

Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig

A minősítő neve: Rauh Edit

A minősítő beosztása: mb. főigazgató-helyettes

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Reflexológus szak

2013. május 24.

GYEMSZI EFF

TÁJÉKOZTATÓ

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 Dr. Fábíán Pál – Dr. Magasi Péter Orvosi Helyesírási Szótár (Akadémia Kiadó, Országos Orvostudományi Információs Intézet és Könyvtár Budapest, 1992.) útmutatásait vettük figyelembe.
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:

100 - 88	- jeles
87 - 75	- jó
74 - 62	- közepes
61 - 51	- elégséges
50 - 0	- elégtelen

1.* Határozza meg a reflexológia fogalmát!

5 pont

A reflexológia empirikus módszer. Az egészséget megtartó életerők tudatos, célirányos serkentése ujjnyomással, a reflexterületeken – időfaktor figyelembevételével – meghatározott zónára, fájdalomküszöb alatti nyomásban, orvosi kezelések kiegészítéseként, rehabilitáció esetén egyaránt hatékony. Megfelelő hozzáértéssel állapotfelmérésre is alkalmas.

2.* Soroljon fel hat /6/ okot, amely a reflexológia széleskörű elterjedésében szerepet játszott!

6 pont

- ez áll legközelebb a materialista szemléletű emberekhez
- jól körülhatárolt zónák jelzik az egyes szervek visszatükröződését
- a törődés és odafigyelés egyik legszebb példája
- napszaktól függetlenül bármikor alkalmazható
- nemcsak testi, hanem lelki síkon is hat
- a talp már jelez, amikor a beteg még panaszmentes, illetve a vizsgálati eredmények még negatívak
- kiterjedt, jól hozzáférhető nemzetközi és hazai szakirodalommal rendelkezik
- semmilyen eszköz nem kell hozzá
- jól felkészült szakember által végezve nincs mellékhatása
- elősegíti más természetgyógyászati módszer hatékonyságát
- állapotfelmérésre, prevencióra, utókezelésre és az orvosi terápia kiegészítésére alkalmas
- a reflexológiai speciális masszázsprogramok komplex hatást fejtenek ki

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3. Húzza alá a makrokozmosz és a mikrokozmosz kapcsolatrendszerére vonatkozó helyes állításokat!

3 pont

- A makrokozmosz az embert körülvevő világ.
- A makrokozmosz csak a növény- és állatvilágot foglalja magába.
- A mikrokozmosz és a makrokozmosz ugyanazon elv alapján működik.
- A mikro- és a makrokozmosz egymástól függetlenül működik.
- Az emberi szervezet a sejtek viszonylatában makrokozmosznak tekinthető.

(Csak a három /3/ helyes válasz aláhúzására adható pont! Több válasz aláhúzása esetén a megoldás érvénytelen!)

4.* Soroljon fel az aromaterápia gyógyhatásai közül négyet /4/! **4 pont**

- *nyugtató vagy éppen élénkítő hatású*
- *hangulatjavító hatású*
- *különböző szervrendszerekre hat*
- *vérnyomás-szabályozó*
- *fertőtlenítő (baktériumölő) hatású*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.* Sorolja fel a méz jótékony hatásait! Írjon négyet /4/! **2 pont**

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

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

6.* Ismertesse, mely élelmiszerek fogyasztását javasolja páciensének kimerültsége, fáradtsága megszüntetésére! Írjon négyet /4/! **4 pont**

- *sárgarépa*
- *sütőtök*
- *teljes kiőrlésű lisztből készült kenyér*
- *müzli*
- *csírázó magvak*
- *virágpor*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.* Soroljon fel a gerincferdülés lehetséges okai közül ötöt /5/! **5 pont**

- *veleszületett rendellenesség*
- *rossz testtartás*
- *merev háttal történő ülés*
- *osteoporosis*
- *rossz fekhely*
- *mozgáshiány*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.* Sorolja fel az egészséges életmód alapelemeit Dr. Oláh Andor alapján! Írjon nyolcat /8/!

8 pont

- *méregtelenítés*
- *vegetárius étrend*
- *gyógynövények alkalmazása*
- *természetben élés, kapcsolat az elemekkel (föld, víz, tűz, levegő)*
- *mozgásgyakorlatok*
- *relaxáció*
- *jóga*
- *meditáció és más lelki gyakorlatok*
- *személyiségfejlesztés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.* Nevezze meg az emberi test nyirokzónáit és nyirokszerveit!

8 pont

Nyirokzónák: Írjon ötöt /5/!

- *mellkasi fő nyiroktörzs*
- *fej nyirokterülete*
- *altest nyirokterülete*
- *felsőtest nyirokterülete*
- *lágycső nyirokterülete*
- *kismedence nyirokterülete*

Nyirokszervek: Írjon hármat /3/!

- *mandula*
- *lép*
- *féregnyúlvány*
- *csecsemőmirigy*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.* Sorolja fel a kiválasztás/méregtelenítés szerveit! Írjon négyet /4/!

