Országos Kórházi Főigazgatóság

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2026. június 11.

VII. sz.

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:

  Megfelelt: 71 - 100 pont

  Nem felelt meg: 0 - 70 pont

Maximálisan adható pontszám:

1. * **4 pont** ☐

Fogalmazza meg a modern medicina és a természetgyógyászat szemléletmódját!

Modern medicina: *a patogenetikus szemléletmódra épül, mely a betegségek okát, leküzdését tartja fontosnak.*

A természetgyógyászat: *a salutogenetikus szemléletmódra épül, melynek központi kérdése olyan gondolkodásmód és viselkedési forma kialakítása, melynek során meg lehet őrizni az egészség állapotát.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2. * **6 pont** ☐

Határozzon meg hat olyan tényezőt, mely a protonkoncentrációt (savasságot) befolyásolja!

- *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!)

3. **4 pont** ☐

Sorolja fel a stresszállapot tartós fennállása esetén jelentkező pszichés problémákat!

- *szorongás*
- *tanult tehetetlenség*
- *depresszió*
- *poszttraumás stressz-szindróma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4. * **3 pont** ☐

Írja le, hogy milyen feltételeknek kell megfelelnie a bioenergiával kezelést végző személynek az eredményesség érdekében!

- *testi kiegyensúlyozottság*
- *lelki kiegyensúlyozottság*
- *mentális és energiamezőbeli „ziláltság” rendszeres kiküszöbölése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5. **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.*...
TŰZ: ...*1.*...
FÖLD: ...*3.*....
FÉM: ...*2.*....
VÍZ: ...*5.*....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!))

6. * **4 pont** ☐

Nevezze meg a pitta dósa egyensúlyzavarához vezető kiváltó okokat!

- *túl sok hús fogyasztása*
- *sok alkohol fogyasztása*
- *túlzott meleg*
- *túlzott fűszerezés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7. **4 pont**

Ismertesse a hagyományos tibeti orvoslás terápiájában alkalmazott külső gyógymódokat!

- *olajos masszázs*
- *érvágás*
- *izzasztás*
- *moxaterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8. * **4 pont**

Soroljon fel a népi gyógyanyagok közül négyet!

- *növények*
- *ásványi eredetű anyagok*
- *állati eredetű anyagok*
- *emberi eredetű anyagok*
- *élő állatok (pióca)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9. * **5 pont**

Nevezzen meg öt pozitív hatást, melyet a Feldenkrais-módszer gyakorlása eredményezhet!

- *önismeret fejlődése*
- *testi tudatosság fokozása*
- *mozgáskoordináció javulása*
- *érzékszervek finomodása*
- *kényelmesebb testtartás*
- *feszültség csökkenése*
- *légzés javulása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10. **4 pont**

Párosítsa az alábbi gyógynövényeket a hozzájuk tartozó hatóanyagokkal! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!

1. kutyabengekéreg
2. gyermekláncfű
3. gyömbér
4. vadgesztenye levele

A. keserű anyagok
B. cser vagy cserzőanyagok
C. glikozidok
D. csípős anyagok

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11. * **5 pont**

Nevezzen meg a lelki méregtelenítés módszerei közül ötöt!

- *meditáció*
- *beszélgetés*
- *zene*
- *tánc*
- *ének*
- *Bálint-csoport*
- *kineziológia*
- *pszichoterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12. * **3 pont**

Soroljon fel a Kneipp-kúra általános hatásai közül hármat!

- *javítja a vegetatív regulációt*
- *javulnak a funkcionális betegségek*
- *javulnak a pszichovegetatív állapotok*
- *adjuváns kezelésként is alkalmazható*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13. * **3 pont**

Ismertesse az emberi szervezet felosztását az antropozófus gyógyászat szerint!

Az antropozófus gyógyászat alapvetően három funkcionális térre osztja fel az emberi szervezetet: érzékszerv-idegrendszer, anyagcsere-végtagrendszer és ritmikus rendszer.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14. * **5 pont**

Írjon le a profilaktikusan/terápiásan a szájüregbe kerülő anyagok közül ötöt, melyek a nyálkahártyát, illetve a száj- és bélflórát károsíthatják!

