

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig

A minősítő neve: Rauh Edit

A minősítő beosztása: elnökhelyettes

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Reflexológus szak

2015. március 12.

ENKK

T Á J É K O Z T A T Ó

az értékelő tanár részére

- A vizsgázó csak a kiosztott feladatlapon dolgozhat.
- Tévedés esetén helyes megoldásnak csak a vizsgázó egyértelmű javítása fogadható el.
- A dolgozatban előforduló esetleges hibákat, tévedéseket kérjük, feltűnően jelöljék!
- A feladatlap egységes értékeléséhez használják fel a rendelkezésükre bocsátott megoldási javaslatot!
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot a javítást végző tanár!
- A megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a ponthatáron belül a csillaggal (*) jelölt kérdéseknél.
- A feladatlap szerkesztésénél Dr. Fábíán Pál – Dr. Magasi Péter Orvosi Helyesírási Szótár (Akadémia Kiadó, Országos Orvostudományi Információs Intézet és Könyvtár Budapest, 1992.) útmutatásait vettük figyelembe.
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:

100 - 88	- jeles
87 - 75	- jó
74 - 62	- közepes
61 - 51	- elégséges
50 - 0	- elégtelen

Maximálisan adható
pontszám:

1.* Soroljon fel az aromaterápia gyógyhatásai közül négyet /4/!

4 pont

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2. Húzza alá a heveny gyomorhurutra javasolható gyógynövényeket!

3 pont

- ürömfű
- orvosi ziliz
- apróbojtorján
- édeskömény
- bodza
- zsálya
- pemetefű
- kamilla
- borsmenta
- ökörfarkkóró

(Csak a hat /6/ helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz esetén a megoldás érvénytelen!)

3.* Ismertesse az önmasszázs előnyeit! Írjon ötöt /5/!

5 pont

- *bármikor alkalmazható*
- *a masszázs erőssége szabályozható*
- *hamar észrevehetőek az elváltozások*
- *nem kell másokhoz alkalmazkodni*
- *egy zóna naponta többször is kezelhető*
- *ingyenes*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.* Készítsen komplex kezelési tervet hasnyálmirigy betegségek esetén!

12 pont

Reflexológiai kezelés: Írjon négyet /4/!

- *bevezetés*
- *emésztőrendszer pontjainak stimulálása*
- *kiemelten a hasnyálmirigy pontok stimulálása*
- *vegetatív idegrendszer pontjainak stimulálása*
- *immunrendszer pontjainak stimulálása*
- *levezetés*

Gyógyteák: Írjon ötöt /5/!

- *görögszéna*
- *pszilliceunmag*
- *articsóka*
- *gyermekláncfű*
- *kis ezerjófű*
- *körömvirág*

Speciális technikák: Írjon hármat /3/!

- *lép-hasnyálmirigy ujjtartás*
- *hidroterápia (hideg-meleg váltózuhany)*
- *HOT terápia*
- *körömvirág-, cickafark-, levendulaborogatás, pakolás, fürdő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5. Húzza alá az alábbi mondatok közül a helyes állításokat!

4 pont

- nem tanácsos fém óraszíj, nyaklánc viselése, mert lezárja az energia szabad áramlását
- jó, ha a televízió a hálósobában van
- hosszadalmasabb a javulás, ha több szervet műtétilag eltávolítottak
- aki türelmetlen a kezelés alatt, hamarabb gyógyul
- alkohol fogyasztása után ne masszírozzunk
- a gyógyulás lassúbb, ha sok tömött fog van

(Csak a négy /4/ helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz esetén a megoldás érvénytelen!)

6. **Ismertesse a relaxáló masszázsprogram célját és menetét!**

12 pont

Célja:

- *pozitív pszichés változások megteremtése*
- *a fizikai és lelki diszharmónia megszüntetése*
- *a stresszhatások megszüntetése, ellazulás, a belső nyugalom biztosítása*

Menete:

1. *ráhangoló fogások*
2. *lábujj technikák*
3. *gerinckezelő technikák*
4. *nyirok speciális technika (CsiAn)*
5. *hernyózás*
6. *csontkezelési fogások*
7. *belső elválasztású mirigyek harmonizálása*
8. *bokalazító technika*
9. *energiarendezés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.* **Sorolja fel, hogy oxalátkő esetén milyen táplálékokat javasolt elhagyni az étrendből! Írjon hatot /6/!**

3 pont

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

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

8.* Sorolja fel az egészséges életmód alapelemeit Dr. Oláh Andor alapján! Írjon nyolcat /8/!

