

„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*

***Reflexológus szak***

**2024. június 06.**

**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:

100 - 85	- jeles
84 - 75	- jó
74 - 61	- közepes
60 - 51	- elégséges
50 -	- elégtelen

Maximálisan adható  
pontszám:

1.\*

6 pont

**Nevezzen meg hat növényt, amelyek illóolajai használhatóak a lábgomba megelőzésére, kiegészítő kezelésére vagy a lábszag megszüntetésére!**

- *ánizs*
- *boróka*
- *cickafarkfű*
- *rozmaring*
- *kakukkfű*
- *citrom*
- *eukaliptusz*
- *teafa*
- *fahéj*
- *szegfűszeg*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.\*

5 pont

**Írjon le a szív és keringési rendszert támogató gyógynövények közül ötöt!**

- *szúrós gyöngyajak*
- *galagonya*
- *fehér fagyöngy*
- *csalán*
- *árnika*
- *levendula, orbáncfű, citromfű*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.

4 pont

**Nevezze meg a nyirokszerveket!**

- *mandulák*
- *csecsemőmirigy*
- *féregnyúlvány*
- *lép*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**4.****3 pont****Válaszoljon a megadott kérdésekre a felsorolt tünetek alapján!**

Tünetek:

- fáradtság
- álmatlanság
- étvágytalanság
- rossz közérzet
- heves szívdobogás
- szédülés
- légszomj
- „gombócérzés” a torokban

Mely betegségre gondol? ... *neurózis*...

Mely zónákat masszírozná elsősorban a tünetek esetén?

- *minden zónát (finoman)*
- *a napfonadékot (hosszabb ideig)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**5.\*****4 pont****Nevezzen meg a nyirokterületek közül négyet!**

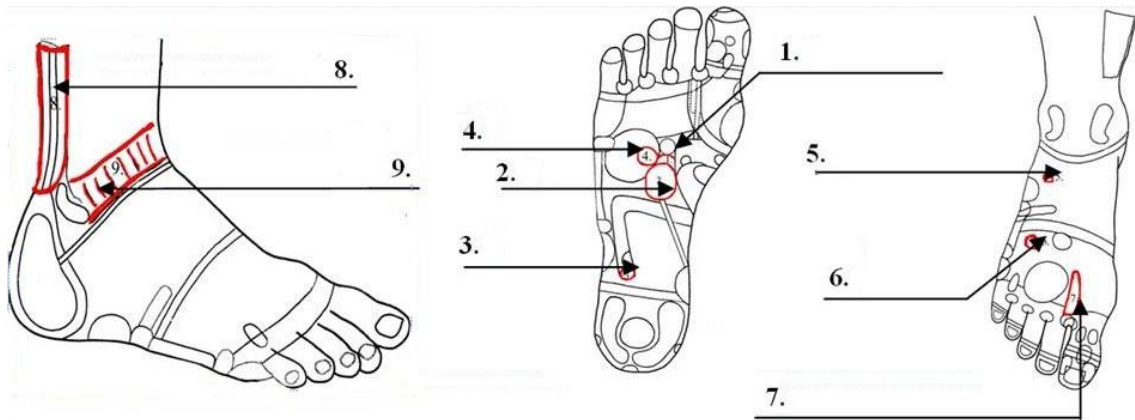
- *fej nyirokútjai*
- *mellkasi főtörzs nyirokútjai*
- *hóinalji nyirokterületek*
- *mell nyirokterülete*
- *vékonybél és vastagbél nyirokterülete*
- *felsőtest nyirokterülete*
- *altest nyirokterülete*
- *lágycék nyirokterülete*
- *medence nyirokterülete*
- *comb nyirokterülete*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

9 pont

Nevezze meg a nyilakkal és sorszámokkal jelzett reflexzónákat! Írja a zóna nevét a megfelelő sorszámhoz!



