

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2025. június 10.

II. 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.
- Jól látható módon kell jelölni a dolgozatban előforduló hibákat, tévedéseket.
- A rendelkezésre bocsátott megoldási javaslatot szükséges használni a javításához, 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 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.*

4 pont

Nevezzen meg négy pszichoterápiás módszert!

- *viselkedés- és kognitív terápiák*
- *pszichoanalízis*
- *egyéb analitikusan orientált módszerek (pl. individuálpszichológia)*
- *személyközpontú terápiák*
- *család- és párterápiák*
- *csoportterápiák (pl. pszichodráma)*
- *Gestalt-terápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.*

4 pont

Soroljon fel a prosztatamegnagyobbodás kezelésére szolgáló növényi anyagok közül négyet!

- *szójakivonatok*
- *gránátalma-kivonatok*
- *csalángyökér-kivonatok*
- *héj nélküli tökmagkivonat*
- *fűrészpálma-kivonatok*
- *pygeum africanum kivonat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

3 pont

Sorolja fel azokat a tényezőket, amelyek szemfenék-megbetegedés esetén befolyásolják a látásélesség-csökkenés mértékét! Írjon hármat!

- *a betegség által érintett retina terület*
- *a betegség kiterjedése*
- *az elváltozás típusa (száraz, vagy nedves)*
- *a betegség érinti-e a retina alatti chorioideát (érhártyát)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

2 pont

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A Kínai kézdiagnosztika Jin-jang szerinti besorolása esetén a forró tenyér a *...jin hiányát...* mutatja, míg a nedves, hideg tenyér *...janghiányos...* állapotra utal.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.*

4 pont

Ismertesse a salutogenezis alapelemeit a gyermekbetegségek megelőzéséhez kapcsolódóan! Írjon négyet!

- *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 legyen kielégítő*
- *a mindennapokba beleszőtt spiritualitás jelenléte*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.*

3 pont

Írjon le a természetgyógyászati szempontból elutasítandó fogamzásgátló módszerek közül hármat!

- *operatív módszerek*
- *hormonális kontracepció*
- *ondósejtet elpusztító anyagok (zselék, krémek, stb.)*
- *intrauterin eszközök*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

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!)

8.*

5 pont

Soroljon fel 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!)

9.

5 pont

Egészítse ki az akupunktúrás csatornák szájiüregi kapcsolódásaira vonatkozó táblázatot!

szív- vékonybél	lép (hasnyál- mirigy)- gyomor		tüdő-vastagbél		máj-epe	vese-hólyag, genitális app.		maxilla
8	7	6	5	4	3	2	1	
bölcsességfog	nagyőrlők		kisőrlők		szemfog	metszőfogak		
<i>szív- vékonybél</i>	<i>tüdő-vastagbél</i>		<i>lép (hasnyál- mirigy)- gyomor</i>		<i>máj-epe</i>	<i>vese-hólyag, genitális app.</i>		mandibula

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.

2 pont

Nevezze meg az antropozófus gyógyászat két betegségtípusát!

- *gyulladással járó betegségek*
- *elmeszesedés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

4 pont

Ismertesse a bélbaktériumok jelentőségét!

Nemcsak a béltraktus lokális védekezésében, hanem az immunrendszer állandó „ébredésében”, egyes anyagcsere-folyamatok szabályozásában és néhány vitamin szintézisében is közrejátszanak.

(A helyes válaszra 4 pont adható!)

12.

2 pont

Írja le a homeopátiában használt potenciálás két lépését!

- *szakaszos hígítás*
- *ütve rázás (szilárd anyagok esetén eldörzsölés)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.

4 pont

Párosítsa a személyekhez a kineziológia kialakulásának történeti eseményeit! Írja a sorszám mellé a helyes válasz betűjelét!

1. dr. Frank Chapman

A. izomtesztelés kidolgozása

2. dr. George Goodheart

B. neurovascularis (NV) pontok lokalizálása

3. dr. Terence Benett

C. a gyenge izmok tartásának javítása

4. Florence Peterson Kendall és Henry Otis Kendall

D. neurolymphaticus (NL) zónák bevezetése az alkalmazott kineziológia módszerei közé

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

2 pont

Határozza meg a manuálterápia lényegét!

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

(A helyes válaszra 2 pont adható!)

15.*

5 pont

Soroljon fel a teljes értékű vegán étrend jellegzetességei közül ötöt!

