

„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.**

**VII. 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.\*

5 pont 

**Soroljon fel a salutogenezis alapelemei közül ötöt a gyermekbetegségek megelőzéséhez kapcsolódóan!**

- *a természetes anyagok és folyamatok előnyben részesítése az élet minden területén*
- *rendszeres és mértékletes étkezési szokások kialakítása*
- *biominőségű élelmiszerek fogyasztása*
- *rendszeres mozgás friss levegőn/természetben*
- *rendszeres alvási/pihenési és ébrenléti/tevékenykedési ritmusok, az év körforgási ritmusának betartása*
- *értelemmel telt és aktív életvitel (a média tudatosan korlátozott használata)*
- *a szociális kapcsolatok, a lelki tér atmoszférája kielégítő*
- *a mindennapokba beleszőtt spiritualitás jelenléte*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.\*

2 pont 

**Határozza meg, mit jelent a természetgyógyászat alapelveihez kapcsolódóan a partneri viszony a pácienssel!**

*A páciens aktívan részt vesz a kezelés folyamatában. A természetgyógyász és a páciens között folyamatos egyeztetés, másként fogalmazva egy alkufolyamat zajlik.*

3.\*

5 pont 

**Nevezzen meg az emésztőrendszer nyálkahártyáját izgató anyagok közül ötöt, melyek kerülése javasolt gasztroenterológiai betegségekben!**

- *kávé*
- *dohány*
- *tea*
- *zsiradékban sült ételek*
- *energitalok*
- *csípős ételek*
- *chili*
- *gyömbér*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.

1 pont

**Határozza meg a fogalmat a megadott leírás alapján!**

A gyógyászati kezelésekre vonatkozó egyedi útmutatásokat jelenti, vagyis egy adott betegség kezelésére kidolgozott eljárás vagy eljárás sorozat, amelytől nem lehet eltérni:

*...Protokoll (szakmai, vagy kezelési protokoll)...*

(Csak az 1 helyes válasz esetén adható pont!)

5.\*

3 pont

**Írjon le három olyan klímaterápiás hatást, amely segíti a légutak tisztulását és növeli az immunrendszer edzettségét!**

- *séta erdei, hegyi, tengeri levegőn*
- *séta a hideg levegőn (megfázás esetén nem)*
- *szauna*
- *barlanglevegő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

5 pont

**Jellemezze a kínai alkattan Öt-fázis szerinti besorolása alapján a Víz típusúakat!**

- termet: *...magas...*
- fej és has: *...termetéhez képest nagy...*
- váll: *...keskeny...*
- arcszín: *...sötét tónusú...*
- mozdulat, beszéd: *...szaggatott...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.\*

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!)

8.

4 pont

Párosítsa a fizikális vizsgálat részeit a latin elnevezéseikkel! Írja a betűjel mellé a helyes válasz sorszámát!

- A. megtekintés  
B. tapintás  
C. kopogtatás  
D. szaglás

1. palpatio  
2. olfactio  
3. inspectio  
4. percussio

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.\*

5 pont

Írjon le öt lehetséges szivárványhártya-elváltozást!

- *sugárnyalábok eltolódása*
- *a hártya megszakadása*
- *a hártya szétnyílása*
- *a hártya befelhősödése*
- *világosabb, vagy sötét foltok*
- *pigmentálódások*
- *elszíneződések*
- *rések*
- *kráterek (crypták)*
- *bemélyedések (lacunák)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.

6 pont

Egészítse ki az antropozófus gyógyászat fő élettani rendszereire vonatkozó táblázatot!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.\*

6 pont 

**Soroljon fel a bélflóra kialakulását és módosulását befolyásoló tényezők közül hatot!**

- *a szülőcsatornában lévő baktériumok*
- *a szülőszobában lévő flórája*
- *a szoptatás során bekerülő baktériumok*
- *táplálékkal bevitt csírák*
- *egyéb módon bevitt csírák (érintés, belégzés, stb.)*
- *életmód*
- *stressz*
- *immunrendszer aktivitása*
- *gyomor- és béltraktus szekréciója*
- *hasnyálmirigy nyákszékreciója*
- *epeelválasztás és -ürülés megváltozása*
- *egyéb rizikófaktorok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.

3 pont 

**Nevezze meg a homeopátia három alaptörvényét!**

- *hasonlóság elve*
- *gyógyszervizsgálat*
- *potenciálás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

3 pont 

**Írjon le a mobilizáció javallatai közül hármat!**

- *szegmentális (regionális) blokk*
- *erős fájdalommal járó, egy mozgásszegmentumra terjedő blokk*
- *kifejezett ízületi mozgásbeszűkülés*
- *fájdalmas izomfeszülések, rövidülések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.\*

2 pont 

**Fogalmazza meg röviden az euritmia gyakorlásának célját!**

*A saját test és a testet körülvevő tér érzékelésének tökéletesítése, az érzelmek és állapotok kifejezése, megjelenítése.*

15.