4 pont

- *méregtelenítés*
- *vegetárius étrend*
- *gyógynövények alkalmazása*
- *természetben élés, kapcsolat az elemekkel (föld, víz, tűz, levegő)*
- *mozgásgyakorlatok*
- *relaxáció*
- *jóga*
- *meditáció és más lelki gyakorlatok*
- *személyiségfejlesztés*

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

9.* Nevezzen meg tízet /10/ a rendellenes menstruációs állapotok közül!

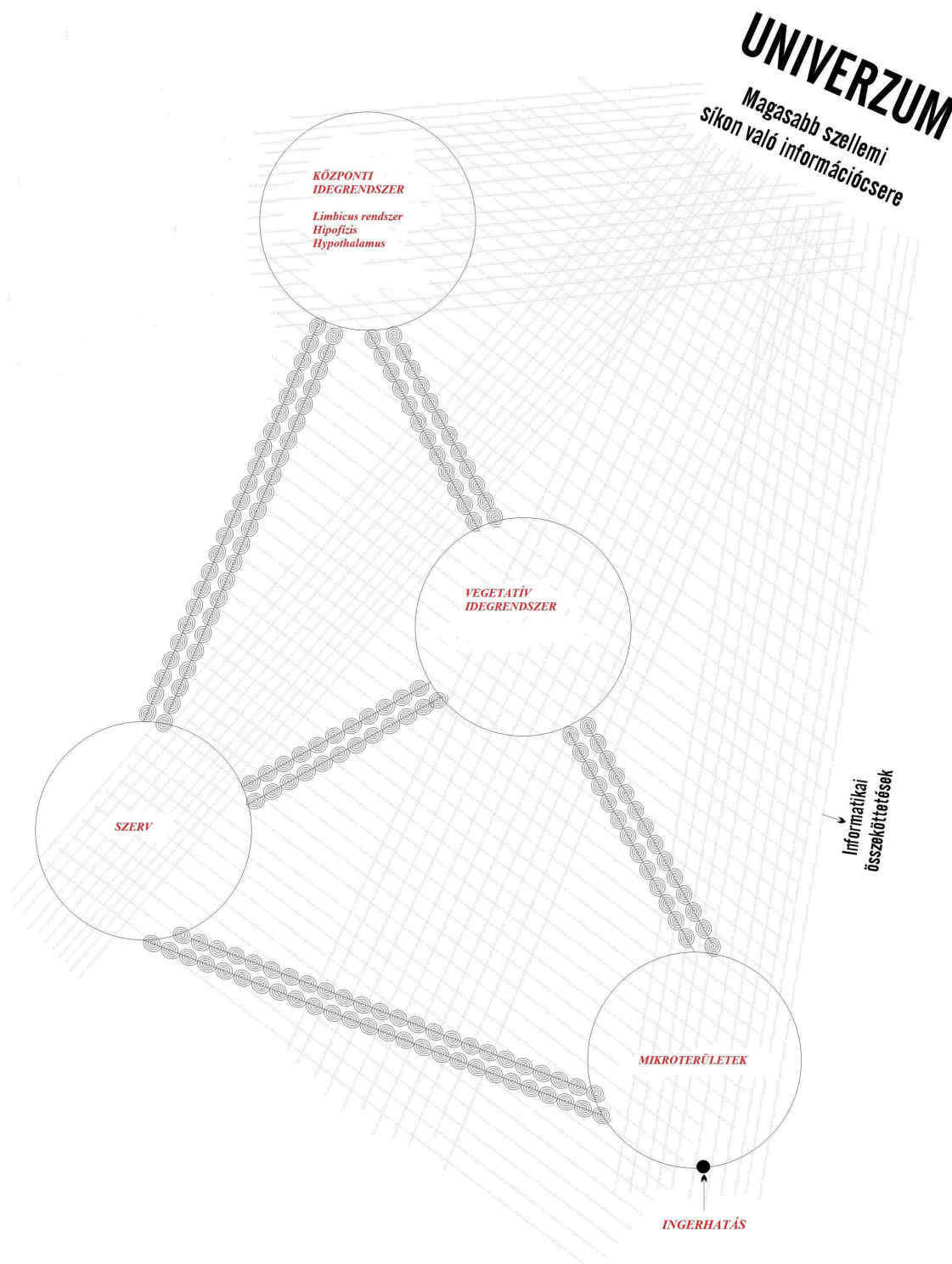
5 pont

- *menstruáció előtti fizikális és lelki tünetek (PMS)*
- *fájdalommal járó menstruáció (dysmenorrhoea)*
- *havi vérzés hiánya (amenorrhoea)*
- *a 16. életévét betöltött lánynak még soha nem volt menstruációja (elsődleges amenorrhoea)*
- *előzőleg rendszeresen menstruáló nő több mint 3 hónapja nem menstruál (másodlagos amenorrhoea)*
- *elnyúló, erős menses (menorrhagia)*
- *kevés vérzés, gyenge menstruáció (hypomenorrhoea)*
- *gyakran jelentkező menstruáció (polymenorrhoea)*
- *ritkán jelentkező menstruáció (oligomenorrhoea)*
- *köztes vérzés (metrorrhagia)*
- *erős vérzés, szabálytalan ciklus és időtartam (menometrorrhagia)*
- *menopausát követően jelentkező vérzés (posztmenopausalis vérzés)*

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

10. Jelölje be a megfelelő meghatározást a reflexológia hatásmechanizmusának elméletét ábrázoló körökbe!

4 pont



(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

- 11. Ismertesse az alapregulációs rendszer alapállományát terhelő tényezőket! Egészítse ki a felsorolást! 4 pont**

