

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

M E G O L D Ó L A P

írásbeli vizsga

Reflexológusok részére

2002. február 28.

T Á J É K O Z T A T Ó

az értékelő tanár részére

- A vizsgázó csak a kiosztott feladatlapon dolgozhat.
- 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!
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot a javítást végző tanár!
- A megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a ponthatáron belül a csillaggal (*) jelölt kérdéseknél.
- A feladatlap szerkesztésénél Brencsán: Új Orvosi Szótár (Akadémia Kiadó, Budapest, 1993.) útmutatásait vettük figyelembe.
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:
 - 100 - 88 jeles
 - 87 - 75 jó
 - 74 - 62 közepes
 - 61 - 51 elégséges
 - 50 - 0 elégtelen

pontszám:

1. **Írja le a masszírozás erősségének alapszabályát!** 1 pont

A fájdalomküszöbön belül, illetve minimális mértékben szabad csak túllépni a "kellemesen fáj" szintet.

2. **Határozza meg a reflexológiai kezelés helyes sorrendjét! (Írja a lépések helyes sorszámát 1-5-ig a pontozott vonalakra!)** 2 pont

- ... 5 ...a láb bemelegítése
- ... 4 ...lábáztatás
- ... 1 ...beszélgetés-tájékozódás a beteg problémájáról
- ... 2 ...tájékoztatás a kezeléstről
- ... 3 ...tájékoztatás az esetleges gyógyreakciókról

(Csak teljes válasz esetén adható pont!)

- 3.* **Soroljon fel öt /5/ olyan kóros állapotot, amikor a férfiaknál a nemi zónákat kell masszírozni!** 5 pont

- *impotencia*
- *vizelési nehézség*
- *prosztatata megnagyobbodás*
- *heregyulladás*
- *sterilitás*
- *férfi-klimax*
- *nemibetegségben az orvosi kezeléssel párhuzamosan*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4. **Párosítsa az egymásnak megfelelő zónákat!** 2 pont

1. méh-zóna
2. hüvely-zóna
3. petefészek-zóna
4. altesti nyirokmirigy zóna

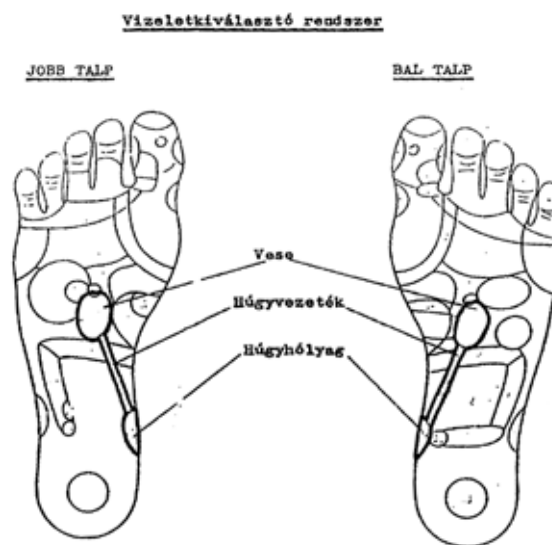
- a. here-zóna
- b. altesti nyirok-zóna
- c. prosztatata-zóna
- d. hímvessző-zóna

1 - ...c...; 2 - ...d...; 3 - ...a...; 4 - ...b....

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

5. **Nevezze meg az ábrákon kivastagítottan és nyilakkal megjelölt zónákat!**

3 pont



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 6.* **Sorolja fel azokat a fontos tényezőket és okokat, amelyek miatt egészségesebb a rendszeresen tornázó ember! Írjon nyolcat /8/!**

4 pont

- élénkebbé válik a vérkeringése
- megélénkül az anyagcsere
- légzés gazdagabb lesz
- jobb a táplálék feldolgozása
- nő a fizikai aktivitás
- fokozódik a szervezet ellenállóképessége
- lelki egyensúlyt teremt
- segít a mozgásszervi betegségek megelőzésében
- aki rendszeresen mozog ritkábban betegszik meg
- fokozottabb koncentrációképeséget biztosít

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

7.* Nevezzen meg nyolc /8/ olyan zónát, amelyet "megfázás" 4 pont
esetén masszírozná!

