Országos Kórházi Főigazgatóság

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2026. október 13.

IV. 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.* **2 pont**

Fogalmazza 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.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2. **2 pont**

Húzza alá azokat az ellátási területeket, amelyeket a kardiológiai komplementer kezelési lehetőségek eredményesebbé tehetnek!

- alapellátás
- első ellátás
- intenzív ellátás
- prevenció
- rehabilitáció

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! 2-nél több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

3.* **7 pont**

Sorolja fel az ellenállóképesség javításának lehetőségeit a húgyúti gyulladások kezelési stratégiájában! Írjon hetet!

- *salaktalanítás*
- *szénhidrát- és fehérjeszegény diéta*
- *probiotikumok szedése*
- *prebiotikumok alkalmazása*
- *vízkúrák*
- *gyógynövények alkalmazása*
- *ortomolekuláris szerek szedése*
- *a kórokozók koncentrációjának csökkentése (3-4 liter folyadék, vízhajtó gyógyteák fogyasztása)*
- *intimhigiénia*
- *a stressz és a félelmek csökkentése*
- *az alkohol kerülése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.* **5 pont**

Írjon le öt olyan élelmiszert, melyeket kiegészítő terápiaként pszichiátriai betegek számára javasol!

- *sötétpiros bogyós gyümölcsök leve*
- *olívaolaj*
- *zöld levelű zöldségek (spenót, kelkáposzta, brokkoli)*
- *hal, hús*
- *tojás*
- *zöld tea, fekete tea*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5. **4 pont**

Párosítsa az arc fő ingerzónáit a kivetüléseikkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

A. orrcimpa vonala alatt a száj vonaláig
B. fülek melletti sávok
C. járomcsont körüli sáv
D. szemüreg vízszintes vonalától az elülső hajvonalig

1. felső végtag
2. húgyhólyag, vese, köldök
3. arc, fej, torok, tüdő, szív, mell
4. gerinc, hát

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.* **2 pont**

Ismertesse az ECIWO kifejezés jelentését!

„Embrió, amely tartalmazza az egész szervezet információit.”

(A helyes válaszért 2 pont adható!)

7.* **3 pont**

Jellemezze a Mayr-diagnosztika szuboptimális egészségi állapotát!

A normálistól már eltérő jelek észlelhetők, de a páciens még semmilyen betegségtünetet nem érez. Mivel a páciens ereje teljében és minden tünettől mentesnek érzi magát, ezért nem tesz semmit a betegsége megelőzéséért.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.* **2 pont**

Határozza meg a Head-zóna fogalmát!

A Head-zónák a bőr és belső szervek, lágy részek, izomzat közötti idegi kapcsolatokon alapuló ún. viscerocutan reflexek.

(A helyes válaszért 2 pont adható!)

9. **2 pont**

Ismertesse a homeopátiában használt potenciálás két lépését!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10. **2 pont**

Nevezze meg az antropozófus gyógyászat alapjait lerakó személyeket!

- *Rudolf Steiner*
- *Ita Wegmann*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.* **5 pont**

Írjon le ötöt az Alfred Stock által leírt amalgám hatások közül!

- *fáradékonyság*
- *kedvetlenség*
- *ingerültség*
- *fejfájás*
- *szédülés*
- *feledékenység*
- *szájüregi gyulladások*
- *hasmenés*
- *étvágytalanság*
- *krónikus köhögés*
- *krónikus hurut*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12. **3 pont**

Sorolja fel azokat a szervezetünkben zajló folyamatokat, amelyekben enzimek vesznek részt!

- *emésztés*
- *anyagcsere*
- *nem immuntermészetű gyulladás elleni védekezés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.* **5 pont**

Nevezzen meg a normál bélflórát károsító tényezők közül ötöt!

- *egyoldalú, helytelen táplálkozás*
- *rossz emésztés*
- *környezetszennyező anyagok*
- *egyes gyógyszerek*
- *allergiák*
- *tartós stressz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14. **1 pont**

Határozza meg a fogalmat a megadott leírás alapján!

Az egészség fenntartásának és a betegségek gyógyításának az a módja, mely során az emberi testben normálisan jelen levő és egyébként az egészséghez szükséges anyagok koncentrációját változtatjuk meg:

…*ortomolekuláris medicina*…

(A helyes válaszért 1 pont adható!)

15.* **2 pont**

Ismertesse röviden a salutogenezis lényegét!

Az egészség megtartásához, betegség esetén a gyógyuláshoz szükséges tényezők számbavétele. Azon tényezők részletezése, melyek révén egy adott közösségen belül a személy egészséges tud maradni.

(A helyes válaszért 2 pont adható!)

16.* **6 pont**

Sorolja fel a wellness reforméletforma alapelemeit! Írjon hatot!

- *fizikális fitnesz*
- *egészségfejlesztő módszerek (öngyógyítás, önfejlesztés)*
- *szellemi és spirituális kondicionálás*
- *lelki harmonizálás*
- *szépségápolás*
- *környezettudatosság*
- *szociális kiegyensúlyozás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* **4 pont**

Írjon le a normál bélflóra egyensúlyi felbomlásának következményei közül négyet!

