

**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. május 15.

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.* Soroljon fel tizet /10/ a fejfájás okai közül!**5 pont**

- éhezés
- klimax
- magasvérnyomás
- szembetegségek (közel-, távollátás, zöldhályog)
- frontok
- huzat
- rossz cipő viselésének következménye
- lázas állapot
- arc- és homloküreg gyulladás
- rossz fogak
- nyaki gerinc meszesedése
- agydaganat
- agyrázkódás

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

2. Mi a teendő, ha relaxációs masszázsközben vagy után sírással reagál a páciens? (Húzza alá a helyes választ!)**1 pont**

- megnyugtatni, ne sírjon, semmi oka rá
- nem szólok, csak megnyugtató magatartást tanúsítok, esetleg ráteszem a kezem a vállára
- ott hagyom, sírja ki magát

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

3. Sorolja fel az egészséges fog megőrzésének kritériumát!**3 pont**

1. alapos rágás
2. rendszeres fogápolás, jó minőségű fogkefével
3. félévente fogorvosi ellenőrzés
4. csökkenteni kell az édesség fogyasztását
5. rendszeresen masszírozni kell az ínyt, illetve a talpon a megfelelő zónát
6. ne rongáljuk fogainkat (pl. dió, mogyoró szétharapásával)

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

4. Írja le, mit kell tenni a masszírozás befejezésekor!**2 pont**

- *kezünket lecsapjuk*
- *hideg folyó vízzel megmossuk*

(Helyes válaszonként 1 – 1 pont adható!)

5.* Sorolja fel a méz jótékony hatásait! Írjon hatot (6)!

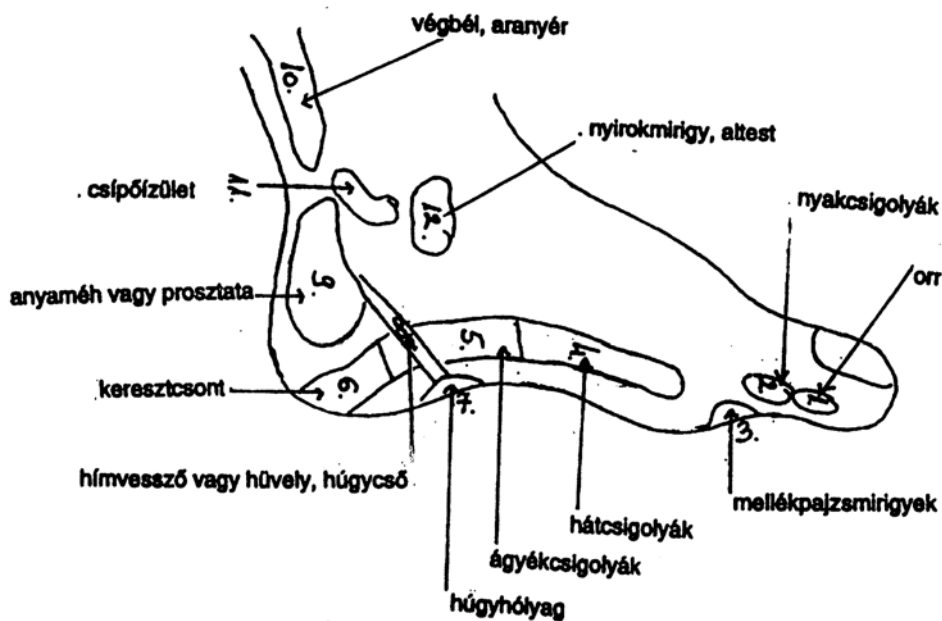
3 pont

- *erősíti a legyengült beteget*
- *segíti a bélműködést*
- *javítja a látást*
- *energiát ad a túlfeszített munkában megterhelt embernek*
- *csökken a hajhullás*
- *szerepe van a fogínygyulladás megelőzésében*

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

**6. Nevezze meg a rajzon nyíllal megjelölt zónákat!
(Válaszát írja a nyilak mellé!)**

6 pont



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

7. Húzza alá az alábbi mondatok közül az igaz állításokat tartalmazókat!

3 pont

- A hidegfront csökkenti az anyagcserét, növeli a görcskésztséget,

álmosító hatású.

