

„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*

**2022. november 10.**

**VI. 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

**Nevezzen meg a természetgyógyász kiemelt prevenciós feladatai közül hármat!**

- *egészségvédő módszerek, technikák tanítása*
- *egészségtudatos magatartás kialakítása*
- *az életmód formálása*
- *egészségtudatos szemléletmód kialakítása*
- *önszabályozó technikák oktatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.\*

4 pont

**Írja le a salakanyagra vonatkozó ismereteit a megadott szempontok szerint!**

Fogalma:

*A szervezet számára haszontalan, idegen vagy túlzott mennyiségben jelen levő belső, vagy külső eredetű molekulák és azok anyagcseretermékei.*

Jellemzői: Írjon kettőt!

- *teher a szervezet anyagcseréje számára*
- *nehezíti, blokkolja a normális biokémiai és élettani folyamatokat: az immunműködést, az anyagcserét, az adaptációs képességet, valamennyi szervrendszer működését, regenerációs és más önszabályzó képességeket*
- *a salakanyagok többsége savas, vagy semleges kémhatású*

(Helyes válaszonként a fogalomra 2 pont, a jellemzőkre 1-1 pont adható!)

3.

4 pont

**Határozza meg a humanisztikus pszichológia alapelveit!**

- *„önmegvalósítás”*
- *a középpontban az élményeket átélő személy áll*
- *a jelentésteliségnek meg kell előznie az objektivitást*
- *a személy méltósága a legfőbb érték*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.\*

5 pont 

**Soroljon fel a nonverbális kommunikáció megjelenési formái közül ötöt!**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

6 pont 

**Nevezze meg azokat az egyéb szempontokat, melyeket a dósák állapotának felmérése mellett a vizsgálat során az ájurvédikus orvoslás szerint az orvosnak meg kell ítélnie!**

- *a kiváltó faktor*
- *a folyamat kezdete*
- *a folyamat lokalizációja*
- *a progresszió foka*
- *az enyhülés*
- *a következmény*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

5 pont 

**Rendezze a jellemzőket a tibeti orvoslás szerint az epe fajtáihoz! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. a szemben honos, a látási folyamatban tölt be irányító szerepet
2. tartózkodási helye a máj, fő tevékenysége pedig a tápláléknak a Test Hét Alkotórészévé való alakítása
3. a szívben lakik, olyan szellemi magatartások gerjesztését határozza meg, mint például a büszkeség vagy a vágyakozás
4. lakóhelye a bőr, elsődleges feladata pedig a bőr színének alakítása
5. elsődleges tartózkodási helye a gyomor és a nyombél tájékán van

Metabolikus epe: ...**5**...Színtelenítő epe: ...**2**...Meghatározó epe: ...**3**...Láttató epe: ...**1**...Színező epe: ...**4**...

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

7. 4 pont

**Húzza alá a jin megnyilvánulásainak helyét a test részeiben, a szervekben és a szövetekben!**

- külső, hátsó, felső testfél
- belső, hasi oldal, alsó testfél
- csontok, izmok
- inak, bőnyék
- Zang szervek
- bőrfelszín, testszőrzet
- Fu szervek
- Hármás Melegítő

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

8.\* 4 pont

**Írjon egy-egy példát az alábbi méregtelenítési lehetőségekre!**

- bőrön keresztül - ...*szauna, gyógyfürdő, izzasztó kúrák*...
- bélrendszeren keresztül - ...*diéta, böjt, hashajtás, beöntés*...
- vesén keresztül - ...*fitoterápiás szerek, homeopátiás szerek*...
- tüdön keresztül - ...*légző gyakorlatok, antropozófikus szerek*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.\* 4 pont

**Soroljon fel olyan egyszerű módszereket, melyek otthon is alkalmazhatók öngyógyításra! Írjon négyet!**

- *gyógynövények alkalmazása*
- *bélflóra-helyreállító szerek alkalmazása*
- *táplálkozási megszorítások*
- *rövidebb salaktalanító kúrák*
- *pakolások*
- *egyszerű akupresszúrás pontok kezelése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.\* 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!)

11.\*

3 pont **Írja le az értékes élelmiszer három jellemzőjét!**

- *megtartja az élő anyagra jellemző szervezettségét, komplexitását, természetességét*
- *a lehető legnagyobb és leoptimalisabb arányban tartalmazza a szervezetünk egészségét építő anyagait*
- *a lehető legkisebb arányban tartalmazza a szervezetünket terhelő, felesleges anyagokat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.\*

5 pont **Írja le az alábbi fizioterápiás módszerek tartalmi jelentését!**

- helioterápia – *a napfény gyógyító hatásainak felhasználása*
- termoterápia – *meleg, vagy hideg hővel végzett kezelés*
- hidroterápia – *a víz fizikai tulajdonságainak felhasználása a gyógyításban*
- balneoterápia – *a termásvíz külső és belső felhasználása*
- elektroterápia – *gyengített elektromos áram felhasználása a gyógyításban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

2 pont **Definiálja a passzív mozgástartomány fogalmát!***Külső erővel elérhető mozgás az aktív és anatómiai mozgáshatár között.*

14.\*

4 pont **Ismertesse a neuráalterápia célját!***Részben a vegetatív idegrendszer szegmentális elrendezéséből adódó szabályzó, másrészt az alaprendszer (extracelluláris mátrix) áthangolásából vagy a kínai meridiánrendszerben létrehozott energetikai változásokból adódó áthangoló, gócot kikapcsoló, gyógyító hatás.*

15.\*

3 pont **Soroljon fel a fogászati implantátumok beültetésének lehetséges negatív következményei közül hármat!**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.\*

4 pont

Sorolja fel a **Three in One Concepts (One Brain)** természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb eszközeit! Írjon négyet!