- *nem tartalmaz állati terméket (tejet, tejterméket, tojást sem)*
- *nem tartalmaz fehér lisztet*
- *nem tartalmaz fehér cukrot*
- *kerüli a mirelitet*
- *kevés hőkezelt ételt használ*
- *bioélelmiszereket használ*
- *kevesebb sót használ*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.

5 pont

Nevezze meg az egyes fizioterápiás módszereket a megadott jellemzők alapján!

Gyógyító célra használja fel:

- a napfényt – ...*helioterápia*...
- a hőingert (meleg, vagy hideg hőt) – ...*termoterápia*...
- a víz fizikai tulajdonságait – ...*hidroterápia*...
- a termálvizet – ...*balneoterápia*...
- gyengített elektromos áramot – ...*elektroterápia*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

4 pont

Írjon le négyet az akupresszúra kezelés előnyei közül!

- *nem szükséges hozzá eszköz*
- *néhány fontos pont lokalizációjának precíz elsajátítása után laikusok is végezhetik*
- *ideális családi gyógymód*
- *veszélytelen*
- *öngyógyításra is alkalmas*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

3 pont

Definiálja az alkoholos kivonatok (tinktúrák) fogalmát!

Tinktúrák alatt a száraz drogok 1:5 (erős hatású növények esetében 1:10) arányú etil-alkoholos kivonatát értjük.

(A helyes válaszra 3 pont adható!)

19.

3 pont

Ismertesse a Mayr-kúra célját!

- *méregtelenítés*
- *helyes táplálkozási technika elsajátítása*
- *a bélrendszer kímélése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.

4 pont

Húzza alá az alábbi felsorolásból a szattvához tartozó lelki tulajdonságokat!

- azonosság
- aktivitás
- tisztaság
- tunyaság
- hitelesség
- szenvedély
- tudás
- harag

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

5 pont

Párosítsa a károsodott szervek és a táplálkozási problémák összefüggéseit az Öt Fázis megfeleltetése alapján! Írja a betűjeleket a megfelelő helyre!

- A. Vese
- B. Máj
- C. Vastagbél
- D. Szív
- E. Lép és hasnyálmirigy

Sok savanyú étel fogyasztása: ... **B**...Sok sós étel fogyasztása: ... **A**...Sok édesség fogyasztása: ... **E**...Sok csípős étel fogyasztása: ... **C**...Sok keserű étel fogyasztása: ... **D**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

3 pont

Írja le a hagyományos tibeti orvoslásban alkalmazott gyógyszerek alapanyagainak eredetét!

- *ásványi eredetű*
- *növényi eredetű*
- *állati eredetű*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.

4 pont

Nevezze meg a tibeti gyógyászat terápiás eszközeit!

- *megfelelő táplálék*
- *helyes életmód*
- *gyógyszerek*
- *külső gyógymódok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

1 pont

Határozza meg a természetes életmódhoz fűződő alábbi fogalmat a meghatározása alapján!

Olyan mutatószám, amely kifejezi egy embernek, vagy egy adott területen élő népességnek a természetre gyakorolt hatását:

... ökológiai lábnyom...

(A helyes válaszra 1 pont adható!)

25.*

3 pont

Sorolja fel az ököpszichológia alaptételeit!

- *az ember egészsége/életminősége és a környezet állapota nem független egymástól*
- *az ember néha nincs tisztában azzal, hogy közérzeti/pszichés problémáit a természettel való kapcsolat megszakadása okozza*
- *az ember okozója, elszenvedője, és a megváltoztatás birtokosa a természettel kapcsolatos problémáknak*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

5 pont

Nevezzen meg öt olyan vizsgálatot, melyek az alapreguláció állapotáról, jellegzetességeiről nyújtanak információt!

- *Voll-féle elektroakupunktúra*
- *vegateszt*
- *biorezonancia-vizsgálatok*
- *bőr-elektroteszt*
- *termoregulációs diagnosztika*
- *leukocytateszt*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

27.*

7 pont

Írjon hét olyan módszert/lehetőséget, amelyeket a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénájának) megőrzésére, a kiégés megelőzésére választhat!

- *meditáció*
- *relaxáció*
- *természetjárás*
- *mély, bensőséges emberi kapcsolatok kialakítása*
- *keleti mozgásgyakorlatok végzése*
- *keleti légzőgyakorlatok végzése*
- *vitalitásgenerátorok alkalmazása (nevetés, érintés, testmozgás)*
- *a munka változatosabbá tétele (önképzés, kutatás, tanítás)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)