- A hegyes orrú cipő miatt deformált lábon az érintett zónák fájdalmasak.
- A szerv nem feltétlen beteg, ha a zóna érzékeny.
- Ha a zóna nem érzékeny, a szerv nem beteg.
- Az étkezés nem befolyásolja a reflexzóna masszázis kezelését.
- Májbetegeknél sárga folt van a májzónában.

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

- 8. Írja le a fáradtság megszüntetésének ABC-je szerint az ajánlott élelmiszereket! 5 pont**

A= sárgarépa, sütőtök

B= teljes őrlésű kenyér

C= müzli

D= csírázó magvak

E= virágpor

(Helyes válaszonként 1 – 1 pont adható!)

- 9. Nevezze meg az alábbi tünetek alapján a kórképet és írja le az azonnali teendőt! 2 pont**

Tünetek:

hirtelen nagy fejfájás

szédülés, nyugtalanság

beszédzavar, bénulás

látászavar, magas vérnyomás

hányás, sápadtság

Betegség: *agyvérzés vagy agyérgörcs*

Teendő:

azonnal kórházba küldjük

(Helyes válaszonként 1 – 1 pont adható!)

- 10.* Soroljon fel a gerincferdülést kiváltó okok közül ötöt /5/! 5 pont**

- *veleszületett rendellenesség*

- *rossz tartás*

- *merev ülés (görnyedt hát)*

- helytelen táplálkozás
- nem megfelelő fekhely
- mozgásszegény életmód

(Helyes válaszonként 1 - 1 pont adható!)

11. Válaszoljon röviden az alábbi kérdésekre!

6 pont

1. Nevezze meg az alábbi tünetek alapján a betegséget!

Tünetek:

- kényszertartás
- izomvédekezés
- deréktáji nagy fájdalom
- hirtelen, rossz mozdulat után alakul ki

Betegség: *lumbágó*

2. Mely zónákat masszírozná elsősorban a fenti megbetegedés esetén?

- gerinczóna ágyéki szakasza
- csípőzóna
- isiász zóna
- gerinc kiegészítő zónája
- mellékvese zónája

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12. Húzza alá az alábbi mondatok közül a helyes állításokat tartalmazókat!

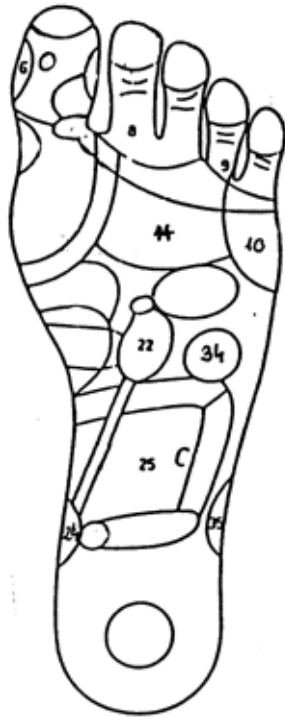
2 pont

- Nem tanácsos a fém óraszíj, nyaklánc viselése, mert lezárja az energia szabad áramlását.
- Jó, ha a televízió a hálószobában van.
- Aki türelmetlen a kezelés alatt, hamarabb gyógyul.
- Hosszadalmasabb a javulás, ha több szervet műtétileg eltávolítottak.
- Alkohol fogyasztása után ne masszírozzunk.
- A gyógyulás lassúbb, ha sok tömött fog van.

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

13. Rajzolja be az ábrába (jobb talp) az alábbi zónákat! Írja az ábrába berajzolt helyre a megfelelő számot!

10 pont



- 7. 8. szem
- 9. fül
- 10. váll
- 14. tüdő
- 22. vese
- 25. vékonybél
- 35. térd
- 24. húgyhólyag
- 34. lép

(Helyes válaszonként 1 - 1 pont adható!)

