

„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

2024. február 12.

II. 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

Soroljon fel a húgyúti kövesség kialakulását elősegítő tényezők közül kettőt!

- sok állati terméket, halott élelmiszert tartalmazó étrend
- kevés folyadék fogyasztása
- mozgásszegény életmód

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.*

4 pont

Ismertesse röviden az alábbi, anyagcserével kapcsolatos fogalmakat!

Metabolizmus: *a szervezetben lezajló azon folyamatoknak az összessége, melyeknek keretében a test alkotóelemei felépülnek, működnek és elbomlanak a tápanyagok és más anyagok felvétele, felhasználása és eltávolítása révén.*

Katabolizmus: *az anyagcsere folyamán az összetett anyagok összetevőikre bomlanak.*

Anabolizmus: *a szervezet életéhez szükséges anyagok építőköveikből épülnek fel.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

3 pont

Nevezzen meg a kóros körömelváltozások lehetséges kiváltó okai közül hármat!

- szívelégtelenség
- ásványi anyagok hiánya
- vitaminhiány
- gombás fertőzés

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

4 pont

Írjon le a természetgyógyászati szempontból elfogadható fogamzásgátló módszerek közül négyet!

- Billings-módszer
- naptármódszer
- pesszárrium
- kondom
- coitus interruptus

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

3 pont

Töltse ki a komplex látásszűrésre vonatkozó táblázat hiányzó részeit!

Komplex látásszűrés elemei	A vizsgálat célja
<i>glaukómaszűrés</i>	zöldhályog felismerése
funduskamerás szűrés	<i>szemfenék-meszesedés felismerése</i>
komputeres látásvizsgálat	szemüvegvizsgálat, dioptria megállapítása
<i>látótérszűrés</i>	látóideghártya működésének ellenőrzése

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.*

5 pont

Határozzon meg ötöt a természetgyógyászati anamnézis felvétel célkitűzései közül!

- *annak eldöntése, hogy fennáll-e a vészhelyzet, ami miatt tovább kell küldeni a beteget*
- *a kezelési terv felállításához szükséges információk megértése*
- *konzultáció, vagy konzílium szükségességének megítélése*
- *orvosi/szakorvosi kezelés szükségességének eldöntése*
- *gyógyszeresedés felmérése*
- *életmód, közérzet, testsúly, étvágy, széket alakulásának megismerése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

5 pont

Párosítsa a Mayr-diagnosztika által meghatározott kifejezéseket a megfelelő rövidítésekkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

- | | |
|---------------------|--------|
| A. lapockatávolság | 1. HL |
| B. nagyhas-térfogat | 2. BM |
| C. lordózismérték | 3. SA |
| D. nyakhossz | 4. LO |
| E. hastérfogat | 5. GBM |

A.—...**3**...., B.—...**5**...., C.—...**4**...., D.—...**1**...., E.—...**2**....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.*

2 pont

Definiálja a projekciós terület fogalmát!

A szervezet egésze vagy bizonyos szervek, testrészek kivetülnek, megjelennek egy kisebb testtájon, testrészen.

9.*

4 pont

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

- *a mikroakupunktúrák 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!)

10.

1 pont

Határozza meg az osteokinematikában használt alábbi fogalmat a leírása alapján!

Fokokban mérhető elmozdulás egy szegmentumban:

...mozgáspálya (range of movement, ROM)...

11.*

3 pont

Ismertesse a másodpercjelenség lényegét a neuráalterápiában!

A beteg panaszai (fájdalmak, mozgáskorlátozottság) egy távoli zavarómező neuráalterápiás kezelésével megszüntethetők úgy, hogy a hatás az infiltráció pillanatában létrejön, és legalább 20 órán át tart (fogaknál 8 óra), az ismétlés pedig egyre hosszabb hatást eredményez.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.*

5 pont

Soroljon fel öt olyan betegséget/állapotot, amely fennállása esetén a C-vitamin szedését javasolja!

- *allergiák*
- *szív- és érrendszeri betegségek*
- *cukorbetegség*
- *szürkehályog*
- *tumoros megbetegedések*
- *herpesz*
- *megfázásos, influenzás betegségek*
- *dohányzás*
- *lassú sebgyógyulás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

4 pont

Írjon egy-egy előállítási formát az antropozófus gyógyászat alábbi gyógyszeralapanyagai mellé!

