

„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

2020. szeptember 09.

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

Írja le a WHO egészségről alkotott definícióját!

Az egészség a teljes testi, lelki és szociális jóllét állapota, és nem csupán a betegség vagy fogyatékoság hiánya.

2.

5 pont

Sorolja fel az alaprendszer (extracelluláris mátrix) funkcióit!

- *transzportút*
- *raktár*
- *információ-, energiaközvetítő*
- *gyökfogó*
- *immunsejtek képző-, és raktározóhelye*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

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!)

4.*

5 pont

Írjon le 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!)

5.

3 pont

**Párosítsa a tibeti orvoslás szerint a vizelet jellemzőit a megfelelő típushoz!
Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. vörössárga, gőze, bűze nagy
2. fehér, szaga, gőze csekély
3. kékes, mint a forrásvíz, és sok habja van

szél betegeinek vizelete: ...**3**...

az epe betegeinek vizelete: ...**1**...

a nyálka túltengésekor a vizelet: ...**2**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

3 pont

Írja le, hogy eredete szerint honnan származhat a csí!

- *szülőktől (születés előtti: Jüan-csi)*
- *táplálékból (Gu-csi)*
- *levegőből (Kong-csi)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

4 pont

Sorolja fel a népi orvoslás szerint a betegségek okainak eredetét!

A betegség okai gyökerezhetnek:

- *az egyénen belül*
- *a természeti világban*
- *a társadalmi világban*
- *a természetfeletti világban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

4 pont

Húzza alá a tibeti orvoslás által meghatározott szél típus jellemzőit!

- a középkorúak hajlamosabbak a betegségeire
- a nyirkos helyek a gyarapodását segítik elő
- rendellenességei a nyár folyamán a legjellemzőbbek
- a napszakok tekintetében a rendellenességek este és közvetlenül hajnal előtt jellemzőek
- a forró, száraz területeken jobban növekszik
- rendellenességei elsősorban tavasszal, illetve szürkületkor és hajnalban lépnek föl
- az emberek idősebb életkorban hajlamosabbak a betegségeire
- időszakai az őszi, a délutáni és az éjszakai
- a legifjabbak hajlamosabbak a betegségeire
- hideg, szeles vidékek inkább kedveznek a terjedésének

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

9.*

10 pont

Írjon öt-öt példát a mai európai táplálkozás általános problémáira a megadott szempontok szerint!

Túlzott bevitel az alábbiakból:

- *kalória*
- *zsír*
- *állati fehérje*
- *szénhidrát (finomított)*
- *só*
- *környezeti mérgek*

Alacsony bevitel az alábbiakból:

- *telítetlen zsírsavak*
- *rostok*
- *vas*
- *kálium*
- *magnézium*
- *vitaminok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.

3 pont

Írja le az alábbi kifejezések magyar jelentését!

Ászana: *testtartás*

Mudra: *kéztartás*

Prána: *energia, életerő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

3 pont

Nevezzen meg a Kneipp-kúra általános hatásai közül hármat!

- *javítja a vegetatív regulációt*
- *javulnak a funkcionális betegségek*
- *javulnak a pszichovegetatív állapotok*
- *adjuváns kezelésként is alkalmazható*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.*

2 pont

Határozza meg az alkoholos kivonatok (tinktúrák) fogalmát!

Tinktúrák alatt a száraz drogok 1:5 (erős hatású növények esetében 1:10) arányú etil-alkoholos kivonatát értjük.

13.

6 pont

Ismertesse a miazmákat az alábbi szempontok szerint!

Fogalma:

A miazmák a betegségek alapvető okai/gyökerei.

Fajtái:

- *pszórikus miazma*
- *szikotikus miazma*
- *szifilitikus miazma*
- *tuberkulotikus miazma*
- *karcinóma miazma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

3 pont

Írja le az egészség háromszögének alkotóelemeit a megadott szempontok szerint! Töltse ki a táblázatot egy-egy példával!

	Terület megnevezése		
	strukturális terület	kémiai terület	érzelmi terület
Kapcsolódó faktorok	<ul style="list-style-type: none"> - <i>izmok</i> - <i>csontok</i> - <i>a test egész statikája</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>táplálkozás</i> - <i>vegyi anyagok jelenléte</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>mindennapi stressz</i> - <i>önértékelés</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.*

5 pont

Soroljon fel a normál bélflórát károsító tényezők közül ötöt!

