

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig

A minősítő neve: Dr. Páva Hanna

A minősítő beosztása: igazgató

<b>M E G O L D Ó L A P</b>
----------------------------

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2021. június 3.**

**III. sz.**

**OKFŐ**

## **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.** **3 pont**

**Egészítse ki az alábbi mondatot!**

A sav-bázis szabályozás kulcstényezője a *...hidrogénatom...*, mely egy pozitív töltésű *...protonból...* és egy negatív töltésű *...elektronból...* áll.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**2.\*** **4 pont**

**Soroljon fel az üzleti terv elkészítésének céljai közül négyet!**

- *üzleti stratégia megfogalmazása*
- *erősségek, gyengeségek, lehetőségek, veszélyek feltárása (SWOT-analízis)*
- *a hitelképesség bizonyítása a bankok felé*
- *rövid-, és hosszú távú fenntarthatóság felmérése*
- *a pénzügyi tervezés alapjának biztosítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**3.\*** **3 pont**

**Ismertesse a magatartás-tudomány fő célkitűzését!**

*Az emberi viselkedés törvényszerűségének és fejlesztési lehetőségeinek kutatása, különös tekintettel az ember és környezete közötti kölcsönhatásokra.*

**4.** **5 pont**

**Rendezze az Öt Fázis szerint a felsorolt évszakokat! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. tavasz
2. nyárutó
3. ősz
4. nyár
5. tél

FA: *...1....*TŰZ: *...4....*FÖLD: *...2....*FÉM: *...3....*VÍZ: *...5....*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

5. 5 pont   
**Sorolja fel az ájurvédikus gyógyítás öt leghatékonyabb méregtelenítési eljárását (Pancsakarma-eljárások)!**

- *terapikus hányás (vahan)*
- *hashajtás (virecsana)*
- *orron keresztüli olajos kezelés (nasja)*
- *beöntés-terápia (basti)*
- *érvágás (rakta móksana)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6. 5 pont   
**Rendezze a tibeti orvoslás szerint a nyálka fajtáihoz jellemzőiket! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. az érzéki beteljesülések fő lebonyolítója, teszi ezt koponyabeli székhelyéről
2. az ízületi nedvvel azonosítható, mely az ízületek között található, kenetgévén, rugalmassá téve azokat
3. helye a gyomor legfelső része, melynek elsődleges feladata az elfogyasztott élelem felőrlése
4. az ízekkel foglalkozik, melynek legjellemzőbb tartózkodási helye a nyelv
5. a mellkasban található, fő funkciója a másik négy nyálkatípus támogatása, valamint a testben a nedvek áramoltatásának fenntartása

fenntartó nyálka: ...**5**...

lebontó nyálka: ...**3**...

ízlelő nyálka: ...**4**...

gyönyört adó nyálka: ...**1**...

összekötő nyálka: ...**2**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

7.\* 2 pont   
**Határozza meg a szekunder prevenció célját!**

*A betegségek korai, lehetőleg kezdeti szakaszban való felismerése elsősorban szűrővizsgálatokkal annak érdekében, hogy a hatásos kezelés mihamarabb megkezdődhessen.*

8.\*

3 pont

Soroljon fel a bélrendszerben lévő normálflóra jótékony hatásai közül hármat!

- *esszenciális aminosavakat termel*
- *vitaminokat termel (B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, K, Biotin)*
- *féken tartja a káros baktériumok szaporodását*
- *féken tartja a gombák szaporodását*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.\*

4 pont

Ismertesse a Do-In gyakorlatrendszerét a megadott szempontok szerint!

Előnye: *segédeszközök, vagy más személy nélkül önállóan is végezhető*

Fő hatásai: Írjon hármat!

- *frissítés*
- *regenerálás*
- *energetizálás*
- *bejáratás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.\*

4 pont

Írjon le a gyógynövényből készült olajok alkalmazásának indikációi közül négyet!

- *fájdalomcsillapítás*
- *hámosodás serkentése*
- *nyálkahártya elváltozások kezelése*
- *fekélyek kezelése*
- *kozmetikai célok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.

3 pont

Nevezze meg energetikai szempontból a makrobiotikus táplálékok három fő csoportját!

- *jin energiájú táplálékok*
- *jang energiájú táplálékok*
- *harmonikus (kiegyensúlyozott) energiájú táplálékok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.\*

5 pont

Soroljon fel az infrasauna kedvező élettani hatásai közül ötöt!

- az erek kitágulnak
- fokozódik az anyagcsere
- nő a szervezet ellenálló képessége
- lazulnak az izmok
- fokozódik a nyirokkeringés
- bőrpórus tisztító
- sejtregeneráló
- méregtelenítő

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.

