

„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

2019. április 3.

I. sz.

ÁEEK EFF

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.*

2 pont

Határozza meg a holisztikus orvoslás fogalmát!

Az embert egészében, természeti, társadalmi, kulturális közegében igyekszik szemlélni, figyelembe véve értékrendjét, hiedelemrendszerét, spirituális beállítottságát.

2.*

6 pont

Nevezze meg és jellemezze a stressz fázisait!

- *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!)

3.*

5 pont

Soroljon fel a burn-out szindróma tünetei közül ötöt!

- *az empátiás kapacitás kimerülése, deperszonalizáció („elszemélytelenítés”, a páciens „munkadarabként” való kezelése)*
- *reménytelenség érzése*
- *inkompetencia érzése*
- *célok és ideálok elvesztésének érzése*
- *a saját munkától való eltávolodás érzése*
- *saját személyre, munkára, illetve másokra vonatkozó negatív attitűdök megjelenése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4. 4 pont

Húzza alá azokat a módszereket, amelyeket a hagyományos kínai gyógyászat alkalmaz!

- csakra harmonizálás
- köpölyözés
- urinoterápia
- moxaterápia
- homeopátia
- akupunktúra
- euritmia
- neuráalterápia
- jóga
- csikung

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

5. 3 pont

Párosítsa az ájurvédikus orvoslás szerinti embertípusokat a hozzájuk tartozó jellemzőkkel! 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; figyelve gyorsan elterelődhet |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.* 5 pont

Ismertesse a hagyományos kínai orvoslás szerint a Vér rendellenességeihez tartozó Vér-pangást a megadott szempontok alapján!

Oka: csi-pangás vagy csi-hiány

Tünetei: Írjon hármat!

- *cianotikus ajkak*
- *véraláfutások*
- *bevérzések*
- *lelki-szellemi zavarok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.*

7 pont

Sorolja fel a tibeti orvoslás szerint a szél betegségeire jellemző tüneteket! Írjon hetet!

- *ásítás*
- *borzongás*
- *nyújtózkodás*
- *hideglelés*
- *csípőízületi fájdalom*
- *farkcsonttájéki fájdalom*
- *rendszeretlenül jelentkező, különböző helyeken felbukkanó éles fájdalom*
- *meleg hullámok*
- *érzéki tompaság*
- *az elme bizonytalansága*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.*

2 pont

Ismertesse a tajcsi csuan mozgáskép jellegzetességeit!

Lágy, megszakítás nélküli, körkörös, egymásba folyó mozdulatokból áll, amely azonban nagy energiákat mozgat meg a testben.

9.*

3 pont

Soroljon fel a méhméreg alkalmazásának indikációi közül hármat!

- *reumatikus fájdalmak*
- *ízületi gyulladások*
- *isiász*
- *allergiás megbetegedések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.*

5 pont

Nevezzen meg a gyógyiszapkezelés hatásai közül ötöt!

- *lazítja az izmokat*
- *javítja a helyi keringést*
- *csökkenti a krónikus gyulladást*
- *fokozza az anyagcserét*
- *nyugtatja az idegrendszert*
- *élénkíti a sejtműködést*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11. **6 pont**
Párosítsa az alábbi alternatív/wellness diétákat a felsorolt megállapításokkal! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1. Paleolit táplálkozás | A. a daganatos megbetegedések kezelésében használatos |
| 2. Graham-féle 80-10-10 módszer | B. felismerte a gluténtartalmú gabonák és a tej gyakori táplálék-intoleranciáját |
| 3. Atkins-diéta | C. a különböző evolúciós ősök miatt ajánl eltérő elveket |
| 4. Gerson-diéta | D. nem keveri a fehérjék és szénhidrátok emésztését |
| 5. Hay-féle szétválasztó étrend | E. elve szerint az eredeti táplálkozásunk a gyümölcssevés volt |
| 6. Vércsoportdiéta | F. elve a húst hússal fogyasztani |

1.- ...**B**..., 2.- ...**E**..., 3.- ...**F**..., 4.- ...**A**..., 5.- ...**D**..., 6.- ...**C**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* **2 pont**
Írja le a manuálterápia lényegét!

A manuálterápia az ortopédia műtét nélküli ága, megtekintés, kikérdezés után tapintással és mozgatással történő diagnosztika és terápia.

13. **4 pont**
Sorolja fel a homeopátiában akut betegség esetén keresett 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!)

14. 10 pont
 Egészítse ki a táblázatot az akupunktúras csatornák szájiüregi kapcsolódásaira vonatkozó táblázatot!

<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	
bölcességfog	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!)

15.* 5 pont
 Ismertesse Ohashi tanai szerint az alábbi testtájakról leolvasható jegyeket!

Orrnyereg: *...lefutása tudósít a gerinc állapotáról...*

Orrhegy: *...a szív állapota...*

Orrlyukak: *...a tüdő állapotnak indikátora...*

Száj: *...színe, vastagsága, alakja elsősorban az emésztőrendszer (gyomor, vastagbél, vékonybél) állapotáról ad információkat...*

Orrgyök-szemöldök: *... jelzi a máj állapotát...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16. 1 pont
 Írja le orron található mikroakupunktúras pontok számát!

...38...

17. 2 pont
 Egészítse ki az alábbi mondatot!

A háti *....Shu....* pontok a gerinc két oldalán, a *....Húgyhólyag...* meridián belső ágán helyezkednek el.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

2 pont **Határozza meg, hogy mit vizsgál a szájárammérő!**

A szájárammérő a szájban, a fogakban levő különböző fémek közötti galvánáramhatást vizsgálja.

19.*

5 pont **Soroljon fel öt eljárást a légzőrendszer helyi gyulladásainak csökkentésére!**

- *neuráalterápia alkalmazása (a mandula környékére, felső és alsó mandulaágyba, eltávolított mandula esetén is, a melléküregek mentén)*
- *gargarizálás*
- *inhalálás gyógynövényekkel*
- *külső gyógynövényes, vizes pakolások*
- *izzasztás*
- *az orrjárat öblítése sóoldattal, sós vízzel*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.*

5 pont **Nevezzen meg öt kiegészítő terápiaként javasolt élelmiszert pszichiátriai betegek számára!**

- *sötétpiros bogyós gyümölcsök leve*
- *olívaolaj*
- *zöld levelű zöldségek (spenót, kelkáposzta, brokkoli)*
- *hal, hús*
- *tojás*
- *zöld tea, fekete tea*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.*

6 pont **Írjon le hat tényezőt, ami szerepet játszik a reumatológiai betegségek kialakulásában!**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

4 pont

Nevezze meg a jól működő természetgyógyászati partneri viszony kialakításában szerepet játszó tényezőket!

- *alapos és a páciens befogadóképességét figyelembe vevő tájékoztatás, magyarázat*
- *a természetgyógyász jó kommunikációs készsége, rugalmassága*
- *a páciens bizalmának elnyerése*
- *a páciens együttműködési készsége, motivációja a gyógyulásra*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.*

2 pont

Írjon a vizelethajtó hatású gyógynövények közül kettőt!

- *gyermekláncfű*
- *aranyvesszőfű*
- *nyírfalevél*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

4 pont

Sorolja fel, mely természetgyógyászati módszerek alkalmazhatók a menstruáció alatt fellépő panaszok kezelésre! Írjon négyet!

- *fülakupunktúra*
- *testakupunktúra*
- *neuráalterápia*
- *fitoterápia*
- *homeopátia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)