Az alapregulációs rendszer alapállományát terhelő tényezők:

1. nehézfémek által okozott károsodás
2. *terhelő, nem megfelelő táplálkozás*
3. *dehidráció*
4. *elhízás*
5. *a gyógyszerek kontroll nélküli szedésének hatásai, interakciók, addikciók*
6. *tartós stresszhelyzet*
7. *krónikus pszichés zavarok*
8. *a bélflóra egyensúlyának felborulása*
9. *geopátiás stressz*

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

- 12.* Határozza meg a reflexológia fogalmát! 5 pont**

A reflexológia empirikus módszer. Az egészséget megtartó életerők tudatos, célirányos serkentése ujjnyomással, a reflexterületeken – időfaktor figyelembevételével – meghatározott zónára, fájdalomküszöb alatti nyomásban, orvosi kezelések kiegészítéseként, rehabilitáció esetén egyaránt hatékony. Megfelelő hozzáértéssel állapotfelmérésre is alkalmas.

- 13.* Sorolja fel a tipikus gócpontokat! Írjon hetet /7/! 7 pont**

- *fog*
- *homlok-, és arcüreg*
- *torok és mandula*
- *pajzsmirigy*
- *epehólyag*
- *vesék*
- *vakbél*
- *petefészkek*
- *prosztata*
- *gombás folyamatok érintett szervei*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.* Sorolja fel a fejfájás lehetséges okait! Írjon nyolcat /8/!

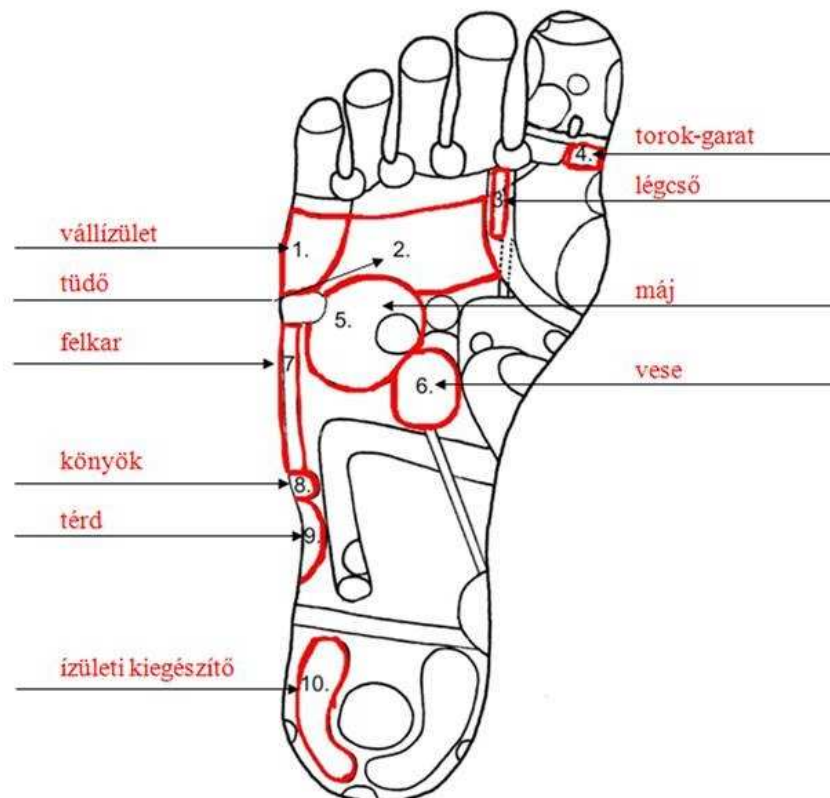
4 pont

- idegi eredet (nagy megterhelés, állandó stressz)
- éhezés
- helytelen fogyókúra
- klimax
- a vérnyomás eltérése a normál értéktől
- látászavarok
- nagy mennyiségű kávé, alkohol fogyasztása
- fülbetegségek
- orrmelléküreg-gyulladás
- rossz fogak
- kialvatlanság
- mérgezések
- epilepszia
- agydaganat

