

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig

A minősítő neve: Dr. Páva Hanna

A minősítő beosztása: igazgató

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2021. június 7.

V. 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.*

4 pont

Írja le a Gaia filozófia lényegét!

A Föld egyetlen nagy élőlény, amelynek „testszövetét” a talaj, a vizek, a levegő és az élőlények adják. A Föld fő összetevői – a talaj, a légkör (atmoszféra), az óceánok és a bioszféra (élő anyag) – egymással kölcsönhatásba lépve komplex, önszabályozó rendszert alkotnak, ami kialakítja és fenntartja azt az optimális fizikai és kémiai környezetet, amely az élethez szükséges. A homeosztázis fenntartásához szükséges legfontosabb funkciói: szabályozza a földfelszín hőmérsékletét, a légkör összetételét, a tengervíz sótartalmát – azokat az alapsfeltételeket, amelyek az élőlények és önmaga fennmaradásához szükségesek.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.*

5 pont

Soroljon fel ötöt a pszichológiai immunrendszer összetevői közül!

- pozitív gondolkodás
- kontrollézés
- koherenciaézés
- öntisztelet
- növekedésézés
- rugalmasság
- empátia
- leleményesség
- énhatékonyság-ézés
- társas monitorozás
- mobilizálás képessége
- szociális alkotóképesség
- szinkronképesség
- kitartásképesség
- impulzivitáskontroll
- érzelmi kontroll
- ingerlékenységgtátlás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

4 pont

Ismertesse a randomizált, kettősvak-vizsgálatok lényegét!

A kísérleti alanyokat véletlenszerűen és a kísérletet vezető személyek tudomása, ismerete nélkül osztják be a kísérleti vagy a kontrollcsoportokba. Kettősvak-vizsgálat során sem a beteg, sem az orvos nem tudja, hogy a páciens a valódi, vagy a hatás nélküli szert kapja-e.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.

7 pont

Nevezze meg a hagyományos tibeti orvoslás alapján a testet felépítő alkotórészeket!

- táplálékesszencia
- vér
- izomszövet
- zsírszövet
- csontszövet
- csontvelő
- sperma, illetve pete

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

5 pont

Rendezze az Öt fázisnak megfelelően a felsorolt folyamatokat! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. átalakulás
2. születés
3. raktározás
4. aratás
5. növekedés

FA: ...2....

TŰZ: ...5....

FÖLD: ...1....

FÉM: ...4....

VÍZ: ...3....

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

6. 4 pont
Egészítse ki a mondatokat!

A tibeti orvoslásban a Három Nedv közül legfontosabb szerepe a *...szélnek...* van. Ez felelős az *...izgatottságért...*, a kórokozók koncentrációjáért, az *...epe...* és a *...nyálka...* terjedéséért, valamint a beteg szervezet leromlottságáért.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.* 2 pont
Írja le röviden a Hay-féle választó étrend alapelvét!

Jelentős szénhidrát-tartalmú és jelentős fehérjetartalmú ételek nem fogyaszthatók együtt, azokat semleges étellel pl. zöldséggel, salátával kell enni.

8.* 5 pont
Határozza meg az insomniá lényegét és lehetséges okait!

Lényege: *alvásra való képtelenség*

Okai: Írjon négyet!

- *időskor*
- *pszichés tényezők pl.: stressz, életesemények*
- *csökkent melatonin-kiválasztás*
- *egyes gyógyszerek*
- *fizikai aktivitás hiánya*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9. 5 pont
Csoportosítsa a felsorolt táplálékokat/élelmiszereket a megadott szempontok szerint! Írja a helyes válasz sorszámát a megfelelő helyre!

1. sajt
2. gomba
3. csírák
4. gyümölcs
5. fehér liszt

Alacsony rosttartalmúak: *...1., 5....*

Magas rosttartalmúak: *...2., 3., 4....*

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

10.

4 pont

Határozza meg az alábbi kifejezések magyar jelentését!Shiatsu: *ujjnyomás*Hara: *has*Kí: *az energia japán megnevezése*Tsubo: *az akupunktúrás pontok japán elnevezése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

5 pont

Soroljon fel a legfontosabb növényi hatóanyagok közül ötöt!

- *szénhidrátok és nyálkaanyagok*
- *glikozidok*
- *szaponinok*
- *keserűanyagok*
- *cser-, vagy cserzőanyagok*
- *csípős anyagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.*

4 pont

Nevezzen meg a hangterápia kedvező hatásai közül négyet!

- *harmonizálja a belső energiát*
- *oldja a feszültséget*
- *fájdalomcsillapító*
- *oldja az érzelmi problémákat*
- *beindítja az öngyógyító mechanizmust*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

5 pont

Ismertesse a különböző kineziológiai rendszerek közös jellemzőit! Írjon ötöt!

