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8. Sorolja fel, mely területeken van kölcsönhatásban a szervezet a környezetével! **3 pont**

- *energiaáramlás szinten*
- *anyagáramlás szinten*
- *információáramlás szinten*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9. Nevezze meg, hogy a Hold mely időszakára alkalmas fogyó és tisztítókúrákra! 1 pont

fogyó hold

10. Fogalmazza meg röviden az iriszdiasztika lényegét! 2 pont

Olyan vizsgálati módszer, amely a szem szivárványhártyájának és a környező szöveteinek vizsgálatával (sclera, a sclera erei, pupilla) felméri a szervezet egészének, a szövetek, a szervrendszerek és a szervek funkcionális és strukturális állapotát, az alkati sajátosságok figyelembevételével.

11. Írja le, hogy az ajurvédikus gyógyászat szerint milyen tünetek alakulnak ki az alábbi egyensúlyzavarok esetén! (Mindegyikhez írjon kettőt-kettőt /2-2/!) 3 pont

Vata egyensúlyzavara: *kólika, görcs, hidegrázás, reszketés, fájdalom*

Pitta egyensúlyzavara: *gyulladás, láz, gyomorégés, hőhullám*

Kapha egyensúlyzavara: *vértolulás, duzzadt nyálkahártyák, kövérség, folyadék-visszatartás, letargia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12. Határozza meg röviden a "Hagyományos tibeti gyógy-módok" lényegét! 3 pont

- *A hagyományos tibeti gyógyászat a buddhista filozófiára épülő holisztikus gyógyítórendszer.*

- *Fő terápiás módszereit a tibeti diasztika eredményei szerint egymással kombinálva alkalmazzák:*

diéta, életmód, gyógyszerek (gyógynövény-, ásvány-, állati termék), és un. külső gyógymódok, pl. a moxaterápia.

- *Életnedvei: szél, epe, nyálka.*

13. Sorolja fel a tibeti medicina alapvető diagnosztikai eljárásait! 3 pont

- megfigyelés
- tapintás
- kikérdezés

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14. Sorolja fel a Hagyományos Kínai Orvoslás szerint a test Három Kincsét! 3 pont

- eszencia
- csi
- shen (szellem)

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.* Sorolja fel a népi gyógyászatban az egészség helyreállítására alkalmazott lehetőségeket! (Írjon hármat /3/!) 3 pont

- népi gyógyító anyagok alkalmazása
- népi manuálterápia alkalmazása
- fitoterápia
- ráolvasás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16. Határozza meg az egészség fogalmát a természetgyógyászat szemlélete alapján! 2 pont

A természettel harmonizáló testi (beleértve energetikai is), lelki, szociális és életszemléleti dinamikus egyensúly állapot.

- 17.* Soroljon fel az egészséget befolyásoló belső és külső tényezők közül hármat-hármat /3-3/! 3 pont

Belső tényezők:

- pozitív - negatív gondolkodás
- kommunikációs képesség
- aktivitás - passzivitás
- belső harmónia- diszharmónia
- világkép
- életcél - céltalanság

Külső tényezők:

- filozófiák, vallások
- művészet
- természeti környezet
- mesterséges környezet
- harmónia – diszharmónia a környezettel
- szennyezett környezet
- szennyezett gondolatok (bosszú, gyűlölet stb.)

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

18. Ismertesse a gyógynövények gyűjtésének alapvető szabályait! 5 pont

- csak azt a növényt gyűjtjük, amelyikre szükségünk van
- a növénynek csak azt a részét gyűjtjük, amelyre szükségünk van
- egy termőhelyről ne szedjük ki az összes növényt
- akkor gyűjtjük a növényeket, amikor az adott részében a hatóanyagok maximálisak
- csak annyit gyűjtünk naponta, amennyit aznap fel tudunk dolgozni

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.* Sorolja fel az illóolajok öt /5/ legfontosabb általános hatását! **5 pont**

- limbikus rendszeren keresztül érzelmi hatás
- általános nyugtatás
- vérnyomás szabályozás
- légzés könnyítés
- veseműködés serkentés
- pozitív hormonhatás
- antimikrobás hatás
- epetermelés fokozás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.* Soroljon fel öt /5/ olyan problémát, amelyek esetében a kineziológia eredményesen alkalmazható! **5 pont**

- | | |
|--------------|---------------------|
| - allergiák | - viselkedészavarok |
| - depresszió | - meddőség |
| - függőségek | - pánikbetegség |
| - migrén | |

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21. Ismertesse a testi méregtelenítő módszereket, mindegyekre írjon kettő-kettő /2-2/ példát! **6 pont**