- | | |
|--------------|-----------------------------|
| - orr | - felső légúti nyirokpontok |
| - arcüreg | - hörgők |
| - homloküreg | - tüdő |
| - mandulák | - mellkasi nyirokpontok |
| - gége-torok | - nyirokmirigy felső test |

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

8.* Milyen tünetek jelentkeznek talpmasszázs során? 5 pont
(Írjon tizet /10/!)

- megváltozik a vizelet színe, szaga, mennyisége
- bőrön kiütések jelentkeznek
- széklet színe, szaga változik
- láz jelentkezhet
- orr váladékozás
- régi betegségek fellobbanhatnak
- hidegrázás, szájszárazság
- bokadagadás
- fáradtságérzés
- menseszavarok

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

9. Soroljon fel a gerincferdülést kiváltó okok közül 5 pont
ötöt /5/!

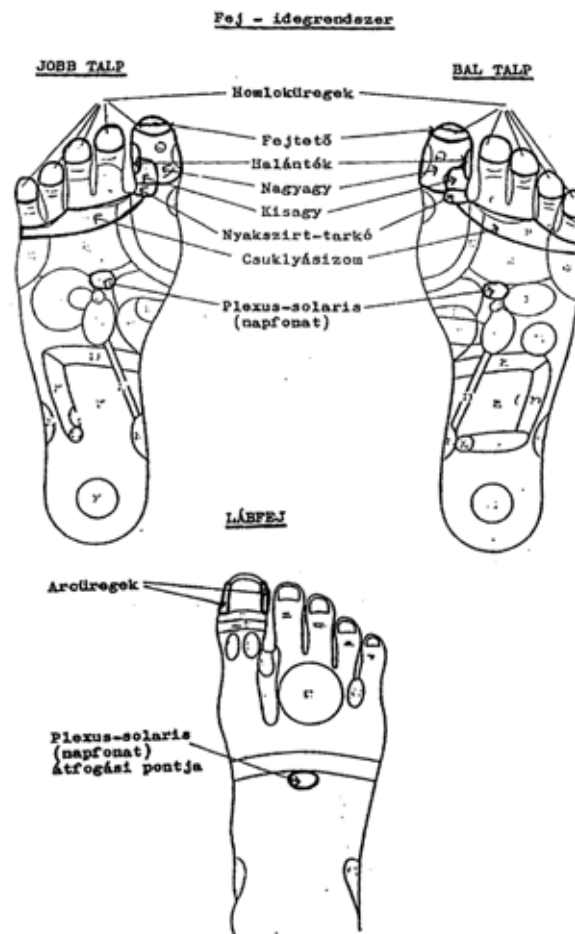
- veleszületett rendellenesség

- rossz tartás
- merev ülés (görnyedt hát)
- helytelen táplálkozás
- nem megfelelő fekhely
- mozgásszegény életmód

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10. Nevezze meg az ábrán kivastagítottan és nyilakkal megjelölt zónákat!

5 pont



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

11. Párosítsa a betegségeket a rájuk jellemző tünetekkel!

3 pont

A.
kinzó görcs

gyakori vizeleési inger
hányinger, hányás
combba sugárzó fájdalom

B.
gyakori fájdalmas vizeleés
kevés vizelet

C.
heves derékfájdalom
magas láz
gennyos vizelet

1. vesemedence gyulladás
2. vesekő
3. hólyaghurut

1 - ...C...; 2 - ...A...; 3 - ...B....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* Sorolja fel, mely adatokat kell nyilvántartania a természetgyógyászati tevékenységet végző személynek!

7 pont

- A kezelt személyi adatai: név, leánykori név, születési hely és idő, anyja neve, lakcím.
- A természetgyógyászati tevékenység indokának rövid leírása, beleértve a kórelőzményeket, az orvos által megállapított diagnózist és a javasolt terápiát.
- Az elvégzett természetgyógyászati kezelés és a természetgyógyász által javasolt terápia ismertetését.
- A természetgyógyászati kezelések időpontjait és a kezelt személy állapotában bekövetkezett változások leírását.