- *viselkedési barométer*
- *izomtesztelés*
- *érzelmi stresszoldó technikák*
- *korregresszió*
- *jövőprogresszió*
- *ujjmódok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.\*

5 pont

Ismertessen a homeopátiás gyógyszerek bevételi és tárolási szabályai közül ötöt!

- *A homeopátiás gyógyszereket elektromágneses sugárforrás, pl. mobiltelefon, TV, rádió, számítógép, mikrohullámú sütő 0,5 - 1 méteres távolságon belül nem lehet tárolni.*
- *A homeopátiás golyókat el kell szopogatni, mert a hatóanyag a szájnyálkahártyáról szívódik fel a legkönnyebben.*
- *Olyan esetben, amikor a golyókat fel kell oldani, akkor csapvízben oldjuk, és ehhez fém eszközt ne használjunk.*
- *Lehetőleg ne érintsük kézzel a golyókat, mert a hatóanyag nagy része a golyócskák felületén található.*
- *A teljes felszívódás érdekében a gyógyszerek bevétele előtti és utáni fél-fél órában az evést, ivást, fogmosást, cigarettázást, más gyógyszer bevitelét valamint a rágógumizást kerülni kell.*
- *Fogmosáshoz a kezelés teljes ideje alatt mentolmentes fogkrémet kell használni és semmilyen mentolt tartalmazó anyagot nem lehet alkalmazni.*
- *Az illóolajok használatát kerülni kell.*
- *Csökkenteni, illetve érdemes teljesen kiiktatni a dohányzást, kávé-, illetve a kóla fogyasztást.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.

1 pont

Írja le a **Mayr-diagnosztika** szerint a **BM** rövidítés magyar jelentését!

*...hastérfogat...*

19.\*

6 pont

**Nevezze meg, majd jellemezze röviden 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!)

20.\*

2 pont

**Ismertesse az alkati típusokba való besorolás központi gondolatát!**

*A testről leolvasható külső jegyek (méret, arányok, testtartás, mozgékonyosság, stb.) együtt járnak bizonyos belső tulajdonságokkal, pl. a vérmérséklettel, mentális jellegzetességekkel, betegségekre való hajlamokkal.*

21.\*

3 pont

**Soroljon fel a mikrorendszerek diagnosztikai előnyei közül hármat!**

- *nagy részük könnyen hozzáférhető*
- *többségük eszköz, műszer nélkül, megtekintéssel, 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!)

22.\*

4 pont

**Jellemezze R. A. Dale mikroakupunktúrás (reflexológiás) alapelveit, melyek minden mikrorendszerre alkalmazhatók! Írjon négyet!**

- *a mikroakupunktúrás rendszer a test valamennyi részén megtalálható*
- *a mikrorendszerek anatómiai felépítésünk holografikus lenyomatai*
- *közvetlenül kapcsolódik az akupunktúra makrorendszeréhez (egész test), és felhasználható a makroenergiakör befolyásolására és kiegyensúlyozására*
- *valamennyi reflexkezelési rendszerben a mikro- és makropontok egyaránt funkcionálisan kétirányúak*
- *valamennyi mikropontot alacsony elektromos ellenállás jellemez a bőr felszínén*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



23.\*

5 pont 

Írja le azokat a vizsgálatokat, melyeket gyakran végeznek az emésztőrendszer funkcionális zavara esetén! Írjon ötöt!

- *bélflóra-összetétel meghatározása*
- *candida-túlszaporulat meghatározása*
- *calprotectin, alfa-antitripszin meghatározása a gyulladásos folyamatok és a bélrenyheség megítélésére*
- *élelmiszerintolerancia tesztelése*
- *Mayr-féle hasi diagnosztika*
- *Enderlein-féle vércseppanalízis*
- *BETA-vizsgálat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.

5 pont 

Csoportosítsa az alábbi gyógynövényeket a vesekő távozását segítő kezelések szerint! Írja a betűjeleket a megfelelő helyre!

- A. festőbuzér (*Rubia tinctorum*)
- B. aranyvesszőfű (*Solidago sp.*)
- C. tövises iglice (*ononis spinosa*)
- D. gyermekláncfű (*taraxacum officinale*)
- E. nyírfalevél (*betula pendula*)

görcsoldó: ...*C*...kőoldó: ...*A*...vízhajtó: ...*B., D., E*...

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

25.\*

6 pont 

Soroljon fel a hajhullás leggyakoribb okai közül hatot!

- *ásványianyag-hiány*
- *a máj működési zavara*
- *a vese működési zavara*
- *nehézfémterheltség*
- *belső mérgezettség állapota*
- *hormonális zavar*
- *allergia*
- *lelki ok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)