- *antibiotikumok: pl. klórhexidin és származékai*
- *szteroidok: pl. kortizon származékok*
- *tenzidek: pl. nátrium-lauril-szulfát (SLS–mosogatószerek, fogkrémek)*
- *tisztítószemcsék: pl. titán-dioxid*
- *konzerválószerek: pl. paraformaldehyd, PHB-észterek*
- *szintetikus konzerváló anyagok*
- *fluorid: pl. nátrium-monofluor-foszfát, nátrium-fluorid*
- *enzimek*
- *színezékek*
- *ízesítő anyagok: pl. illóolajok, szintetikus anyagok, aszpartám*
- *emulgátorok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15. * **5 pont**

Soroljon fel öt esetet, amikor kineziológiát alkalmaz!

- *alacsony önértékelés*
- *allergia, asztma*
- *alvásproblémák*
- *depresszió*
- *emésztőrendszeri problémák, fekélybetegségek*
- *energiahiányos állapotok kezelése, állandó fáradtság*
- *evészavar*
- *érzelmi traumák feldolgozása: válás, haláleset, hirtelen változások, munkahelyváltás, elbocsátás*
- *fájdalomcsökkentés*
- *feszültségből adódó magas vérnyomás*
- *félelmek kezelése*
- *kapcsolati problémák*
- *meddőség, impotencia, menstruációs problémák*
- *mozgásszervi betegségek*
- *stresszcsökkentés*
- *szorongás*
- *tanulási problémák*
- *tartásjavítás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16. * **5 pont**

Soroljon fel a bélflórarendezés lehetőségei közül ötöt!

- *növényi alapú étrend*
- *böjt*
- *bő folyadékfogyasztás*
- *kolonhidroterápia*
- *hashajtás*
- *májpakolás*
- *reflexzóna-kezelés*
- *ózonkezelés*
- *probiotikus kezelés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17. * **2 pont**

Ismertesse az alkati típusokba való besorolás központi gondolatát!

A testről leolvasható külső jegyek (méret, arányok, testtartás, mozgékonyság stb.) együtt járnak bizonyos belső tulajdonságokkal, pl. a vérmérséklettel, mentális jellegzetességekkel, betegségekre való hajlamokkal.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18. * **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!)

19. **5 pont**

Párosítsa a Mayr-diagnosztika által meghatározott kifejezéseket a megfelelő rövidítésekkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

A. lapockatávolság
B. nagyhas-térfogat
C. lordózismérték
D. nyakhossz
E. hastérfogat

1. HL
2. BM
3. SA
4. LO
5. GBM

A.–…*3.*…, B.–…*5.*…, C.–…*4.*…, D.–…*1.*…, E.–…*2.*…

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. * **2 pont**

Fogalmazza meg röviden a termoregulációs diagnosztika lényegét!

A bőr hőmérsékletének mérése alaphelyzetben, majd hőmérsékleti (hideg) provokáció után. A második mérés alkalmával a bőr különböző területeinek hőszabályozási (regulációs) képességéről ad felvilágosítást.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21. **3 pont**

Határozza meg a reguláció fogalmát!

A szervezet rendelkezik azzal a képességgel, hogy egyensúlyi állapotát (a homeosztázist) megőrizze, vagy helyreállítsa. A szervezet önszabályozó, öngyógyító képessége.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22. * **6 pont**

Sorolja fel azokat a vizsgálatokat, melyeket gyakran végeznek emésztőrendszeri funkcionális zavar esetén! Írjon hatot!

- *bélflóra-összetétel meghatározása*
- *candida-túlszaporulat meghatározása*
- *calprotectin, alfa-antitripszin meghatározása a gyulladásos folyamatok és a bélrenyheség megítélésére*
- *élelmiszerintolerancia tesztelése*
- *Mayr-féle hasi diagnosztika*
- *Enderlein-féle vércseppanalízis*
- *BETA-vizsgálat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23. * **5 pont**

Írjon le ötöt a légzőrendszer helyi gyulladáscsökkentő eljárásai közül!

- *neurálterápia alkalmazása (a mandula környékére, felső és alsó mandulaágyba, eltávolított mandula esetén is, a melléküregek mentén)*
- *gargarizálás*
- *inhalálás gyógynövényekkel*
- *külső gyógynövényes, vizes pakolások*
- *izzasztás*
- *az orrjárat öblítése sóoldattal, sós vízzel*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24. * **3 pont**

Ismertesse a húgyúti kövesség kialakulását elősegítő tényezőket! Írjon hármat!

- *sok állati terméket tartalmazó étrend*
- *kevés folyadék fogyasztása*
- *mozgásszegény életmód*
- *egyéb betegség (egyes vesebetegségek, anyagcsere betegségek, stb.)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)