(Helyes válaszonként 1 - 1 pont adható!)

13. Húzza alá az alábbiakban felsoroltak közül az igaz állításokat!

3 pont

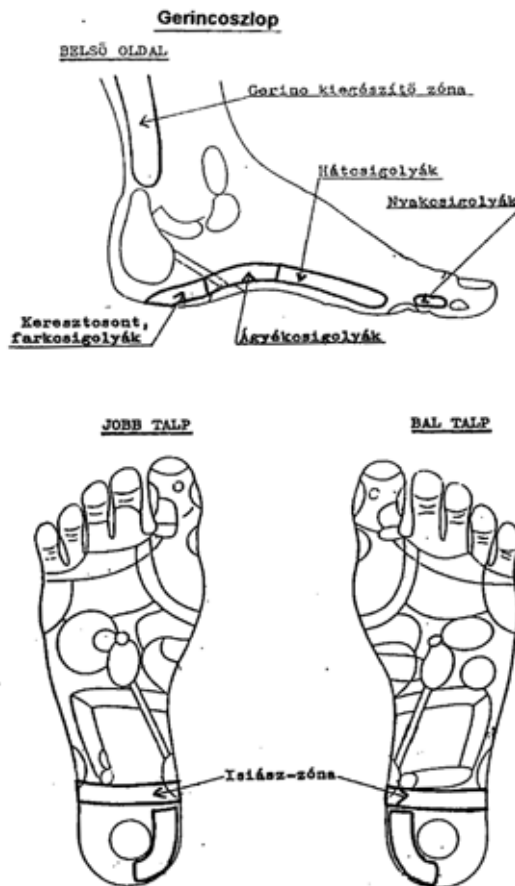
- a szoptató anyának sűrű lesz a teje a sörtől
- az alkoholtól csökken a koncentráció képesség

- reggelenként egy pohár pálinka megvéd az asztmától
- az alkohol rendszeres túlzott fogyasztása gyomorhurutot okoz
- az alkoholtól fokozódik a nemi vágy, de sok esetben okoz impotenciát
- aki szódával hígított bort iszik, nem izzad

(Csak a három helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz esetén a megoldás érvénytelen!)

14. Nevezze meg az ábrán kivastagítottan és nyilakkal megjelölt zónákat!

3 pont



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

15.* Írja le röviden, hogy melyek az egészséges életmód alapelvei! (Írjon négyet /4/!)

4 pont

- ne mérgezzük magunkat szándékosan

- óvjuk környezetünk tisztaságát
- minél többet mozogjunk szabad levegőn
- őrizzük lelki egészségünket
- rendszeresen tisztálkodjunk
- táplálkozzunk egészségesen
- ésszerűen dolgozzunk és pihenjünk

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**16.* Soroljon fel hat /6/ gyógyulást elősegítő természet-
gyógyászati módszert!**

3 pont

- gyümölcs- és léböjtkúrák
- mozgásgyakorlatok
- jóga
- relaxáció
- akupresszúra
- vízkúrák
- gyógynövények alkalmazása

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

**17.* Melyek a reflexzóna masszázs alkalmazásának
a legfontosabb indikációi! (Írjon hatot /6/!)**

3 pont

- megelőzés, karbantartás, frissítés
- öngyógyító mechanizmus beindítása
- kiegészítő terápia
- testi-lelki görcsoldás, lazítás
- fájdalomcsillapítás
- állapotfelmérés

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

**18.* Soroljon fel az illatterápia gyógyhatásai közül
hatot /6/!**

3 pont

- nyugtató vagy enyhén izgató
- serkenti az agyműködést
- csökkenti a gyomoridegességet

- nyákoldó
- vérnyomásszabályozó
- fertőtlenítő baktériumölő hatás

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

- 19. Írja le röviden, hogy mely esetben kell kikérni a beteg kezelőorvosának véleményét a terápia megkezdése előtt!** 2 pont

Minden esetben orvosi vélemény (vizsgálat) szükséges a reflexzóna terápiai kezelés előtt.

