

„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*

**2024. június 13.**

**VIII. 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 **Határozzon meg az ökofalvak létrehozásának lehetséges célkitűzései közül kettőt!**

- *a külvilágtól való minél teljesebb függetlenedés*
- *a hagyományos életforma feléléstése*
- *biogazdálkodás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

3 pont **Sorolja fel a három legfontosabb nádit!**

- *pingala*
- *idá*
- *szusumná*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.

4 pont **Csoportosítsa az alábbi szerveket/szervezetben előforduló testnedveket kémhatásuk szerint! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. gyomor
2. vagina
3. vérplazma
4. verejték

Savas pH: ...*1., 2., 4.*...Bázikus pH: ...*3.*...

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

4.\*

4 pont **Írjon le az üzletiterv-készítés célkitűzései közül négyet!**

- *üzleti stratégia megfogalmazása*
- *erősségek, gyengeségek, lehetőségek, veszélyek feltárása (SWOT-analízis)*
- *a hitelképesség bizonyítása a bankok felé*
- *rövid-, és hosszú távú fenntarthatóság felmérése*
- *a pénzügyi tervezés alapjának biztosítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.\*

3 pont **Határozza meg a környezeti medicina lényegét!**

*A környezeti medicina az ember egészsége és a környezeti hatások közötti összefüggéseket, a környezetnek a betegségek okozásában, és/vagy közvetítésében játszott szerepét tanulmányozza.*

6.

4 pont **Hasonlítsa össze az egészséges és beteg szervezet ábrázolását a hagyományos tibeti orvoslás rendszerében!**

*Az egészséges és beteg állapotot ábrázoló fa bal oldali ága az egészséges állapotot, a jobb oldali pedig a betegséget ábrázolja. Mindkét oldal számos levelet tartalmaz, virág azonban csak a bal oldalon terem, mely a boldogságot, a jóllétet és a világtörvényt szimbolizálja.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

3 pont **Húzza alá az alábbi felsorolásból a dosákat!**

- kapha
- pitta
- vata
- prakriti
- szatva
- radzsasz
- tamasz

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

8.

5 pont **Rendezze az Öt Fázisnak megfelelően az alábbi szerveket, testnyílásokat! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. nyelv
2. orr
3. száj
4. szem
5. fül

FA: ...4....

FÉM: ...2....

FÖLD: ...3....

TÚZ: ...1....

VÍZ: ...5....

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

9.

3 pont

**Párosítsa az ájurvédikus orvoslás szerinti embertípusokat a hozzájuk tartozó jellemzőkkel! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!**

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 1. Kapha embertípus | A. jól fejlett izomzat; érzékeny a melegre; vezető típus; hajlamos a haragra   |
| 2. Vata embertípus  | B. vaskosabb alkat; érzelmi ember; elégedett, nem szereti a változásokat; intézményeket, létesítményeket hoz létre; vagyongyűjtő |
| 3. Pitta embertípus | C. sovány; fizikailag aktív, de hamar kifárad; beszédes, fejlett intellektus; nehezen dönt; figyelme gyorsan elterelődhet        |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.\*

5 pont

**Nevezze meg a wellness reforméletforma alapelemeit! Íjon ötöt!**

- *fizikális fitness*
- *egészségfejlesztő módszerek (öngyógyítás, önfejlesztés)*
- *szellemi és spirituális kondicionálás*
- *lelki harmonizálás*
- *szépségápolás*
- *környezettudatosság*
- *szociális kiegyensúlyozás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.\*

6 pont

**Ismertesse a krioterápiát az alábbiak szerint!**

Biológiai hatása:

- *fájdalomcsillapító*
- *gyulladáscsökkentő*
- *izomspazmus oldó*

Alkalmazásának kontraindikációi: Írjon hármat!

- *kifejezett érszűkület*
- *Raynaud-szindróma*
- *hidegérzékenység*
- *bőrsérülés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.\*

3 pont **Sorolja fel a tajcsi csuan egészségvédő hatásait!**

- *erősíti az izmokat és a légzőrendszert*
- *a nyugodt, folyamatos mozdulatok kiegyensúlyozzák az idegrendszert, stresszcsökkentő hatásúak*
- *a rendszeres gyakorlás fejleszti a koncentrációt és a testi tudatosságot*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

3 pont **Írjon le a szervezet antioxidáns szintjének növelési lehetőségei közül hármat!**

- *szelén bevitele*
- *cink bevitele*
- *A-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *E-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *C-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.\*

2 pont **Definiálja a gyógynövények tágabb értelemben vett fogalmát!**

*Azokat a növényeket tekintjük gyógynövénynek, melyeket a hagyományok, vagy irodalmi adatok alapján gyógyítás céljaira felhasználtak, vagy felhasználnak.*

15.\*

3 pont **Ismertesse az egészség háromszögének alkotóelemeit a megadott szempontok szerint! Töltse ki a táblázatot egy-egy példával!**

	Terület megnevezése		
	strukturális terület	kémiai terület	érzelmi terület
Kapcsolódó faktorok	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>izmok</i></li> <li>- <i>csontok</i></li> <li>- <i>a test egész statikája</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>táplálkozás</i></li> <li>- <i>vegyi anyagok jelenléte</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>mindennapi stressz</i></li> <li>- <i>önértékelés</i></li> </ul>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.\*

2 pont **Határozza meg a manuálterápia lényegét!**

*A manuálterápia az ortopédia műtét nélküli ága, megtekintés, kikérdezés után tapintással és mozgatással történő diagnosztika és terápia.*

17.