- bőrön keresztül történő méregtelenítés (szauna, száraz ledörzsölés, nap- és légfürdőzés, pakolások, borogatások, izzasztókúrák, fürdők, sport)
- gyomor – bélrendszeren keresztül történő méregtelenítés (böjt-kúrák, tehermentesítő napok, ajurvédikus hánytató, hashajtó, béltisztító módszerek, májméregtelenítés gyógynövényekkel, epehajtás, hasi pakolás, hasi kezelés, masszázs, kolon hidrotérápia, beöntések)
- vesén keresztül történő méregtelenítés (bő folyadékbevitel, gyógyteák, fitoterápiás készítmények)
- tüdőn keresztül történő méregtelenítés (légzőgyakorlatok, légzésterápia, sport)

(Módszerekre: 0,5-0,5 pont; példákra: 0,5-0,5 pont adható!)

22. Ismertesse, hogy mit tesz akkor, ha kliense az ön javas- **3 pont**

lata ellenére sem akar orvoshoz fordulni!

- *felhívjuk a figyelmét az orvosi vizsgálat vagy kezelés el-
hagyásának veszélyeire*
- *nyilatkozatot készítünk (ez alá íratjuk a véleményét,
hogy később legalább jogi értelemben tisztán látható legyen
a két fél szándéka)*
- *ha felmerül a gyanú, hogy a beteg az orvosi vizit kihagyá-
sával helyrehozhatatlan egészségkárosodást szenved, akkor
tájékoztatni kell a konzulens orvost*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23. Sorolja fel a moxakezelés fajtáit! **4 pont**

- *űröm moxa*
- *égi moxa*
- *elektromos moxa*
- *moxapamacs*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24. Írja le az alábbi alacsony potenciájú, növényi alapanyagú homeopátiás szerek hatásait! (Mindegyikhez írjon kettő-kettő /2-2/ példát!) **3 pont**

calendula (körömvirág):

*külsőleg sebek, fekélyek, sérülések, nagy fájdalom és
vérvettség utáni kimerülés, heg- és keloidképződés
megelőzésére, máj eredetű sárgaság kezelésére*

Avena sativa (zab):

nyugtató, enyhe altató, segít a drogfüggőség csökkentésében

ginseng (száritott gyökérből)

testi, szellemi, szexuális erőtlenség, depresszió kezelésére

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

25.* Ismertesse, hogy az egészséges alvóhelynek mely feltételeknek kell megfelelni! Írjon négy /4/ feltételt! **4 pont**

- *optimális alátámasztást biztosítson*
- *az éjszakai hőmérséklet 20 C° legyen*
- *vegye fel az éjszakai izzadságot, ami fontos a méregtelenítés szempontjából*
- *ne tartalmazzon fémet*
- *természetes anyagokból készüljön*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.* Nevezzen meg három /3/ olyan fitoterápiás terméket, melyet szívgyengeség esetén az orvosi kezelés kiegészítéseként ajánlana kliensének! **3 pont**

- *szúrós gyöngyajakfű*
- *galagonyavirág – levél*
- *tengeri hagyma*
- *leander*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

27.* Írja le, hogy a székrekedésben szenvedő betegének milyen életmódra vonatkozó tanácsokat adna! Írjon ötöt /5/! **5 pont**

- *rendszeresen táplálkozzon*
- *rostdús ételeket fogyasszon*
- *sok folyadékot igyon*
- *fogyasszon lenmagot, aszalt szilvát, fügét sok folyadékkal*
- *rendszeresen mozogjon*
- *lehetőleg mindennap azonos időben ürítse székletét*
- *relaxáljon*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

28.* Ismertesse a fagyöngy lehetséges hatásait daganatos betegségek esetén! Irjon ötöt /5/! **5 pont**

- *javul az általános állapot*
- *stabilizálódik a testsúly, javul az étvágy*
- *a vegetatív ritmus helyreáll*
- *a fájdalom csökken*
- *javul a vérkép*
- *csökken a tumornövekedés*
- *csökken a kiújulás veszélye*
- *csökken az áttétképződési hajlam*
- *a citosztatikumok és az irradiáció mellékhatásai csökkennek*
- *csökken az ascites és a pleurális folyadékgyülem és annak újratermelődése*
- *a limfödéma csökken vagy megszűnik*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

29.* Soroljon fel a prémenstruációs szindróma (PMS) terápiai lehetőségei közül hármat /3/! **3 pont**

- *pszichoterápia*
- *vegetárius étrend*
- *ortomolekuláris medicina*
- *mozgásterápia*
- *homeopátia*
- *neuráalterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)