

Országos Kórházi Főigazgatóság

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Reflexológus szak

2025. március 04.

OKFŐ

TÁJÉKOZTATÓ **az értékelő tanár részére**

- A vizsgázók csak a kiosztott feladatlapon dolgozhatnak.
- A javítás során jól látható módon kell jelölni a dolgozatban előforduló hibákat, tévedéseket.
- Csak a vizsgázó egyértelmű javítása - a helytelen válasz áthúzása, aláírással és a dátummal ellátva - fogadható el.
- A rendelkezésre bocsátott megoldási javaslatot szükséges használni a javításhoz, az egységes objektív értékelés megvalósítása érdekében.
- A megoldólapban ferde vonallal (/) kerültek jelölésre az egymással egyenértékű helyes válaszok.
- Ponthatáron belül a megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a csillaggal (*) jelölt kérdéseknél.
- Fogalommeghatározás esetén maximális pontszám csak akkor adható, ha a megoldásban aláhúzott kulcsszavak maradéktalanul szerepelnek a vizsgázó megoldásában.
- Azoknál a feladatoknál, amelyeknél több válasz közül kell a vizsgázóknak a jó megoldást kiválasztani, az összes válasz megjelölése esetén a válaszra 0 pontot kell adni. Amennyiben a lehetséges jó válasznál több kerül megjelölésre, a pontszámot csökkenteni kell a többletválaszok számával.
- Tekintettel az írásmód eltérő gyakorlatára kérjük, hogy ne a helyesírást, hanem a tartalmat értékeljék.
- Kérjük, hogy írja be az elért pontszámot a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe minden feladat esetén.
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:

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

Maximálisan adható
pontszám:

1.

4 pont

Nevezzen meg az aromaterápia gyógyhatásai közül négyet!

- *nyugtató, vagy éppen élénkítő hatás*
- *hangulatjavító hatás*
- *vérnyomás-szabályozás*
- *fertőtlenítő (baktériumölő) hatás*
- *nyákoldó, légzéskönnyítő hatás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

4 pont

Húzza alá a vesebetegségekre jótékony hatást kifejtő gyógynövényeket!

- medveszőlőlevél
- diólevél
- nyírfalevél
- borsmenta
- porcsinfű
- szappangyökér
- zsurló
- fehérmályva
- benedekfű

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

3 pont

Ismertesse az alábbi gyógynövények hatását! Írjon egyet-egyet!

Palástfű:

- *harmonizálja a hormonműködést*
- *gesztagén hatást fejt ki*

Cickafark:

- *enyhíti a menstruációs görcsöket*
- *csökkenti az erős vérzést*

Poloskavész:

- *csökkenti a hüvelyfolyást*
- *csökkenti a nyálkahártya szárazságát*
- *csökkenti a hőhullámokat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.

6 pont

Csoportosítsa a speciális masszázsfogásokhoz az alkalmazási területüket! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. torok
2. rekeszizom
3. gerinc és ízületkiegészítő zónák
4. hasnyálmirigy
5. garat-nyakszirt
6. plexus solaris

forгатásos fogás: ...**1.**, **5.**...

keresztelő technika: ...**4.**, **6.**...

oldalt csipeszelő fogás: ...**2.**, **3.**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.*

7 pont

Készítsen kezelési tervet ínygyulladásban szenvedő páciens részére a megadott szempontok szerint!

Kezelendő reflexológiai zónák: Írjon négyet!

- *alsó-, és felső állkapocs*
- *a fej nyirokútjai*
- *mellkasi főnyiroktörzs*
- *mellékvese*
- *mellékpajzsmirigy*
- *fájdalomcsillapító pontok*

Speciális technikák: Írjon hármat!

- *fogfájás ujjtartás*
- *állkapocs ujjtartás*
- *méregtelenítő ujjtartás*
- *immun ujjtartás*
- *akupresszúra pontok kezelése*
- *orál akupunktúra*

