

„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 14.

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.*

3 pont

Írja le az ököpszichológia alaptételeit!

- *az ember egészsége/életminősége és a környezet állapota nem független egymástól*
- *az ember néha nincs tisztában azzal, hogy közérzeti/pszichés problémáit a természettel való kapcsolat megszakadása okozza*
- *az ember okozója, elszenvedője, és a megváltoztatás birtokosa a természettel kapcsolatos problémáknak*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

3 pont

Húzza alá a felsorolásból az ókori Kína „három tanításának” nevezett eszmerendszer elemeit!

- konfucianizmus
- hinduizmus
- buddhizmus
- brahmanizmus
- taoizmus
- dzsainizmus

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

3.

1 pont

Nevezze meg a természetes életmódhoz fűződő fogalmat, az alábbi meghatározás alapján!

Olyan mutatószám, amely kifejezi egy embernek, vagy egy adott területen élő népességnek a természetre gyakorolt hatását:

... *ökológiai lábnyom*...

4.*

3 pont

Soroljon fel a proszociális viselkedés háttérében álló indíttatások közül hármat!

- *önjutalmazás*
- *azonosulás*
- *viszonzás reménye*
- *a külső elismerés kivívása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

5 pont

Húzza alá a felsorolásból a kizárólag orvosi szakképesítéssel végezhető természetgyógyászati tevékenységeket!

- homeopátia
- szemtréning eljárások
- alternatív fizioterápiás módszerek
- bioenergetikát alkalmazó módszerek
- fülakupunktúrás addiktológiai eljárások
- méregtelenítő módszerek
- neuráalterápiás módszerek
- akupresszúra
- gerincmanipulációs műfogások
- hagyományos kínai orvoslás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Több válasz aláhúzása esetén nem adható pont!)

6.

4 pont

Írja le a betegségek okainak eredetét a népi orvoslás szerint!

A betegség okai gyökerezhetnek:

- *az egyénen belül*
- *a természeti világban*
- *a társadalmi világban*
- *a természetfeletti világban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

5 pont

Rendezze a szervek problémáit, betegségeit a megadott arcszínhez az Öt Fázis alapján! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. a Lép problémái
2. a Májfunkció-elégtelensége
3. a Szív működészavara
4. a Vese megbetegedése
5. a Tüdő betegsége

Fehér, sápadt arcszín: ...**5**...

Kékeszöld arcszín: ...**2**...

Sárga arcszín: ...**1**...

Sötét arcszín: ...**4**...

Vörös arcszín: ...**3**...

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

8.

7 pont

Nevezze meg a hagyományos kínai orvoslás szerinti Zangszerveket és azok jellegét!

Zangszervek:

- *Szív*
- *Tüdő*
- *Máj*
- *Vese*
- *Lép*
- *Szívburok*

Zangszervek jellege: *jin jellegűek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.

3 pont

Írja le a jóga terápiás alkalmazásához fűződő szakkifejezések magyar jelentését!

Ászana: *testtartás*

Mudra: *kéztartás*

Prána: *energia, életerő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.

4 pont

Párosítsa az összetartozó elemeket és kezelési eljárásokat! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

- | | |
|----------------|---------------------|
| A. Tűz elem | 1. ivókúra |
| B. Víz elem | 2. mágneses terápia |
| C. Föld elem | 3. moxálás |
| D. Levegő elem | 4. klímaterápia |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

4 pont

Soroljon fel a normál bélfloóraegyensúly felbomlásának következményei közül négyet!

- *rothasztó folyamatok elindulása*
- *erjesztő folyamatok elindulása*
- *toxikus anyagok felszaporodása*
- *gázok termelődése*
- *savak termelődése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.

3 pont **Ismertesse a Mayr-kúra célját!**

- *méregtelenítés*
- *helyes táplálkozási technika elsajátítása*
- *a bélrendszer kímélése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

5 pont **Határozza meg az insomnia lényegét és lehetséges okait!**Lényege: *alvásra való képtelenség*

Okai: Írjon négyet!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.

