

„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*

**2023. november 09.**

**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

**Soroljon fel a szervezet terei (szervek/szervezetben előforduló testnedvek) közül négyet, ahol bázikus a folyadékok normális pH-ja!**

- *vérplazma*
- *liquor/agyvíz*
- *hasnyálmirigy nedv*
- *conjunctiva/kötőhártya*
- *rectum/végbél*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

3 pont

**Határozza meg a pszichoszomatikus betegségek kialakulásában szerepet játszó tényezőket!**

- *pszichoszomatikus sérülékenységek*
- *személyiségtényezők*
- *környezeti és társas hatások*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.

2 pont

**Egészítse ki az alábbi mondatokat!**

Az emberi szervezet mint „bonyolult szervezett rendszer” önszabályozó, önszervező képességgel rendelkezik, amely mindig a *...homeosztázis/egyensúlyi állapot...* fenntartására törekszik. Ezt az önmagát helyreállító, egyensúlyban tartó képességet nevezik *...regulációnak/regulációs rendszernek...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.\*

2 pont

**Írja le röviden a voyeur hajlam lényegét!**

*A személy visszaretten az élet megélésétől, ezért a mások életébe való „belekíváncsiskodással” igyekszik pótszerhez jutni.*

5.\*

4 pont

**Ismertesse a természetgyógyászati tevékenységet végzők magatartásával/személyével szemben támasztott elvárásokat! Írjon négyet!**

- *felkészült és kompetens legyen*
- *rendelkezzen önismerettel*
- *legyen hiteles*
- *legyen jó kondícióban fizikailag és mentálisan*
- *rendelkezzen empátiával*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

4 pont **Húzza alá a pitta dósához tartozó fogalmakat!**

- kiválasztás
- emésztés
- légzés
- felnőttkor
- öregkor
- éjféli
- tavaszi
- őszi

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

7.\*

3 pont **Ismertesse a gyógyítás célját a hagyományos tibeti orvoslás szerint!***A gyógyítás célja a Három Nedy, a Test 7 Fizikai Alkotóeleme és a Salakanyagok egyensúlyának helyreállítása.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

5 pont **Nevezze meg az ájurvédikus gyógyítás öt leghatékonyabb méregtelenítési eljárását (Pancsakarma-eljárások)!**

- *terapikus hányás (vahan)*
- *hashajtás (virecsana)*
- *orron keresztüli olajos kezelés (nasja)*
- *beöntés-terápia (basti)*
- *érvágás (rakta móksana)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.

5 pont **Rendezze a szervek problémáit, betegségeit az Öt Fázis alapján az arcszínekhez! 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**...Sárga arcszín: ...**1**...Kékeszöld arcszín: ...**2**...Vörös arcszín: ...**3**...Sötét arcszín: ...**4**...

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

10.\*

2 pont **Definiálja az alkoholos kivonatok (tinktúrák) fogalmát!**

*Tinktúrák alatt a száraz drogok 1:5 (erős hatású növények esetében 1:10) arányú etil-alkoholos kivonatát értjük.*

11.\*

3 pont **Soroljon fel 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!)

12.

3 pont **Húzza alá az egészséges táplálkozási szokásokra vonatkozó helytelen megállapításokat!**

- Az ájurvéda szerint étkezés után a gyomor 1/3-a maradjon üres.
- Az étkezést akkor kell abbahagyni, mikor a gyomor feszüléssel jelez.
- Nem jó megszokásból, a rendszeresség elve érdekében étkezni.
- Az emésztőrendszer nem igényli a szüneteket.
- Az étkezésnek legyen nyugalma, rangja, szertartása.
- Étkezés közben nem árt a víz fogyasztása.

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

13.\*

5 pont **Írjon le a WHO egészségfejlesztési alapelvei közül ötöt!**

- *az egyén megerősítése*
- *részvételen alapul*
- *holisztikus*
- *interszektoriális*
- *egyenlő*
- *fenntartható*
- *összetett stratégia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.\*

5 pont

Soroljon fel öt pozitív hatást, melyet a Feldenkrais-módszer gyakorlása eredményezhet!

- *önismeret fejlődése*
- *testi tudatosság fokozása*
- *mozgáskoordináció javulása*
- *érezkszervek finomodása*
- *kényelmesebb testtartás*
- *feszültség csökkenése*
- *légzés javulása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.\*

1 pont

Határozza meg a homeopátiára használt holisztikus gyógymód kifejezés lényegét!

*A gyógyszer kiválasztásakor az egész embert testi-lelki egységként veszi figyelembe.*

16.

6 pont

Egészítse ki az antropozófus gyógyászat fő élettani rendszereire vonatkozó táblázatot!