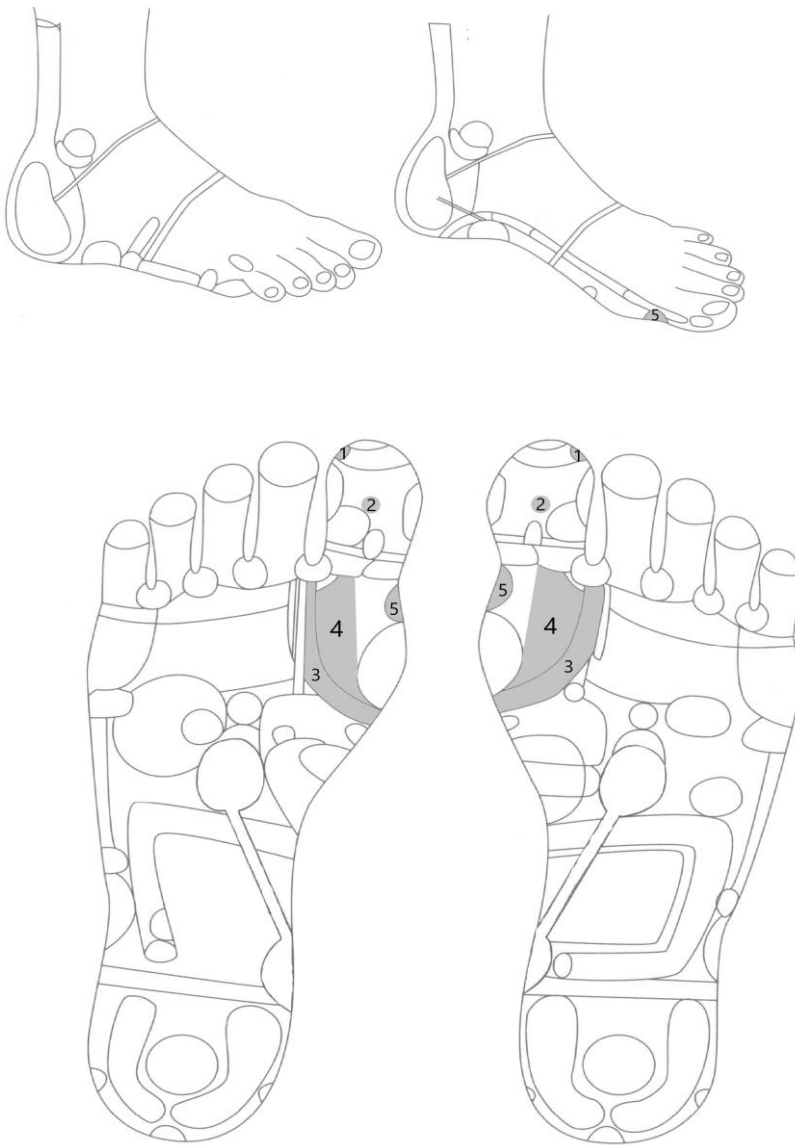
(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

5 pont

Egyértelműen jelölje az ábrákon – sorszámmal és sáírozással - a hormonrendszer reflexpontjait!

1. tobozmirigy
2. hipofízis
3. pajzsmirigy
4. pajzsmirigy kiegészítı
5. mellékpajzsmirigy

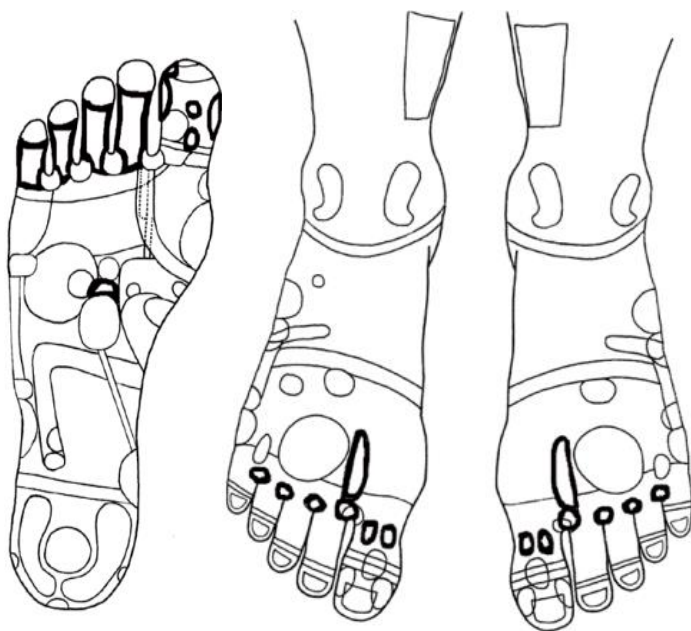


(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

6 pont

Sorolja fel az ábrán vastagon jelzett szervrendszeri zónák közül a központi funkciót ellátókat!



Központi funkciók:

- *nyúltagy*
- *halánték*
- *trigeminus ideg*
- *tobozmirigy*
- *hipofízis*
- *mellékvese*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

2 pont

Nevezze meg a testen azt a területet, ahol a speciális fogások közül a kapaszkodó fogást alkalmazzuk!

A gerinc nyaki szakasza; C1-C2 csigolyák mellett.

(A helyes válaszra 2 pont adható!)

9.*

5 pont

Ismertesse a CsiAn harmonizálás általános alapelveit!

- mindig a talp belső oldalán haladunk felfelé
- mindig a talp külső élén haladunk lefelé
- a több ujjal történő spirális talpmasszázsánál mindig a talp belső oldalától a külső oldal felé haladunk, majd a lábfejen mindig folyamatosan tovább a kiindulási területig
- a csakrán 1 ujjas körkörös technikával dolgozunk
- a csakrákhoz, zónákhoz tartozó vízszintes övezetekben 4 ujjas spirál technikával kell masszírozni

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.*

7 pont

Írjon le a levezető masszázsprogram lépései közül hetet!

