

„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 14.**

**X. 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.\*

2 pont

**Határozza meg a komplementer medicina fogalmát!**

*Kiegészíti a hivatalos orvoslást, figyelembe veszi saját lehetőségeit, határait, és a versengés helyett az együtműködésre törekszik.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

4 pont

**Sorolja fel a stresszállapot tartós fennállása esetén jelentkező pszichés problémákat!**

- *szorongás*
- *tanult tehetetlenség*
- *depresszió*
- *poszttraumás stressz-szindróma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.

1 pont

**Ismertesse, hogy mi a teendő akkor, ha az Önhöz fordult kliensnél betegség gyanúját állapítja meg, de a kliens még nem áll orvosi kezelés alatt ezzel a betegséggel!**

*...További orvosi vizsgálatra kell küldeni a klienst...*

4.\*

5 pont

**Nevezzen meg a nonverbális kommunikáció megjelenési formái közül ötöt!**

- *arcmimika*
- *hangsúly*
- *hangszín*
- *hangerő*
- *gesztusok*
- *testtartás*
- *tekintetváltás*
- *térközszabályozás*
- *öltözködés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5. 5 pont   
**Sorolja fel a hagyományos kínai orvoslás szerint a betegségek öt független okát!**

- *étrendi hibák*
- *túlzott nemi aktivitás*
- *kimerüléssel járó fáradtság*
- *sérülések*
- *elősködők*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6. 3 pont   
**Húzza alá az alábbi felsorolásból a dosákat!**

- vata
- prakriti
- szatva
- pitta
- radzsasz
- kapha
- tamasz

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

7.\* 5 pont   
**Nevezze meg a tibeti orvoslás szerint a szél betegségeire jellemző tüneteket! Írjon ötöt!**

- *ásítás*
- *borzongás*
- *nyújtózkodás*
- *hideglelés*
- *csípőízületi fájdalom*
- *farkcsonttájéki fájdalom*
- *rendszerintelenül jelentkező, különböző helyeken felbukkanó éles fájdalom*
- *meleg hullámok*
- *érzéki tompaság*
- *az elme bizonytalansága*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.\*

3 pont

**Soroljon fel az apiterápiás termékek közül hármat!**

- *méz*
- *virágpó*
- *propolisz*
- *méhméreg*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.\*

2 pont

**Ismertesse röviden a salutogenezis lényegét!**

*Az egészség megtartásához, betegség esetén a gyógyuláshoz szükséges tényezők számbavétele. Azon tényezők részletezése, melynek révén egy adott közösségen belül a személy egészséges tud maradni.*

10.

5 pont

**Csoportosítsa a felsorolt tápanyagokat a megadott szempontok szerint!  
Írja a helyes válasz sorszámát a megfelelő helyre!**

1. hús
2. fehér rizs
3. barna rizs
4. sajt
5. gomba

Alacsony rosttartalmúak: ...*1., 2., 4.*...Magas rosttartalmúak: ...*3., 5.*...

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

11.\*

5 pont

**Nevezzen meg öt jóga irányzatot!**

- *bhakti*
- *karma*
- *hatha*
- *dnyána*
- *mantra*
- *rádzsa*
- *tantra*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.\*

5 pont **Írjon öt magas antioxidáns-tartalmú táplálékot!**

- *vörös káposzta*
- *paprika*
- *paradicsom*
- *alga*
- *spenót*
- *szeder*
- *áfonya*
- *ribizli*
- *piros szőlő*
- *brokkoli*
- *fokhagyma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

2 pont **Ismertesse a moxálást az alábbi szempontok szerint!**

Lényege:

*A kezelendő területet hővel stimulálják.*

Hatása:

*Feloldhatók a pangások, a blokkok a meridiánokban és jelentős energetikai, élettani hatás érhető el.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.\*

3 pont **Fogalmazza meg röviden az alkoholos gyógynövénykivonatok előnyeit!***Használatukkal elkerülhetővé válik a fűvek romlása, előregedése, a gyógyerő nagyobb része megmarad, és gyakorlatilag korlátlan ideig megőrizhető.*

15.