- *egyoldalú, helytelen táplálkozás*
- *rossz emésztés*
- *környezetszennyező anyagok*
- *egyes gyógyszerek*
- *allergiák*
- *tartós stressz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.*

3 pont

Nevezzen meg a fogászati implantátumok beültetésének lehetséges negatív következményei közül hármat!

- *gyulladásos folyamatok kialakulása*
- *fájdalom szindróma kialakulása*
- *degeneratív elváltozások elindítása*
- *idegen testként gócot jelentenek a szervezetben*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

7 pont

Sorolja fel a termoregulációs diagnosztika segítségével készíthető hőszabályozási grafikonok jellemzőit a megadott szempontok szerint!

Normális hőkép jellemzői:

- *hőmérséklet-csökkenés fentről lefelé figyelhető meg*
- *nincs oldaldifferencia*
- *a második méréskor a törzsön, a test két oldalán azonos mértékű, kb. 0,5-1,0 °C hőmérséklet-csökkenés, a fej területén pedig ennél enyhébb hőmérséklet-emelkedés következik be*

A kóros eredmények típusai:

- *regulációs merevség*
- *korlátozott reguláció*
- *túlszabályzás*
- *paradox reakció: a szokásoshoz képest ellenkező irányba tér ki a második mérési érték*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

3 pont

Írjon le a mikroendszerek diagnosztikai előnyei közül hármat!

- *nagy részük könnyen hozzáférhető*
- *többségük eszköz, műszer nélkül, megtekintéssel vagy tapintással is vizsgálható*
- *a diszharmónia korai stádiumában már jeleznek, – pl.: energiaáramlási és eloszlási zavarok, betegség előtti állapotok, funkcionális problémák – így korai stádiumban, a súlyosabb betegség kialakulása előtt lehetővé teszik a beavatkozást*
- *használatuk biztonságos, gyors, a beteget nem terheli*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

5 pont

Sorolja fel a kínai orvoslás szerint hiányjellegű mutató testrészek ismérveit!

- a terület hűvös
- a bőr, izom, kötőszövet tónusa petyhüdt, erőtlen
- mozgásra általában javul az állapota
- erős nyomást is kibír
- nyomásra az ún. „jó fájdalom” érzet keletkezik

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.

3 pont

Írja le a személyre szabott kezelés hátrányait!

- nagyobb a szubjektivitásból eredő tévedés lehetősége
- a kezelés módjáról való döntés lassúbb lehet és inkább folyamat jellegű
- erősen személyfüggő

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

4 pont

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A nőgyógyászati gyulladások esetén a kezelés célja: a kórokozók elpusztítása, az egészséges vaginaflóra helyreállítása, az öngyógyító mechanizmusok serkentése, a hormonális egyensúly létrehozása.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.*

5 pont

Nevezzen meg öt lehetséges módszert, kiegészítő kezelést, amely elhízott páciens kezelésében alkalmazható!

- életmódváltás
- táplálkozás átalakítás
- akupunktúra
- pszichoterápia
- ortomolekuláris medicina (L-karnitin, króm-pikolinát)
- fitoterápia (étvágycsökkentő, anyagcsere-aktiváló, tisztító hatású gyógyteák: apróbojtorján, kecskerutafű, sédkenderfű, gyermekláncfű, kutyabengekéreg)
- colon-hidroterápia

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.

2 pont

Húzza alá a kardiológiai ellátás területei közül azokat, amelyeket a komplementer módszerek eredményesebbé tesznek!

- prevenció
- első ellátás
- intenzív ellátás
- rehabilitáció
- alapellátás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

24.*

4 pont

Sorolja fel szemfenék megbetegedés esetén a látásélesség-csökkenés mértékét befolyásoló tényezőket!

- *a betegség a retina mely területét érinti*
- *a betegség kiterjedése*
- *az elváltozás típusa (száraz vagy nedves)*
- *a betegség érinti-e a retina alatti chorioideát (érhártyát)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)