- lábfej nagy simítás
- Yin-Yang masszázs (ellentétes talpsimítás)
- térdtől kivezető nagy simítás
- térdtől ujjbegyekkel érintő masszázs
- plexus a plexusra
- körgyűrű technika
- pulzáló plexus nyomás
- térdtől kézháttal érintő masszázs
- elváló masszázs

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

8 pont

Soroljon fel a betegség komplex okai közül nyolcat Dr. Oláh Andor életmóddrendszer alapján!

- önmérgezés
- helytelen táplálkozás
- gyógyszer "zabálás"
- természettől elszakadás
- ülő életmód
- feszültség-állapot
- a lélek kapcsolatavara a testtel és a felettes énnel
- a szellemi élet elfojtása
- természetellenes életmód

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.

3 pont

Határozza meg a kardioprotektív (szívbarát) étrendet jellemző alapvető tápanyagok százalékos arányát az összes bevitt energia viszonylatában!

- Fehérjetartalom: *10-20%*
- Szénhidráttartalom: *50-60%*
- Zsírbevitel: *20-25%*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

6 pont

Soroljon fel oxalátkő előfordulása esetén kerülendő élelmi anyagok közül hatot!

- *kakaó*
- *csokoládé*
- *kávé*
- *sóska*
- *spenót*
- *rebarbara*
- *fekete tea*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

5 pont

Írjon le öt életmódbeli tanácsot kliensének alvászavar fennállása esetén!

- *korai, könnyű vacsora*
- *esti séta*
- *lefekvés előtt a szoba szellőztetése*
- *közel azonos időben történő lefekvés*
- *kényelmes legyen a fekhely*
- *lazítás, relaxálás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.*

6 pont

Röviden jellemezze a bőr rétegeit!

1. Hámréteg: *öt különböző sejtréteg alkotja, összességében 0,2 mm vastagságú. Nem tartalmaz ereket, idegeket, de a szabad idegvégződések egy része itt is megtalálható.*
2. Irha: *vastagsága kb. 3 mm, faggyúmirigyek, szőrtüszők, szőrmerevítő izmok, hajszálak és idegek alkotják. Benne kollagén és elasztikus rostok, illetve kötőszöveti állomány helyezkedik el.*
3. Bőralja: *összeköti az irhát a mélyebben elhelyezkedő izmokkal, csontokkal. Rugalmas réteg, benne rostos kötőszövetek között futnak az erek és az idegek, állományának nagy részét zsírsejtek alkotják.*

(Helyes válaszonként 2-2 pont adható!)

16.

4 pont

Húzza alá alábbi állítások közül azokat, melyek az esettanulmány formai és tartalmi követelményeire igazak!

- A kezelési sorozat 20 alkalomból áll.
- A páciens változásait folyamatosan vezetni kell.
- A 10. alkalommal állapot felmérés esedékes.
- Nem szükséges az orvos által megállapított diagnózis.
- Az esettanulmány fontos része az állapotfelmérés.
- Az esettanulmány terjedelme maximum két oldal lehet.
- Tartalmaznia kell a kezelési tervet és a kezelési térképet.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.

6 pont

Sorolja fel a reflexológia általános élettani hatásait! Egészítse ki a felsorolást!

1. fájdalomcsillapító hatás
2. *idegrendszeri hatás*
3. *keringést befolyásoló hatás*
4. *endokrinrendszeri hatás*
5. *méregtelenítés*
6. *lazító, feszültségoldó hatás*
7. *harmonizáló hatás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.***5 pont****Írjon le a fülgyertyázás kontraindikációi közül ötöt!**

- *gennyes folyamatok*
- *agyrázkódás*
- *agyműtét*
- *perforált dobhártya*
- *daganatos megbetegedés*
- *koponyaalapi törés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.***8 pont****Soroljon fel nyolc okot, amely a reflexológia széleskörű elterjedésében szerepet játszott!**

- *ez áll legközelebb a materialista szemléletű emberekhez*
- *jól körülhatárolt zónák jelzik az egyes szervek visszatükröződését*
- *a törődés és odafigyelés egyik legszebb példája*
- *napszaktól függetlenül bármikor alkalmazható*
- *nemcsak testi, hanem lelki síkon is hat*
- *a talp már jelez, amikor a beteg még panaszmentes, illetve a vizsgálati eredmények még negatívak*
- *kiterjedt, jól hozzáférhető nemzetközi és hazai szakirodalommal rendelkezik*
- *semmilyen eszköz nem kell hozzá*
- *jól felkészült szakember által végezve nincs mellékhatása*
- *elősegíti más természetgyógyászati módszer hatékonyságát*
- *állapotfelmérésre, prevencióra, utókezelésre és az orvosi terápia kiegészítésére alkalmas*
- *a reflexológiai speciális masszázsprogramok komplex hatást fejtenek ki*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)