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

15. Nevezze meg a vastagon jelzett, sorszámokkal ellátott szervrendszeri zónákat!

10 pont

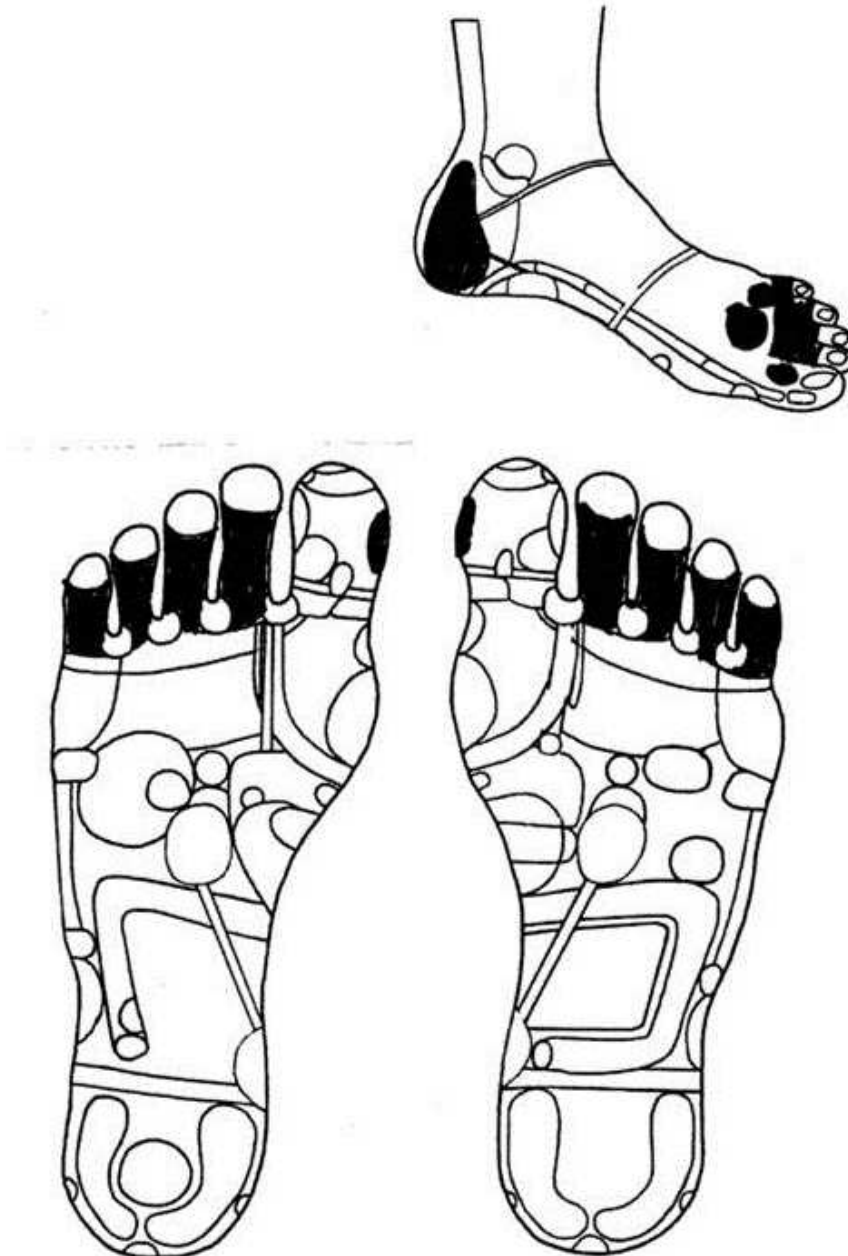


(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16. Nevezze meg és satírozza be a harmonizáló
masszázsprogramban meghatározott zónák közül - az
életminőség javító funkciókhoz tartozó - érzékszervi és nemi
szervrendszeri zónákat!

14 pont

- Érzékszervi zónák: *orr, nyelv, szem, fül, egyensúlyszerv*
- Nemi szervrendszeri zónák: *méh/prosztata, mell*



(A zóna megnevezésére és a satírozásra helyes válaszonként 1-1 pont adható!)