6 pont

Csoportosítsa az alábbi ásványvizeket összetételük alapján! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. Apenta
2. Jodicum
3. Szentkirályi
4. Salvus
5. Hunyadi János
6. Csevice

Nátriumban szegény: ...2., 3., 6....

Magas nátriumtartalmú: ...1., 4., 5....

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

16.

4 pont

Húzza alá a gyógynövények feldolgozására vonatkozó helyes állításokat!

- A szárítás a tartósítás leggyakrabban használt formája.
- A szárítás és tárolás során a gyógynövények nem veszítenek erejükből.
- Az illóolaj-tartalmú gyógynövények egy évnél hosszabb ideig nem őrzik meg gyógyerejüket.
- A szárítással tartósított gyógynövényeket általában teaként, vagy fürdőként használják fel.
- A gyógynövények szárítása napon történik.
- Az illóolaj-tartalmú növényeket nejlonzacskóban, zárható üvegben érdemes tárolni.
- A szárított gyógynövényeket meleg helyen kell tárolni.

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

17.\*

6 pont

Írjon le hatot a rostok élettani jelentősége közül!

- *megkötik a koleszterint*
- *lassítják a szénhidrátok felszívódását*
- *megkötik a mérgeanyagokat*
- *béltisztító hatásúak*
- *fokozzák a bélperisztaltikát*
- *lassítják a gyomor ürülését*
- *segítik a normál bélflórát*
- *megkötik a vizet*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.\*

5 pont

Soroljon fel a tibeti orvoslás szerint a nyálka betegségeire jellemző tünetek közül ötöt!

- *kellemetlen teltségérzés a gyomorban*
- *hányinger, hányás*
- *a beteg nem érez különbséget az ízek között*
- *gyomorkidülledés*
- *gyakori, kellemetlen szagú böfögés*
- *fizikai és szellemi elnehezülés*
- *hidegségérzet*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

6 pont

Csoportosítsa az alábbi gyógymódokat/terápiákat a megadott tradicionális keleti gyógyító rendszerek szerint! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

- |                         |                |
|-------------------------|----------------|
| 1. jóga                 | 4. moxa        |
| 2. 3-1-2 meridián torna | 5. sirodhara   |
| 3. köpölyözés           | 6. pancsakarma |

Hagyományos kínai orvoslás: ...*2., 3., 4.*...

Ájurvédikus orvoslás: ...*1., 5., 6.*...

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

20.

3 pont

Nevezze meg az ájurvédikus orvoslás szerinti embertípusokat, a megadott jellemzők alapján! Válaszait írja a pontozott vonalakra!

Vaskosabb alkat; érzelmi ember; elégedett, nem szereti a változásokat; intézményeket, létesítményeket hoz létre; vagyongyűjtő:

...*Kapha embertípus.*...

Jól fejlett izomzat; érzékeny a melegre; vezető típus; hajlamos a haragra:

...*Pitta embertípus.*...

Sovány; fizikailag aktív, de hamar kifárad; beszédes, fejlett intellektus; nehezen dönt; figyelme gyorsan elterelődhet:

...*Vata embertípus.*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.\*

2 pont

Írjon le a tibeti orvoslás szerint a rendellenességeket közvetlenül kiváltó okok közül kettőt!

- *időjárás hatásai*
- *a kórokozók hatása (360 ártó démon)*
- *a nem megfelelő étrend*
- *a helytelen életmód*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

2 pont

Húzza alá az alábbi felsorolásból a természetgyógyászat hazai helyzetéről szóló tanulmányok szerzőinek nevét!

- Buda László
- Oláh Andor
- Lázár Imre
- Péczely Ignác

(Csak a 2 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

23.

3 pont

Nevezze meg a pszichoszomatikus betegségek kialakulásában szerepet játszó tényezőket!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.\*

4 pont

Fogalmazza meg a Gaia filozófia lényegét!

*A Föld egyetlen nagy élőlény, amelynek „testszövetét” a talaj, a vizek, a levegő és az élőlények adják. A Föld fő összetevői – a talaj, a légkör (atmoszféra), az óceánok és a bioszféra (élő anyag) – egymással kölcsönhatásba lépve komplex, önszabályozó rendszert alkotnak, ami kialakítja és fenntartja azt az optimális fizikai és kémiai környezetet, amely az élethez szükséges. A homeosztázis fenntartásához szükséges legfontosabb funkciói: szabályozza a földfelszín hőmérsékletét, a légkör összetételét, a tengervíz sótartalmát – azokat az alapfeltételeket, amelyek az élőlények és önmaga fennmaradásához szükségesek.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**25.\*****6 pont**

**Soroljon fel a protonkoncentrációt (savasságot) befolyásoló tényezők közül hatot!**

- *életkor*
- *diéta jellege*
- *az élelmiszerek minősége*
- *a légzés minősége*
- *a fizikai megterhelés mértéke*
- *bizonyos betegségek fennállása*
- *edzettség*
- *a szervezet általános állapota*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)