1 pont

Húzza alá a mobilizációra jellemző sajátosságot!

- a mozgásvezetés túllépi a passzív határt
- többszöri, kis energiájú mozgatás, kis kockázattal
- egyetlen, gyors, rövid amplitúdójú ízületi mozgatás

(Csak az 1 helyes válasz aláhúzása esetén adható pont! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

14.\*

2 pont

Ismertesse a homeopátiára használt holisztikus gyógymód kifejezés lényegét!

*A gyógyszer kiválasztásakor az egész embert testi-lelki egységként veszi figyelembe.*

15.

8 pont

Egészítse ki az antropozófus gyógyászat fő élettani rendszereire vonatkozó táblázatot!

Elem	Föld	Víz	Légnemű	Hő és fény
Szervezet	<i>szilárd</i>	<i>folyékony</i>	levegő	hő
Lénytag	fizikai test	<i>étertest</i>	<i>asztrálest</i>	én-szervezet
Fő szerve	<i>tüdő</i>	máj	vese	<i>szív</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.\*

4 pont

Írja le az oxidatív stressz fogalmát!

*A zsírok, fehérjék, nukleinsavak oxidációja nyomán létrejövő egyensúlyvesztés a szabadgyök-képződés és az antioxidáns státusz között, ami molekuláris szinten sejtkárosodáshoz vezet.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.\*

5 pont

**Soroljon fel öt esetet, amikor kineziológiát alkalmaz!**

- *alacsony önértékelés*
- *allergia, asztma*
- *alvásproblémák*
- *depresszió*
- *emésztőrendszeri problémák, fekélybetegségek*
- *energiahiányos állapotok kezelése, állandó fáradtság*
- *evészavar*
- *érzelmi traumák feldolgozása: válás, haláleset, hirtelen változások, munkahelyváltás, elbocsátás*
- *fájdalomcsökkentés*
- *feszültségből adódó magas vérnyomás*
- *félelmek kezelése*
- *kapcsolati problémák*
- *meddőség, impotencia, menstruációs problémák*
- *mozgásszervi betegségek*
- *stresszcökkentés*
- *szorongás*
- *tanulási problémák*
- *tartásjavítás*
- *viselkedészavarok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.\*

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!)

19.\*

2 pont

**Ismertesse Dr. Franz Xaver Mayr kórfolyamatokra vonatkozó feltevését!**

*Minden kórfolyamat a bélből indul ki, és ha változtatni akarunk ezen, akkor kímélő kúrával kell gyógyítani az emésztőrendszert.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.\*

5 pont **Soroljon fel öt lehetséges szivárványhártya-elváltozást!**

- *sugárnyalábok eltolódása*
- *a hártya megszakadása*
- *a hártya szétnyílása*
- *a hártya befelhősödése*
- *világosabb, vagy sötét foltok*
- *pigmentálódások*
- *elszíneződések*
- *rések*
- *kráterek (crypták)*
- *bemélyedések (lacunák)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.\*

2 pont **Határozza meg a szájárammérő vizsgálat lényegét!**

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

22.

3 pont 

**Írja le azokat a Head-féle reflexzónán tapasztalható eltéréseket, amelyekből arra következtet, hogy a zónához tartozó belső szerv megbetegedett!**

- *fájdalom, nyomásérzékenység*
- *turgorváltozás (Kibler-redő)*
- *a zónákon tapasztalható bőrhőmérséklet eltérés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.\*

5 pont **Ismertesse Ohashi tanai szerint az alábbi testtájokról leolvasható jegyeket!**

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

Orrhegy: *...a szív állapotát jelzi...*

Orrlyukak: *...a tüdőállapot indikátorai...*

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!)



24.\*

1 pont

**Fogalmazza meg a „Pearl-index” lényegét!***A különböző fogamzásgátló módszerek hatékonyságát mérjük vele.*

25.\*

3 pont

**Sorolja fel a köröm kóros elváltozásainak okait! Írjon hármat!**

- *szívelégtelenség*
- *ásványi anyagok hiánya*
- *vitaminhiány*
- *gombás fertőzés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.\*

4 pont

**Nevezzen meg négy 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!)

27.\*

6 pont

**Írja le a szemfenék-megbetegedések esetén kiegészítő módszerként alkalmazott komplementer gyógymódokat!**

- *Bates-Koplakov-Schneider-féle szemtorna*
- *akupresszúrás pontok ingerterápiája szemész-szemtréner orvos tanácsára*
- *fülakupunktúrás addiktológiai módszer*
- *gyógyhatású készítmények kúraszerű alkalmazása*
- *glaukóma esetén vesetisztító diéta*
- *szemfenék-meszesedés esetén májtisztító diéta*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)