- *rothasztó folyamatok elindulása*
- *erjesztő folyamatok elindulása*
- *toxikus anyagok felszaporodása*
- *gázok termelődése*
- *savak termelődése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* **4 pont**

Nevezzen meg a kénes víz fogyasztásának ellenjavallatai közül négyet!

- *heveny májgyulladás*
- *heveny epeútgyulladás*
- *fokozott pajzsmirigyműködés*
- *akut hasnyálmirigy-gyulladás*
- *krónikus hasnyálmirigy-gyulladás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.* **5 pont**

Soroljon fel a tibeti orvoslás szerint, a szétterjedő szélre jellemző működések közül ötöt!

- *a test keringési csatornáinak működtetése*
- *felemeli és leengedi a végtagokat*
- *kinyújtja és visszahúzza a végtagokat*
- *segít a test helyváltoztatásában*
- *kinyitja és bezárja a testnyílásokat*
- *szerepe van a legtöbb mozgásban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. **3 pont**

Húzza alá a tibeti orvoslás szerinti nyálka típusra vonatkozó helyes meghatározásokat!

- a középkorúak hajlamosabbak a betegségeire
- betegségei a hideg kategóriába tartoznak
- rendellenességei a nyár folyamán a legjellemzőbbek, a napszakok tekintetében pedig este és közvetlenül hajnal előtt
- a forró, száraz területeken jobban növekszik
- rendellenességei elsősorban tavasszal, illetve szürkületkor és hajnalban lépnek föl
- idősebb életkorban hajlamosabbak a betegségeire
- időszakai az ősz, a délután és az éjszaka
- a legifjabbak hajlamosabbak a betegségeire
- hideg, szeles vidékek inkább kedveznek a terjedésének

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! 3-nál több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

21. **5 pont**

Rendezze a felsorolt érzékeléseket az Öt Fázisnak megfelelően! Írja a sorszámokat a megfelelő fázishoz!

1. beszéd
2. hallás
3. ízérzés
4. szaglás
5. látás

Fa: ...*5*....
Tűz: ...*1*....
Föld: ...*3*....
Fém: ...*4*....
Víz: ...*2*....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22. **3 pont**

Írja le a csi származási helyeit eredetük szerint!

- *szülőktől (születés előtti: Jüan-csi)*
- *táplálékból (Gu-csi)*
- *levegőből (Kong-csi)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23. **1 pont**

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A hiteles és eredményes kommunikáció egyik legfőbb feltétele a …*kongruencia…*, amikor a verbális és nonverbális kommunikáció egymásnak megfelel és egymást erősíti.

(A helyes válaszért 1 pont adható!)

24.* **2 pont**

Határozza meg a komplementer medicina fogalmát!

Kiegészíti a hivatalos orvoslást, figyelembe veszi saját lehetőségeit, határait, és a versengés helyett az együttműködésre törekszik.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.* **4 pont**

Soroljon fel a természetgyógyász kiemelt prevenciós feladatai közül négyet!

- *egészségvédő módszerek, technikák tanítása*
- *egészségtudatos magatartás kialakítása*
- *az életmód formálása*
- *egészségtudatos szemléletmód közvetítése*
- *önszabályozó technikák oktatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.* **5 pont**

Írjon le a burnout szindróma lehetséges tünetei közül ötöt!

- *az empátiás kapacitás kimerülése, deperszonalizáció („elszemélytelenítés”, a páciens „munkadarabként” való kezelése)*
- *reménytelenség érzése*
- *inkompetencia érzése*
- *célok és ideálok elvesztésének érzése*
- *a saját munkától való eltávolodás érzése*
- *saját személyre, munkára, illetve másokra vonatkozó negatív attitűdök megjelenése*

(A helyes válaszra 1-1 pont adható!)

27.* **6 pont**

Nevezzen meg az önköltségszámítás szempontjai közül hatot!

- *munkabér költségei*
- *bérleti díj*
- *rezsiköltség*
- *fogyóeszköz-beszerzési költségek (papír, tinta, toll, krémek, olajok stb.)*
- *takarítás*
- *veszélyes anyag elszállítása (amennyiben ez a tevékenységet érinti)*
- *felelősségbiztosítás*
- *útiköltség*

(A helyes válaszra 1-1 pont adható!)

28. **5 pont**

Húzza alá a felsorolásból a kizárólag orvosi szakképesítéssel végezhető természetgyógyászati tevékenységeket!

- szemtréning eljárások
- alternatív fizioterápiás módszerek
- bioenergetikát alkalmazó módszerek
- fülakupunktúrás addiktológiai eljárások
- hagyományos tibeti orvoslás
- ájurvédikus orvoslás
- akupresszúra
- antropozófus orvoslás
- biológiai fogorvoslás
- fitoterápia
- méregtelenítő módszerek

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! 5-nél több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)