4 pont

- *vese*
- *tüdő*
- *bőr*
- *vastagbél*
- *máj*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.* Írjon a fülgyertyázás kontraindikációi közül ötöt /5/!

5 pont

- *gennyes folyamatok*
- *agyrázkódás*
- *agyműtét*
- *a dobhártya hiánya*
- *daganatos megbetegedés*
- *koponyalapi törés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* Sorolja fel a fejfájás lehetséges okait! Írjon tízet /10/!

5 pont

- *idegi eredet (nagy megterhelés, állandó stressz)*
- *éhezés*
- *helytelen fogyókúra*
- *klimax*
- *a vérnyomás eltérés a normális értéktől*
- *látászavarok*
- *nagy mennyiségű kávé, alkohol fogyasztása*
- *fülbetegségek*
- *orrmelléküreg-gyulladás*
- *rossz fogak*
- *kialvatlanság*
- *mérgeзések*
- *epilepszia*
- *agydaganat*

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

13. Húzza alá a masszázs erősségére és ütemezésére vonatkozó helyes válaszokat!

3 pont

- A masszázs erősségét a kezelt személy állapotához igazítjuk.
- A jó masszázs mindig nagyon erős.
- Túlműködés esetén lágyabb, nyugtató mozdulatokat kell alkalmazni.
- A reflexológus hangulata, bioritmusa határozza meg a kezelés menetét.
- A masszázs erőssége nem lépheti túl a fájdalomküszöböt.

(Csak a három /3/ helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz aláhúzása esetén a megoldás érvénytelen!)

14.* Soroljon fel tíz /10/ tünetet/betegséget, amelyek a szervezetben rejtőző góccra hívják fel a figyelmet!

10 pont

- *fejfájás*
- *égő érzés a szemek területén*
- *fogágybetegség*
- *nehézlégzés*
- *heves szívdobogás*
- *puffadás*
- *vizelési panaszok*
- *tartós hőemelkedés, láz*
- *nyirokcsomó-megnagyobbodás*
- *bőrtünetek*
- *duzzanat (pl. orbánc)*
- *ízületi panaszok*
- *fáradékonyság*
- *gyulladás bárhol (nincs meg az 5 klasszikus jel)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.* Ismertesse az önmasszázs előnyeit! Írjon négyet /4/!

4 pont

- *bármikor alkalmazható*
- *a masszázs erőssége szabályozható*
- *hamar észrevehetőek az elváltozások*
- *nem kell másokhoz alkalmazkodni*
- *egy zóna naponta többször is kezelhető*
- *ingyenes*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.* Írja le, mire gondol, ha gyermeknél a nyirokzóna érzékeny! Írjon kettőt /2/!

2 pont

- *nem mozog eleget*
- *gyulladás van valahol a szervezetében*
- *helytelenül táplálkozik*
- *túl sok orvosságot kapott*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* Ismertessen a reflexmasszázs által kiváltott lehetséges késői reakciók közül tízet /10/!

10 pont

- *megváltozhat a vizelet színe, szaga, mennyisége*
- *megváltozhat a széklet színe, konzisztenciája*
- *nagy mennyiségű váladék ürül az orrból*
- *láz, ami magától elmúlik, utána lényeges javulás áll be*
- *bokadagadás*
- *fellobbanhatnak régi betegségek (pl.: petefészek-gyulladás)*
- *a fogaknál jelentkező fájdalom*
- *hidegrázás alakulhat ki*
- *fáradtságérzés*
- *szájszárazság*
- *izomláz*
- *olykor felerősödhetnek a fájdalmak (pl.: fejfájás, reumás panaszok)*
- *menstruációs zavarok*
- *átmeneti memóriazavar*
- *fokozott izzadás – kellemetlen testszag*
- *pattanások a bőrön, néha még furunkulus is*
- *kellemetlen lehelet*
- *émelygés, hányás*
- *megindulhat a méreganyagok kiválása*
- *szélsőséges hangulatváltozás*
- *a páciens általában jobban alszik a kezelés után, de előfordulhat, hogy egy-két alkalommal nyugtalanabb lesz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* Sorolja fel a magas vérnyomás tüneteit és határozza meg reflexzónáját!

3 pont

Tünetei: Írjon négyet /4/!

- *tompa tarkótáji vagy fejtetői fejfájás*
- *szédülés*
- *gyakori orrvérzés*
- *szívdobogás érzés*
- *látászavar*
- *fáradtság*

Zónája:

...a belső boka felett 4 ujjnyi területen...

(Tünetekre: 0,5-0,5 pont; Zónára: 1 pont adható!)

19. Nevezze meg az ábrán a számokkal jelzett zónákat!
Írja a zóna nevét a szám mellé!

6 pont



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

20.* Soroljon fel három /3/ féle lábtornát, amelyet a lúdtalp megelőzésére javasol!

3 pont

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)