Elem	Föld	Víz	Légnemű	Hő és fény
Szervezet	<i>szilárd</i>	<i>folyékony</i>	levegő	hő
Lénytag	fizikai test	<i>étertest</i>	<i>asztrálest</i>	<i>én-szervezet</i>
Fő szerve	<i>tüdő</i>	máj	vese	szív

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.\*

5 pont

Ismertesse a Psychokinesiology természetgyógyászati kineziológiai rendszert az alábbiak szerint!

A rendszer kidolgozója: ...Dr. Dietrich Klinghardt...

A rendszer lényege: ...Alapgondolata az, hogy az izmok lelki ingerekre, képekre, mondatokra, kifejezésekre reagálnak, így izomteszt segítségével vizsgálható a reakciójuk. A megoldatlan lelki konfliktusok (MLK) elraktározódnak az agyban, ott blokkolják az adott terület működését. Az MLK feloldása után a gyógyító folyamatok beindulnak....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.

6 pont

Párosítsa az alábbi enzimescsoportokat az általuk végzett feladatokkal! Írja a betűjel mellé a helyes válasz sorszámát!

- |                    |  |
|--------------------|--|
| A. transzferázok   | 1. hidrolitikus bontás   |
| B. oxidoreduktázok | 2. oxigénfelvételt, illetve hidrogén- és elektronátvitelt katalizálnak |
| C. hidrolázok      | 3. kémiai csoport átvitele egyik vegyületről a másikra                 |
| D. izomerázok      | 4. izomerképződés elősegítése  |
| E. ligázok         | 5. nem hidrolitikus bontás   |
| F. liázok          | 6. bioszintézisek katalizálása   |

A.–...3...., B.–...2...., C.–...1...., D.–...4...., E.–...6...., F.–...5....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.\*

7 pont

Sorolja fel a termoregulációs diagnosztika segítségével készíthető hőszabályozási grafikonok jellemzőit a megadott szempontok szerint!

Normális hőkép jellemzői:

- *hőmérséklet-csökkenés fentről lefelé figyelhető meg*
- *nincs oldaldifferencia*
- *a második méréskor a törzsön, a test két oldalán azonos mértékű, kb. 0,5-1,0 °C hőmérséklet-csökkenés, a fej területén pedig ennél enyhébb hőmérséklet-emelkedés következik be*

A kóros eredmények típusai:

- *regulációs merevség*
- *korlátozott reguláció*
- *túlszabályzás*
- *paradox reakció: a szokásoshoz képest ellenkező irányba tér ki a második mérési érték*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.\*

5 pont 

Írja le az alábbi testtájakról leolvasható jegyeket Ohashi tanai szerint!

Orrnyereg: ...*lefutása tudósít a gerinc állapotáról*...

Orrhegy: ...*a szív állapotát jelzi*...

Orrlyukak: ...*a tüdőállapot indikátorai*...

Orrgyök-szemöldök: ...*jelzi a máj állapotát*...

Száj: ...*színe, vastagsága, alakja elsősorban az emésztőrendszer (gyomor, vastagbél, vékonybél) állapotáról ad információkat*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

1 pont 

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A ...*radiaesthesia*... a föld sugárzások érzékelésének és mérésének módszere.

22.\*

3 pont 

Jellemezze Mayr-diagnosztika szuboptimális egészségi állapotát!

*A normálistól már eltérő jelek észlelhetők, de a páciens még semmilyen betegség tünetet nem érez. Mivel a páciens ereje teljében és minden tünettől mentesnek érzi magát, ezért nem tesz semmit a betegsége megelőzéséért.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.\*

5 pont 

Soroljon fel öt pszichoterápiás módszert!

- *viselkedés- és kognitív terápiák*
- *pszichoanalízis*
- *egyéb analitikusan orientált módszerek (pl. individuálpszichológia)*
- *személyközpontú terápiák*
- *család- és párterápiák*
- *csoportterápiák (pl. pszichodráma)*
- *Gestalt-terápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



24.\*

6 pont

**Írjon le hatot a természetes gyógymódok közül légúti betegségek esetén!**

- *diéta (főként az állati eredetű termékek csökkentése, friss, könnyű növényi étkezés, táplálékallergének kizárása)*
- *ortomolekuláris módszerek (vitaminok, ásványok nagyobb mennyiségű szedése)*
- *életmód-korrekció (elegendő pihenés, dohányzás elhagyása, megfelelő öltözködés, légzőgyakorlatok végzése stb.)*
- *gyógynövények, aromák*
- *homeopátia (komplex szerek, nozódák)*
- *sajátvér-kezelés*
- *akupunktúra, neuráalterápia*
- *masszázsmódszerek*
- *egyéb fizikális módszerek (melegedő lábfürdő, szauna, pakolások stb.)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.\*

4 pont

**Nevezze 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.\*

1 pont

**Határozza meg, hogy melyik kórkép kialakulásához vezethet fiatal korban a mandulagyulladás társuló reumás láz!**

*... rheumatoid arthritis/izületi gyulladás ...*