- 14.* Sorolja fel, hogy az emésztőrendszer megbetegedései esetén mely talpzónákat kell masszíroznia a reflexológusnak! (Nevezzen meg tízet /10/!) 5 pont**

- *szájüreg, fogak*
- *nyelőcső*
- *gyomor*
- *hasnyálmirigy*
- *máj, epe*
- *vékonybél*
- *vastagbél*
- *végbél*
- *aranyér pont*
- *altest fellazítása*

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

- 15. Húzza alá az alábbi mondatok közül a helyes állításokat! 3 pont**

- minél fiatalabb a páciens, annál hamarabb gyógyul
- minél kevesebb betegsége van valakinek, annál gyorsabb a javulás
- kisgyerekeket nem lehet masszírozni

- sok esetben a gyermeknél is érzékeny az a pont, ami a szülőknél
- lelkiállapotunk nem befolyásolja a kezelést

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

16.* Soroljon fel az önmasszázs előnyei közül ötöt /5/! 5 pont

- bárhol, bármikor elvégezhető
- beépíthető a napirendbe, minden nap alkalmazható
- a masszázs erőssége közvetlenül szabályozható
- korán észrevehetőek az egészségi állapot változásai
- nem alakulhat ki függőségi kapcsolat
- nem kíván alkalmazkodást
- ingyenes

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* Írja le, milyen jótékony hatása van a vöröshagymának! Írjon hatot (6)! 3 pont

- késlelteti az öregedési folyamatot
- kedvezően hat a szívre
- kedvezően hat az emésztésre
- véd a megfázás ellen
- köhögéscsökkentő
- bélféregtelenítő
- vércukorszint-csökkentő

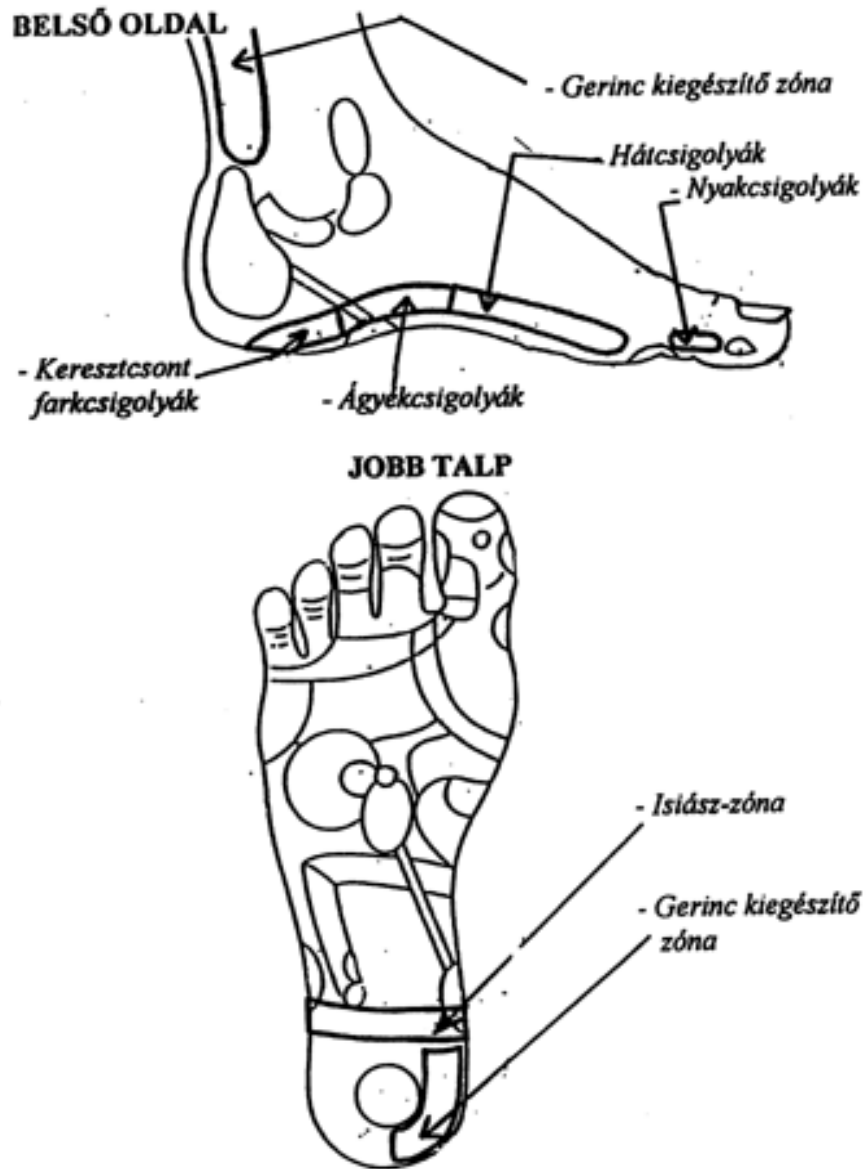
(Helyes válaszonként 0,5 – 0,5 pont adható!)