- *ásványok: ...porítás, oldatba vitel...*
- *fémek: ...desztillálás, redukálás, fémtükör-készítés...*
- *növények: ...digestio, fermentálás, elszenesítés, elhamvasztás...*
- *állati eredetű anyagok: ...vizes, alkoholos, glicerines kivonat...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

5 pont

Nevezze meg a különböző kineziológiai rendszerek közös jellemzőit! Írjon ötöt!

- *izomtesztelést, mint bio-feedback-et 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!)

15.

6 pont

Csoportosítsa az alábbi táplálékokat a megadott szempontok szerint! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. sárgadinnye
2. algák
3. brokkoli
4. aszalt szilva
5. ananász
6. káposzta

Antioxidáns források: ...*1., 2.*...

Bélműködést javító táplálékok: ...*3., 4., 5., 6.*...

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

16.*

2 pont

Fogalmazza meg röviden a csikung gyakorlása során alkalmazott gyógyító hangok hatását a szervezetre!

Az egyes hangok különböző minőségű rezgésekkel rendelkeznek, melyek befolyásolják a szervezet, elsősorban az idegrendszer működését.

17.*

5 pont

Soroljon fel a gyógynövényes fürdők leggyakoribb javallatai közül ötöt!

- *légúti fertőzések*
- *megfázások*
- *reumatikus mozgásszervi betegségek*
- *bőrproblémák*
- *stressz*
- *alvászavarok*
- *levertség*
- *fáradtság*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.

5 pont

Nevezze meg a komplex Kneipp-kúra összetevőit!

- *vízúra*
- *rendterápia*
- *táplálkozásterápia*
- *mozgásterápia*
- *fitoterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

5 pont

Határozza meg a betegségek öt „független” okát a hagyományos kínai orvoslás szerint!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.

1 pont

Írja le Diószegi Sámuel 1813-ban, népi orvoslás témakörben megjelent művének a címét!

...*Orvosi füvészkönyv*...

21.

3 pont

Rendezze a megadott pulzusjellemzőket a tibeti orvoslás szerinti alapvető pulzusfajtákhoz! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. mély, hanyatló és lassú
2. gyors, kiterjedt és, hömpölygő
3. üres, meg-megáll és lebegő

az epe pulzusa: ...*2*...

a nyálka pulzusa: ...*1*...

a szél pulzusa: ...*3*...

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

22.*

7 pont

Soroljon fel az ájurvédikus orvoslásban a páciens állapotának, erőnlétének megítéléséhez vizsgálandó tényezők közül hetet!

- *prakriti (születéskori testi állapot)*
- *vikriti (megbetegedés nyomán kialakult állapot)*
- *szövetek állapota*
- *tömörség, súly*
- *ajak*
- *adaptációs képesség*
- *pszichológiai kondíció*
- *ételfelvevő képesség és emésztőképesség*
- *munka és testi gyakorlatok képessége*
- *életkor*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.*

2 pont **Határozza meg a helper szindróma lényegét!**

A segítség nárcisztikus (önimádattal eltelt) örömforrássá válik, a segítő hivatás drogozáshoz hasonló addikció (függőség) jelleggel működik.

24.*

4 pont **Ismertesse a pufferoldatok fogalmát, jelentőségét!**

Fogalma: *Az olyan oldatokat, amelyeknek a pH-ja bizonyos határok között állandó, pufferoldatoknak nevezzük.*

Jelentősége: *A pufferek egymásba kapcsolódó finom kémiai szabályozórendszert alkotnak, melynek végső célja a hidrogénion-koncentráció állandóságának biztosítása. A szervezet szabályozórendszere, enzimei csak néhány tizedes pH-eltérést képesek elviselni károsodás nélkül.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.*

4 pont **Hasonlítsa össze a modern medicina és a természetgyógyászat szemléletmódját!**

Modern medicina: *a patogenetikus szemléletmódra épül, mely a betegségek okát, leküzdését tartja fontosnak.*

A természetgyógyászat: *a salutogenetikus szemléletmódra épül, melynek központi kérdése olyan gondolkodásmód és viselkedési forma kialakítása, melynek során meg lehet őrizni az egészséget.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

6 pont **Írjon hat olyan módszert/lehetőséget, amelyet a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénéjének) megőrzésére, a kiégés megelőzésére választhat!**

- *meditáció*
- *relaxáció*
- *természetjárás*
- *mély, bensőséges emberi kapcsolatok kialakítása*
- *keleti mozgásgyakorlatok végzése*
- *keleti légzőgyakorlatok végzése*
- *vitalitásgenerátorok alkalmazása (nevetés, érintés, testmozgás)*
- *a munka változatosabbá tétele (önképzés, kutatás, tanítás)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)