Reflexzónák:

1. *mellékvese*
2. *vese*
3. *vakbél*
4. *epehólyag*
5. *vakbél kiegészítő*
6. *epehólyag kiegészítő*
7. *nyirokerek, mellkasi főtörzs*
8. *comb nyirokterülete*
9. *lányék nyirokterülete*

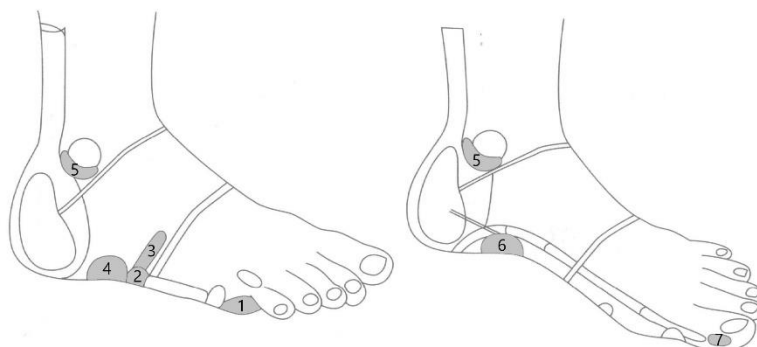
(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

7 pont

Egyértelműen jelölje be – sátrózással és sorszámokkal – a képen a következő reflexzónákat!

1. vállízület
2. könyök
3. alkar
4. térd
5. csípő
6. húgyhólyag
7. orr



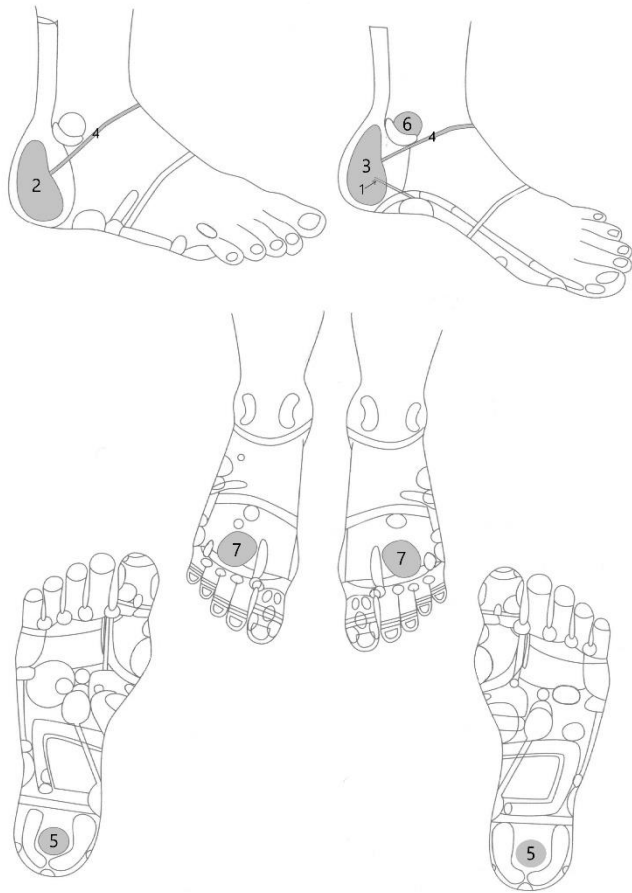
(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

7 pont 

Jelölje be a képen egyértelműen – satírozással és sorszámozással – a nemi szervek reflexpontjait!

1. hüvely, hímvessző
2. ivarmirigyek: petefészek, herék
3. méh, prosztata
4. petevezeték, ondóvezeték
5. ivarmirigyek kiegészítő
6. altest fellazítása
7. mell



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.\*

2 pont 

Határozza meg a masszázis erősségének alapelvét!

*Az erősség nem lépheti túl a fájdalomküszöböt, ugyanakkor a túl gyenge ingerek nem érik el a terápiás kezelés hatékonyságát.*

10.

3 pont 

Sorolja fel a masszázis ritmusát meghatározó tényezőket!