- 20.* Sorolja fel, milyen lábtornát javasolna betegének a lúdtalp megelőzésére! (Írjon négyet /4/!)** 2 pont

- lábujjhegyen -, sarkon -, külső-belső talpélen való járás
- lábbal való fogás gyakorlása
- lábfejkörzés
- göröngyös talajon való járás-futás

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

- 21.* Nevezzen meg olyan betegségeket, amelyekre gondolni lehet, ha a vesezónában felrakódás észlelhető reflexzóna masszázis esetén! Írjon négyet /4/!** 4 pont

- vesebetegségek
- magasvérnyomás
- ízületi gyulladás
- szemproblémák
- bőrbetegségek

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 22.* Soroljon fel öt /5/ olyan fontos szempontot, amelyek segítségével megelőzhető a derékfájás kialakulása!** 5 pont

- helyes táplálkozás
- megfelelő mozgás, rendszeres torna, de nem túlterhelés
- hirtelen mozdulatok kerülése
- kerülje a stresszt

- *forró fürdőbe ne üljön*
- *túlsúly kialakulásának elkerülése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23. Párosítsa az alábbi tünetcsoportokat és a betegségeket, írja fel az egymáshoz tartozó szám- és betű párokat!

4 pont

A.

- orrdugulás
- könnycsorgás
- fejfájás
- hőemelkedés

B.

- magas láz
- izomfájdalom

1. Tüdőgyulladás
2. Hörghurut
3. Nátha
4. Influenza

C.

- magas láz
- elesett állapot
- hátfájás
- köhögés

D.

- mellkas fájdalom
- kinzó köhögés

1 - ...C...;

2 - ...D...;

3 - ...A...;

4 - ...B....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.* Soroljon fel a jó alvás feltételei közül ötöt /5/!

5 pont

- *mindig feküdjön le azonos időben*
- *este könnyű vacsorát fogyasszon*
- *jól szellőztesse ki a szobát*
- *este sétáljon*
- *olvasson verseket*
- *kényelmes legyen a fekhelye*

- *sose térjen nyugovóra kora reggel*
- *igyon langyos, mézes teát*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25. Ismertesse a lábgombásodás megbetegedést az alábbi szempontok szerint!

4 pont

*Melyek a leggyakoribb kiváltó okai? (Írjon négyet /4/!)

- *rossz anyagcsere*
- *túlzott szénhidrát bevitel*
- *méreganyag felhalmozódás*
- *rosszul szellőző (műanyag) cipő, zokni*
- *fertőzés*

*Mely kezelési módokat javasolná mint természetgyógyász?
(Írjon négyet /4/!)

- *tölgyfakéreg főzet (bedörzsölés vagy áztatás)*
- *fehérüröm főzet (bedörzsölés vagy áztatás)*
- *almaecetes lábmosás*
- *propoliszos kenőcs*
- *svédcséppes pakolás*
- *lábujjak szárazra törlése*
- *körömvirágkenőcs*

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

26. Sorolja fel, hogy mely zónák masszírozásával segítené betegét a dohányzásról való leszokás (tisztulás) folyamatában! Nevezzen meg nyolcat /8/!

4 pont

- *vese-agy-nyirok zóna*
- *tüdő-zóna*
- *légcső-zóna*
- *gége-torok-zóna*
- *mellkasi nyirokpontok*

- nyirokpontok - felső test
- fő nyirokér-zóna
- napfonat

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

27.* Fogalmazza meg röviden, hogy miért ártalmas a magas-sarkú cipő viselése! (Írjon öt /5/ fontos indokot!) 5 pont

- deformításokat (betegségeket) okoz a láb csontjaiban
- deformításokat (betegségeket) okoz a gerincoszlopban
- deformításokat (betegségeket) okoz az ízületekben
- agyi zónát nyomva fejfájást okoz
- a többi ujjat nyomva érzékszervi megbetegedések léphetnek fel (szem, fül, orr, stb.)

(Minden helyes válasza 1 - 1 pont adható!)