- *izomtesztelést, mint bio-feedbacket használnak a test energetikai és fizikai állapotának felmérésére*
- *az alkalmazott kineziológiát kivéve nem diagnosztizálnak*
- *energetikai kiegyensúlyozást végeznek*
- *integrálják az agyműködést*
- *stresszoldást végeznek*
- *mindegyik preventív*
- *holisztikus rendszerek*
- *az energetikai rendszeren keresztül a test öngyógyító reflexeit aktiválják*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

2 pont **Határozza meg a homeopátia célját!**

A testi-lelki egyensúly visszaállítása, a szervezet öngyógyító mechanizmusának aktiválása.

15.*

3 pont **Írjon a mobilizáció indikációi közül hármat!**

- *szegmentális (regionális) blokk*
- *erős fájdalommal járó, egy mozgásszegmentumra terjedő blokk*
- *kifejezett ízületi mozgásbeszűkülés*
- *fájdalmas izomfeszülések, rövidülések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.*

2 pont **Ismertesse az antropozófus gyógyászat egészségfogalmát!**

Egészséges az a szervezet, amelynek jövőbeli lehetőségei nem korlátozódnak idejekorán, az illető egyensúlyban öregszik.

17.*

5 pont **Soroljon fel a lehetséges fogászati góccok közül ötöt!**

- *minden turbinával fűrt, tömött fog (különösen az amalgámtömés)*
- *minden gyökérkezelt fog*
- *minden simán extrakcióval (kihúzással) eltávolított fog helye*
- *minden implantátum, csap*
- *minden hely, ahol a híd, a pótlás, vagy a protézis nyomja, irritálja a nyálkahártyát*
- *minden fogágygyulladásos zóna (ínysorvadás, tasak, ínnyulladás, fogkövesség nyomán kialakult degeneratív folyamat)*
- *minden szájsebészeti beavatkozás nyomán létrejött heg*
- *hiányzó fogágy, elsorvadt fogíny pótlására alkalmazott kollagénfeltöltések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

3 pont

Ismertesse 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"> - izmok - csontok - a test egész statikája 	<ul style="list-style-type: none"> - táplálkozás - vegyi anyagok jelenléte 	<ul style="list-style-type: none"> - mindennapi stressz - önértékelés

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.*

2 pont

Határozza meg az ortomolekuláris medicina fogalmát!

Az egészség fenntartásának és betegségek gyógyításának az a módja, mely során az emberi testben normálisan jelen levő és egyébként az egészséghez szükséges anyagok koncentrációját változtatjuk.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.*

5 pont

Írjon a teljes anamnézisérvétel legfontosabb részei közül ötöt!

- aktuális anamnézis
- orvosi anamnézis
- célzott anamnézis
- személyiség anamnézis
- pszichológiai anamnézis
- saját módszer (természetgyógyászati) anamnézis
- fogászati anamnézis

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.*

4 pont

Soroljon fel négy szivárványhártya tulajdonságot, amit az íriszdiagnosztika vizsgál!

- az írisz alakja
- az írisz egyenletessége
- az írisz sűrűsége
- a pupilla formája
- a pupilla szegélyének állapota

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

4 pont

Párosítsa a fizikális vizsgálat részeit a latin elnevezéseikkel! Írja a betűjel mellé a helyes válasz sorszámát!

- A. megtekintés
- B. tapintás
- C. kopogtatás
- D. szaglás

- 1. palpatio
- 2. olfactio
- 3. inspectio
- 4. percussio

A.—...**3**..., B.—...**1**..., C.—...**4**..., D.—...**2**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.*

3 pont

Határozza meg, mit jelent a természetgyógyászat alapelveihez kapcsolódóan a partneri viszony a pácienssel!

A páciens aktívan részt vesz a kezelés folyamatában. A természetgyógyász és a páciens között folyamatos egyeztetés, másként fogalmazva egy alkufolyamat zajlik.

24.

3 pont

Húzza alá a felsoroltak közül a szemfenékbetegségek kialakulásában szerepet játszó tényezőket!

- dohányzás
- mozgásszegény életmód
- normál vérkoleszterinszint
- állandó napfényben végzett munka
- vitaminszegény étrend
- zsírszegény étrend

(Csak a 3 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

25.***5 pont**

Soroljon fel ötöt a fülzúgás (tinnitus) esetén alkalmazható komplementer terápiai lehetőségek közül!

- *salaktalanítás*
- *testsúlyrendezés*
- *neuráalterápia*
- *akupunktúra*
- *manuális medicina*
- *craniosacralis terápia*
- *nyaki, háti speciális masszírozások*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)