

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.*

5 pont

Soroljon fel a méz jótékony hatásai közül ötöt!

- *erősíti a legyengült immunrendszert*
- *segíti a bélműködést*
- *javítja a látást*
- *energiát ad a túlfeszített munkában megterhelt szervezetnek*
- *csökkenti a hajhullást*
- *szerepe van a fogínygyulladás megelőzésében*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

6 pont

Csoportosítsa a felsorolt gyógynövényeket a megadottak szerint! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. fűzfakéreg
2. homoktövis
3. szúrós gyöngyajak
4. lapugyökér
5. kurkuma
6. galagonya

Szív- és érrendszerre ható gyógynövény: *...3., 6....*

Hormonrendszerre ható gyógynövény: *...2., 4....*

Mozgásszervrendszerre ható gyógynövény: *...1., 5....*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

5 pont

Nevezzen meg a májbetegségeknél alkalmazható gyógynövények közül ötöt!

- *vasfű*
- *százszorszép*
- *máriatövis*
- *articsóka*
- *pitypanglevél és szár*
- *benedekfű*
- *körömvirág*
- *katángkóró*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

7 pont

Ismertesse az immunrendszeri betegségek kezelésére szolgáló speciális masszázsprogram menetét!

Kivitelezés:

- bevezető masszázs
- *nagyagy, plexus*
- *hipofízis, tirozmirigy*
- *nyirokkeringés*
- *CsiAn*
- *szív, szívkiegészítő, keringés harmonizálása*
- *nyirokszervek*
- *levezető masszázsprogram*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

6 pont

Készítsen reflexológiai kezelési tervet prosztata-megnagyobbodás, prosztatagyulladás esetén!

Kezelendő zónák:

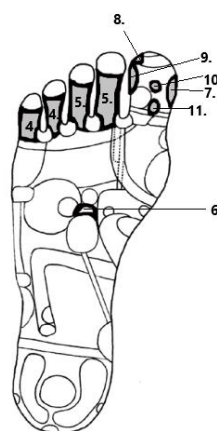
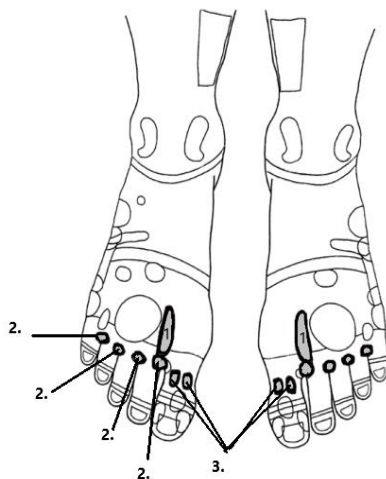
- vizeletkiválasztó rendszer
- *nyirokrendszer*
- *nemi szervrendszer (prosztata kiemelten!)*
- *hipofízis*
- *mellékvese*
- *gerinc lumbális szakasza*
- *altest fellazítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

6 pont

Válassza ki az alábbi ábrákon vastagon jelzett, sorszámmal ellátott szervrendszeri zónák közül azokat, amelyek immuntevékenységet befolyásoló és szállító funkciót látnak el! Írja a táblázatba a zóna nevét és a zónát jelölő sorszámot!



Immuntevékenységet befolyásoló és szállító funkciók	Sorszám
<i>nyirokerek mellkasi főtrözsze</i>	<i>1.</i>
<i>fej nyirokútjai</i>	<i>2.</i>
<i>mandulák</i>	<i>3.</i>

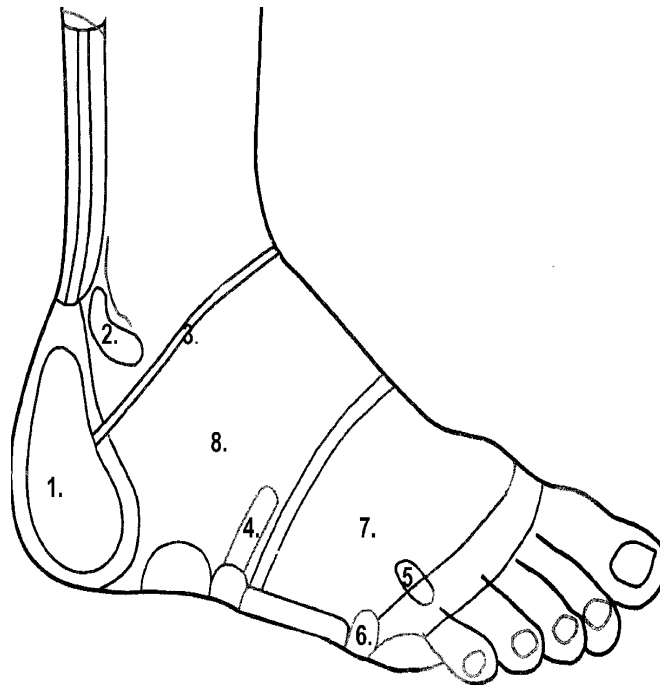
(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

8 pont

Nevezze meg a sorszámmal jelölt zónákat! Írja a sorszámok mellé a pontozott vonalra a helyes megnevezéseket!