18.* Írjon két /2/ példát arra, hogy miért fontos a higiénés szabályok betartása a kezelés során! 1 pont

- a beteg védelme
- a kezelő védelme
- a fertőzések elkerülése

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

19. Nevezze meg az alábbi ábrákon a kivastagított és nyilakkal megjelölt zónákat! (Írja a válaszait a nyilak mellé!) 7 pont



(Helyes válaszonként 1 - 1 pont adható!)

20.* Soroljon fel az illatterápia gyógyhatásai közül hatot (6)! 3 pont

- nyugtató vagy éppen izgató
- serkenti az agyműködést

- csökkenti a gyomoridegességet
- nyákoldó
- vérnyomás-szabályozó
- fertőtlenítő (baktériumölő) hatású

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

21. Nevezze meg az emberi test nyirokzónáit és nyirokszerveit!

5 pont

Nyirokzónák:

- mellkasi fő nyiroktörzs
- fej nyirokrendszere
- altest nyirokrendszere
- felsőtest nyirokrendszere
- lágyék nyirokrendszere
- kismedence nyirokrendszere

Nyirokszervek:

- mandula
- lép
- feregnyúlvány
- csecsemőmirigy

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

**22.* Soroljon fel lerakódás-típusokat a reflexzónában!
(Írjon hatot /6/!)**

3 pont

- homokszerű
- kristálycukorszerű
- szemcseszerű
- bőrkeményedésszerű
- főtt rizsszem-szerű
- lágy tapintású
- kemény megcsontosodás

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

23. Írja le, melyik Su (SHU) pont hat az alábbi szervekre!

3 pont

<u>A szerv neve:</u>	<u>A pont neve:</u>
Szív.....	H_{15}
Tüdő.....	H_{13}
Máj.....	H_{18}

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.* Ismertesse a székrekedés okait és kezelését!

5 pont

okai: (Nevezzen meg négyet /4/!)

- egyoldalú táplálkozás

- kevés salakanyag
- kevés mozgás
- visszatartott inger
- renyhe bélműködés

kezelése: (Írjon hat /6/ fontos terápiás módot!)

- a táplálkozás átállítása (rostos anyagok fogyasztása)
- több mozgás
- a has körkörös masszázsa
- jóga
- hasi légzés
- zónamasszázs (emésztőrendszer, vastagbél, alhas)
- akupresszúrás pontok kezelése (Vab-4, Gy-36, Lh-6, V-1)

(Okaira: 0,5-0,5, kezelésére: 0,5-0,5 pont adható!)

25. Határozza meg, hogy milyen gyakran masszírozzunk! 1 pont

- naponta
- 2 naponta

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

26.* Soroljon fel három /3/ példát zónaátfedésre! 3 pont

- gerinc - húgyhólyag
- nyelőcső - légcső
- mell - mellkas - bordák

(Helyes válaszonként 1 - 1 pont adható!)