3 pont

**Sorolja fel az enzimterápia ellenjavallatait!**

- *véralvadási zavarok*
- *előrehaladott májkárosodás*
- *előrehaladott vesekárosodás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.\*

6 pont

**Írjon le az egyéni mikrotápanyag-szükségletet befolyásoló tényezők közül hatot!**

- *életkor*
- *súly*
- *nem*
- *várandóság, vagy szoptatás*
- *táplálkozás/étkezési szokások*
- *élelmiszer-intolerancia*
- *életmód*
- *mozgásmennyiség, a mozgás intenzitása és fajtája*
- *szedett gyógyszerek*
- *alkoholfogyasztás*
- *dohányzás*
- *stressz és kezelése*
- *a felvett tápanyagok felszívódása/hasznosulása*
- *egészségi állapot: betegségek, műtétek, kemoterápia, stb.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

4 pont

**Nevezze meg a homeopátiában akut betegség esetén keresett négy, teljes értékű helyi tünet elemeit (biztonságos gyógyszerválasztás)!**

- *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!)

20.

1 pont

**Határozza meg, melyik fogalmat írja le az alábbi szövegrészlet!**

A kéz és a tenyér arányainak, külső jegyeinek, a tenyérvonalaknak, valamint a körömnek a hagyományok alapján történő szemrevételezése alapján von le következtetéseket az egyéni alkatra, a várható életeseményekre, az egészségi állapotra, a betegségekre való hajlamra nézve.

*...kiromantia/kézelemzés, tenyérjósítás...*

21.

4 pont

Párosítsa a termoregulációs diagnosztika segítségével készült hőszabályozási grafikon megadott jellemzőit (eredménytípusait) a megfelelő értékekkel! Írja a betűjel mellé a helyes válasz sorszámát!

- A. túlszabályozás
- B. regulációs merevség
- C. normális szabályozás
- D. korlátozott reguláció

- 1. 0,0-0,2 °C
- 2. 0,3-0,4 °C
- 3. 0,5-1,0 °C
- 4. 1,0 °C felett

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.\*

5 pont

Soroljon fel a diagnosztikai mikrorendszerek közül ötöt!

- *fülkagyló*                      - *nyelv*
- *írisz*                              - *arc*
- *talp*                                - *ajak*
- *tenyér*                           - *szájüreg*
- *skalp*                              - *fogsor*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.\*

2 pont

Ismertesse a szervi projekciók szabályai közül a Head-féle maximálpontot!

*A reflexzóna egy speciális területe, melynek környezetéhez képest megnövekedett a szenzibilitása (fájdalom, kellemetlenebb tapintás).*

24.

4 pont

Írja le a többlet jelleget mutató testrészek ismérveit a kínai orvoslás szerint!

- *az adott testrész meleg*
- *a bőr, izom, kötőszövet tónusa feszes, kemény*
- *aktív mozgásra az állapota romlik*
- *kisebb nyomásra is fájdalmas, irritábilis*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.\*

5 pont

Nevezzen meg öt lehetséges kiegészítő kezelést/módszert, amely elhízott páciens kezelésében alkalmazható!

- *életmódváltás*
- *táplálkozás átalakítás*
- *akupunktúra*
- *pszichoterápia*
- *ortomolekuláris medicina (L-karnitin, króm-pikolinát)*
- *fitoterápia (étvágycsökkentő, anyagcsere-aktiváló, tisztító hatású gyógyteák: apróbojtorján, kecskerutafű, sédkenderfű, gyermekláncfű, kutyabengekéreg)*
- *colon-hidroterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.\*

7 pont

Ismertesse az ekcémát a megadott szempontok szerint!

Betegség lényege:

*Nem fertőző, szabálytalan határú, viszkető, fájdalmas bőrgyulladás. Eredete szerint szervi, lelki, környezeti, táplálék által kiváltott lehet, vagy ezek kombinációja.*

Kezelési lehetőségei: Írjon hatot!

- *Phoenix méregtelenítő kúra*
- *ózonterápia*
- *fitoterápia*
- *homeopátia*
- *diéták*
- *colon-hidroterápia*
- *gomba elleni kezelések*
- *zavarómezők kiiktatása*
- *mikrobiológiai kezelés*
- *molekuláris terápia*
- *talpmasszázs*
- *akupresszúra*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

27.\*

4 pont

**Soroljon fel a menstruáció alatt fellépő panaszok kezelésére alkalmas természetgyógyászati módszerek közül négyet!**

- *fülakupunktúra*
- *testakupunktúra*
- *neuráalterápia*
- *fitoterápia*
- *homeopátia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)