- *az egyén általános állapota*
- *az egyéni érzékenység*
- *a betegség minősége*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**11.****4 pont**

**Párosítsa a szervek zónáit a hozzájuk tartozó funkciókkal! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!**

1. vese, emésztés, légzés
2. vérkeringés, nyirokkeringés
3. idegrendszer, hormonrendszer
4. érzékszervek, mozgásszervek, nemiszervek

- A. létfontosságú funkciók beindítása
- B. immunstimuláló és elszállító funkció
- C. életminőséget javító funkciók
- D. méregtelenítő funkciók beindítása

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.\*****6 pont**

**Soroljon fel a tartós dohányzás lehetséges káros következményei közül hatot!**

- *magas vérnyomás*
- *menstruációs ciklus zavara, fájdalmas menstruáció*
- *álmatlanság, nyugtalanság*
- *sárgás ujjak és fogak, rossz lehelet*
- *daganatos megbetegedés*
- *szív- és érrendszeri megbetegedés*
- *idült hörghurut, gyomorhurut, gyomorfekély*
- *koraszülés, fejlődési rendellenességek, kis születési súly*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

6 pont 

Írjon le hatot Dr. Oláh Andor szerint az egészséges életmód alapelemei közül!

- *méregtelenítés*
- *vegetárius étrend*
- *gyógynövények alkalmazása*
- *természetben élés, kapcsolat az elemekkel (föld, víz, tűz, levegő)*
- *mozgásgyakorlatok*
- *relaxáció*
- *jóga*
- *meditáció és más lelki gyakorlatok*
- *személyiségfejlesztés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.

5 pont 

Húzza alá az alkoholfogyasztás lehetséges következményeit!

- károsítja az idegsejteket
- növeli a koncentrációképességet
- hatására felszabadulnak a gátlások
- hatására agresszív magatartás jelentkezik
- csökken a trombózis kockázata
- csökken a daganatos betegségek kockázata
- személyiségváltozáshoz vezethet
- sejtméreg
- polifenol tartalma miatt napi rendszeres fogyasztása vérképző

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

15.\*

4 pont 

Soroljon fel a bőr érzékelt ingerei közül négyet!

- *hőérzés (hideg, meleg)*
- *nyomásérzés*
- *tapintásérzés*
- *fájdalomérzés*
- *testérzékelés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



**16.****3 pont**

**Sorolja fel a felső ugróízület (bokaízület) alkotásában részt vevő csontokat magyarul!**

- *sípcsont*
- *szárkapocscsont*
- *ugrócsont*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**17.\*****6 pont**

**Jellemezze a jóindulatú prosztata-megnagyobbodást a megadott szempontok alapján!**

Lehetséges okai: Írjon kettőt!

- *hormonális változás*
- *rendszeretlen nemi élet*
- *szűk nadrág*

Lehetséges tünetei: Írjon négyet!

- *gyakori vizelési inger, egyszerre kevés vizelet ürül*
- *a vizelet indításának nehézsége*
- *vizeletcsepegés*
- *éjszakai vizelés*
- *székletürítési zavarok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**18.\*****3 pont**

**Nevezze meg az eszméletlen állapot jellemzőit!**

- *a sérült mozdulatlan*
- *légzése, keringése észlelhető*
- *a külvilág ingereire nem reagál*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**19.\*****3 pont**

**Fogalmazza meg a hologram lényegét!**

*A hologram nem más, mint az egész leképződése. Minden sejt minden információt tárol az egészre vonatkozóan, ezért tud megjeleníteni a mikroterületeken a szervezetben bekövetkező változás, jól látható formában.*

**20.\*****6 pont****Jellemezze a női klimaxot a megadott szempontok alapján!**Lényege: *természetes élettani folyamat, a menstruáció leállása (menopausa)*Oka: *a hormonszint csökkenése*

Lehetséges tünetei: Írjon négyet!

- *alvászavar*
- *fejfájás*
- *hangulatingadozás*
- *hőhullámok*
- *hüvelyszárazság*
- *elhízás*
- *csonttrikulás*
- *érelmeszesedés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**21.\*****4 pont****Soroljon fel négy nyugtató hatású gyógynövényt!**

- *orbáncfű*
- *levendula*
- *citromfű*
- *macskagyökér*
- *komló*
- *lóhere*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)