1. ...*ivarmirigyek*...
2. ...*csípő*...
3. ...*pete-, vagy ondóvezeték*...
4. ...*alkar*...
5. ...*egyensúlyszerv, vérnyomásemelő pont*...
6. ...*hónalji nyirokterület*...
7. ...*mellkas, bordák*...
8. ...*hasfal*...



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.*

2 pont

Ismertesse a körkörös, spirál masszázshatásait!

- *egyenletes, folyamatos információáramlás biztosítható a zónán keresztül az adott szervhez*
- *a spiráltechnikával fokozott, többszörös energiabevitelt érhetünk el*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.

3 pont

Ismertesse azokat a masszázsprogramokat, amelyekben alkalmazzuk a speciális CsiAn nyirokmasszázs fogásokat!

- *immunműködést befolyásoló masszázsprogram*
- *relaxáló masszázsprogram*
- *harmonizáló masszázsprogram*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.*

4 pont

Írjon le négyet a simító masszázs hatásai közül!

- *a testfolyadékok áramlását segíti*
- *serkentésre és nyugtatásra egyaránt használatos*
- *a méreganyagok felszabadulását serkenti*
- *mélyebb rétegekbe irányuló simítás erőteljesebb reakciókat válthat ki*
- *lágys, enyhe, finom, érintő simítás az ember mentális régióit hozza működésbe*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

5 pont

Soroljon fel a túlzott kávéfogyasztás lehetséges ártalmas hatásai közül ötöt!

- *szívdobogásérzés*
- *gyomorégés (különösen éhgyomorra fogyasztva)*
- *elalvási nehézség, álmatlanság*
- *szokássá válik (függőséget eredményezhet)*
- *a kalcium beépülését rontja a szervezetben*
- *vízahajtó, ami növelheti a dehidratációt*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.*

6 pont

Nevezzen meg a székrekedés megelőzését szolgáló étrendi javaslatok közül hatot!

- *teljes kiőrlésű gabona fogyasztása*
- *hüvelyesek fogyasztása*
- *zöldsőfőzelékek fogyasztása*
- *apró magvas gyümölcsök fogyasztása*
- *savanyított tejtermékek fogyasztása*
- *aszalt gyümölcsök fogyasztása*
- *paradicsom fogyasztása*
- *gyógyvíz ivókúra alkalmazása*
- *mustármag fogyasztása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

4 pont

Írjon le a vöröshagyma jótékony hatásai közül négyet!

- *késlelteti az öregedési folyamatokat*
- *kedvezően hat a szívre*
- *kedvezően hat az emésztésre*
- *véd a megfázás ellen*
- *köhögéscsillapító hatású*
- *bélféregtelenítő hatású*
- *vércukorszint-csökkentő hatású*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

5 pont

Fogalmazzon meg néhány követendő szabályt, javaslatot az egészséges étkezéssel kapcsolatban! Írjon ötöt!

- *az ételeket inkább pároljuk olajban sütés helyett*
- *csak frissen készült ételeket fogyasszunk*
- *éhgymorra reggel igyunk 2-3 dl gyógyteát, ízesítés nélkül*
- *naponta két-háromféle ételnél többet ne fogyasszunk*
- *a folyadékot étkezés előtt fél órával fogyasszuk*
- *semmilyen mérget ne kerüljön a szervezetbe (alkohol, nikotin stb.)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.

4 pont

Sorolja fel a nyiroklabirintus fő funkcióit!

1. *immunvédelem*
2. *salaktalanítás*
3. *méregtelenítés*
4. *a savas anyagok semlegesítése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.

5 pont

Válaszoljon röviden a keringési rendszerrel kapcsolatos kérdésekre!

Mennyi az egészséges ember vérnyomásának középértéke?

...120/80 Hgmm...

Körülbelül hány alkalommal húzódik össze a szív percenként?

...70-72...

Mennyi a pihenő ember keringő vérmennyisége átlagban?

...kb. 5 liter...

Körülbelül mennyi a bal kamra térfogata?

...80 ml...

Mennyi egy átlagos felnőtt szív súlya?

...300 g...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

7 pont

Jellemezze a tüdőasztmát a megadott szempontok alapján!

Okai: Írjon kettőt!

- *virágpor*
- *házipor*
- *füst*
- *vegyszerek*
- *lelki tényezők*

Lehetséges tünetei: Írjon ötöt!

- *nehézlégzés*
- *légszomj*
- *folyamatos köhögés*
- *légzés jellegzetes, kapkodó,*
- *rövid belégzés után a kilégzés hosszan elnyújtott, sípoló*
- *tapadós, üveges-nyákos köpet ürítése*
- *a légzési segédizmok erőteljes igénybevétele*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

7 pont

Írjon le hetet a reflexológiai kezelés abszolút kontraindikációi közül!

- *agyvérzés*
- *agyrázkódás*
- *infarktus*
- *hasi katasztrófa*
- *gégeödéma*
- *eszméletlenség*
- *méhén kívüli terhesség*
- *veszélyezett terhesség*
- *fertőző betegség*
- *AIDS*
- *nemi betegségek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.*

5 pont

Soroljon fel az alacsony vércukorszint tünetei közül ötöt!

- *émelygő éhségérzet*
- *fejfájás*
- *ideges feszültség*
- *sápadtság, hideg verejtékezés*
- *feszés pulzus*
- *remegés*
- *súlyos esetben eszméletvesztés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)