3 pont **Nevezze meg a homeopátia három alaptörvényét!**

- *hasonlóság elve*
- *gyógyszervizsgálat*
- *potenciálás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.\*

8 pont 

**Sorolja fel az antropozófus gyógyászat terápiájának négy szintjét egy-egy példával!**

- *fizikai szint (fizikai szervezet): pl.: fizikai beavatkozások, allopatíás, szintetikus vagy természetes eredetű gyógyszerek*
- *vitalitás szintje (éter-szervezet): pl.: diétetika, ritmusok, mozgás, életvitel*
- *érzelmi szint (asztrálszervezet): pl.: önismeret, pszichoterápia, művészeti terápiák*
- *individuális szint (én-szervezet): pl.: önazonosság, életút, spiritualitás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.\*

4 pont 

**Ismertesse a szájúregi elektromos terhelés lényegét!**

*A szájba bekerülő fémek – fémtömések, fémvázis koronák, hidak, fémvázis kivehető fogpótlások – elektromos tulajdonsággal rendelkeznek, bennük feszültség, áramerősség indukálódik a milliVoltos (mV), mikroAmperes ( $\mu A$ ) mérési tartományban (nWs). Ez különböző direkt és indirekt zavarok forrása lehet. Az így kialakuló zavarokat elektromos terhelésnek nevezzük.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.\*

5 pont 

**Nevezzen meg a bélfőrárendezés lehetőségei közül ötöt!**

- *növényi alapú étrend alkalmazása*
- *bőjt*
- *több folyadék fogyasztása*
- *kolonhidroterápia*
- *hashajtás*
- *májpakolás*
- *reflexzóna-kezelés*
- *ózonkezelés*
- *probiotikus kezelés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

3 pont 

**Írja le a hajanalízis vizsgálat elvégzésének céljait!**

- *a szervezet krónikus ásványhiányainak felderítése*
- *a táplálkozás egyoldalúságának, vagy a felszívódás hiányosságainak kimutatása*
- *a szervezetben lévő nehézfémek túlzott előfordulásának kimutatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.\*

6 pont 

**Sorolja fel és röviden jellemezze az anamnézisek fő fajtáit!**

- *Sürgősségi anamnézis: amikor az orvosnak vagy a gyógyítónak láthatóan azonnali intézkedésre van szüksége, akkor csak a legfontosabb, az akut teendőket megszabó információk után érdeklődik.*
- *Helyzetanamnézis: amelyet a természetgyógyász is a leggyakrabban vesz fel, hogy tájékozódjon az elrendelt kezelés szempontjából fontos történésekről és panaszokról.*
- *Szisztematikus, teljes anamnézis: amely minden fontos anamnesztikus adatot magában foglal. Az egymást követő találkozások alkalmával a bizalom erősödésével és az állapot változásával folyamatosan bővül, és sohasem ér véget.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

2 pont 

**Egészítse ki az alábbi mondatot!**

A Kínai kézdiagnosztika Jin-jang szerinti besorolása esetén a nedves, hideg tenyér *...janghiányos...* állapotra utal, míg a forró tenyér a *...jin hiányát...* mutatja.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

4 pont 

**Egészítse ki a testtartásformákkal kapcsolatos táblázat hiányzó részeit!**

Mayr-diagnosztika szerinti tartásformák	Testi megjelenési forma
nekifutó tartás	<i>lumbalis gerinc kiegyenesedése</i>
<i>kacsaállás</i>	kombinált lumbalis kiegyenesedés és hyperlordosis
<i>hanyag tartás</i>	lumbalis lordosis mellkasi kyphosissal
<i>vigyázzállás</i>	lumbalis hyperlordosis

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



23.

8 pont 

**Csoportosítsa a felsorolt fogamzásgátló módszereket a megadott szempontok szerint! Írja a helyes válasz sorszámát a megfelelő helyre!**

1. kondom
2. Billings-módszer
3. hormonális kontracepció
4. naptármódszer
5. pesszárrium
6. ondósejtet elpusztító anyagok (zselék, krémek, stb.)
7. intrauterin eszközök
8. coitus interruptus

Természetgyógyászati szempontból elutasítandó módszerek:

...3., 6., 7. ...

Természetgyógyászati szempontból elfogadható módszerek:

...1., 2., 4., 5., 8....

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

24.

3 pont 

**Sorolja fel a protokoll szerinti kezelés előnyeit!**

- *biztonságos, minimalizálja a szubjektivitásból, egyéni tévedésekből eredő kockázati tényezőket*
- *követi a tudomány fejlődését*
- *viszonylag gyors döntést tesz lehetővé*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.\*

4 pont 

**Nevezzen meg a prosztatamegnagyobbodás kezelésére szolgáló növényi anyagok közül négyet!**

- *szójakivonatok*
- *gránátalma-kivonatok*
- *csalángyökér-kivonatok*
- *héj nélküli tökmagkivonat*
- *fűrészpálma-kivonatok*
- *pygeum africanum kivonat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)