4 pont **Nevezze meg az akut betegség esetén keresett teljes értékű helyi tünet négy elemét homeopátiás gyógymód esetén!**

- *etiológia (betegség kiváltó oka)*
- *lokalizáció (a test azon része, ahol a tünet jelentkezik)*
- *érzések, tünetek jellege (mit érez pontosan)*
- *modalitások (mitől enyhül/erősödik a beteg tünete, illetve általános állapota mitől romlik vagy javul)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.*

4 pont **Írjon le a neuráalterápia ellenjavallatai közül négyet!**

- *allergia*
- *véralvadási zavarok*
- *véralvadásgátló kezelés*
- *fertőzőeses bőrbetegségek*
- *tumorok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.*

5 pont

Ismertesse a Touch for Health (TFH) természetgyógyászati kineziológiai rendszert az alábbiak szerint!

A módszer kidolgozója:

...dr. John Thie...

Célja:

...egyszerű korrekciók segítségével a test természetes energiaáramlásának helyreállítása...

A kezelés várható hatásai: Írjon hármat!

- *csökken a fizikai fájdalom*
- *csökken a mentális fájdalom*
- *csökken a feszültség*
- *javul a testtartás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.

4 pont

Írja be a táblázatba az antropozófus gyógyászat terápiás szintjeit a megadott példák alapján!

antropozófus gyógyászat	
terápiás szintek	példák
<i>érzelmi szint (asztrálszervezet)</i>	önismeret, pszichoterápia, művészeti terápiák
<i>fizikai szint (fizikai szervezet)</i>	fizikai beavatkozások, allopátias, szintetikus, vagy természetes eredetű gyógyszerek
<i>individuális szint (én-szervezet)</i>	önazonosság, életút, spiritualitás
<i>vitalitás szintje (éter-szervezet)</i>	dietetika, ritmusok, mozgás, életvitel

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.

1 pont

Határozza meg az alábbi, osteokinematikában használt fogalmat a leírása alapján!

Fokokban mérhető elmozdulás egy szegmentumban:

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

19.

2 pont

Egészítse ki az alábbi mondatot!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.*

3 pont

Soroljon fel a természetgyógyászatban használt pszichológiai jellegű tesztek közül hármat!

- *pozitív gondolkodás teszt*
- *a stressz hatásait mérő tesztek*
- *a pszichológiai immunrendszert mérő tesztek*
- *életminőség-kérdőívek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.*

2 pont

Fogalmazza meg röviden a termoregulációs diagnosztika lényegét!

A bőr hőmérsékletének mérése alaphelyzetben, majd hőmérsékleti (hideg) provokáció után. A második mérés alkalmával a bőr különböző területeinek hőszabályozási (regulációs) képességéről ad felvilágosítást.

22.

5 pont

Párosítsa a kínai alkattan Öt Fázis szerinti alkati típusokat a rájuk jellemző arcszínekkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válaszok sorszámát!

- | | |
|---------------|------------------|
| A. Fa típus | 1. vörös tónusú |
| B. Tűz típus | 2. fehéres |
| C. Föld típus | 3. zöldes tónusú |
| D. Fém típus | 4. sötét tónusú |
| E. Víz típus | 5. sárgás tónusú |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.

4 pont

Nevezze meg Mayr egészségdiagnosztikájának stádiumait!

1. *optimális egészségi állapot*
2. *szuboptimális egészségi állapot*
3. *általában egészségesnek mondott állapot*
4. *még nem beteg állapot*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

5 pont

Írjon le a hajhullás leggyakoribb okai közül ötöt!

- *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!)

25.

4 pont

Határozza meg a látásélesség-csökkenés mértékét befolyásoló tényezőket szemfenék-megbetegedés esetén!

- *a betegség a retina mely területét érinti*
- *a betegség kiterjedése*
- *az elváltozás típusa (száraz, vagy nedves)*
- *a betegség érinti-e a retina alatti chorioideát (érhártyát)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

4 pont

Soroljon fel a „burnout” szindróma kezelési lehetőségei közül négyet!

- *jóga*
- *reformétrend*
- *meditáció*
- *túrázás*
- *kocogás*
- *úszás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

27.

3 pont

Írja le a nőgyógyászati kiegészítő kezelés három fontos pillérét!

- *góckeresés*
- *testi-lelki méregtelenítés*
- *a bél-, és vaginálflóra helyreállítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)