

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig

A minősítő neve: Dr. Páva Hanna

A minősítő beosztása: főigazgató-helyettes

<b>M E G O L D Ó L A P</b>
----------------------------

*szakmai írásbeli vizsga*

***Reflexológus szak***

**2018. március 12.**

**ÁEEK**

## T Á J É K O Z T A T Ó

az értékelő tanár részére

- A vizsgázó csak a kiosztott feladatlapon dolgozhat.
- Tévedés esetén csak az egyértelmű javítás - a helytelen válasz áthúzása, a vizsgázó aláírásával és a dátummal ellátva - 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 - 85	- jeles
84 - 75	- jó
74 - 61	- közepes
60 - 51	- elégséges
50 -	- elégtelen

Maximálisan adható  
pontszám:

**1.\* Írjon a székrekedés megelőzését szolgáló étrendi javaslatok közül nyolcat!**

**4 pont**

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

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

**2.\* Soroljon fel a gerincferdülés lehetséges okai közül négyet!**

**2 pont**

- *veleszületett rendellenesség*
- *rossz testtartás*
- *merev háttal történő ülés*
- *osteoporosis*
- *mozgáshiány*

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

**3.\* Írjon az aromaterápia gyógyhatásai közül négyet!**

**4 pont**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4. Írja le mi a közös jellemző az alábbi három gyógynövényben! 2 pont

palástfű, cickafark, poloskavész

*..Mindhárom fitoösztrogént tartalmaz...*

- 5.\* Soroljon fel az akut has fogalmába tartozó kórképek közül tízet! 10 pont

- *appendicitis acuta*
- *cholecystitis acuta*
- *gastroduodenalis fekély perforációja*
- *gyomor volvulus*
- *heveny gyomor dilatáció*
- *ileus*
- *vékonybél perforáció*
- *vastagbél perforáció*
- *pancreatitis acuta*
- *mesenterialis thrombosis*
- *vesekő- és epekőkólika*
- *peritonitis*
- *belső vérzés*
- *hasi aneurysma ruptura*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

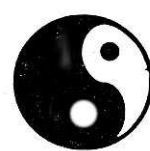
6. Rajzolja be az ábrába az egészség, a Yang túlsúly és a Yin túlsúly állapotát! 3 pont



egészség



Yang túlsúly



Yin túlsúly

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7. **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!)

8. **Nevezze meg az alábbi tünetekkel járó betegséget!** **2 pont**

Tünetek:

- hirtelen erős fejfájás
- szédülés
- nyugtalanság
- beszédzavar
- bénulás
- látászavar
- magas vérnyomás
- hányás
- sápadtság

Betegség: ... *agyi katasztrófa (agyvérzés, agyérgörcs stb.)* ...

Masszírozása a betegség fennállásakor:

Húzza alá a helyes választ!

indikált

kontraindikált

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 9.\* Soroljon fel a méh lehetséges megbetegedései közül négyet! Határozza meg reflexzónájának a helyét! 3 pont**

Betegségek:

- *rosszindulatú daganatok*
- *méhsüllyedés*
- *jóindulatú daganatok*
- *gyulladásos eredetű betegségek*
- *fejlődési rendellenességek*

Zónája:

- *a belső boka alatt*

(Betegségekre: 0,5-0,5 pont; zónára: 1 pont adható!)

- 10.\* Soroljon fel a köpölyözés kontraindikációi közül hatot! 6 pont**

- *bőrallergia*
- *fekélyek*
- *rosszindulatú daganatok*
- *vérzékenység*
- *magas láz*
- *fertőző betegség*
- *erősen legyengült állapot*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 11. Húzza alá az alábbi mondatok közül a helyes állításokat! 3 pont**

- A hegyes orrú cipő miatt deformált lábon az érintett zónák fájdalmasak.
- Ha a zóna nem érzékeny, a szerv nem beteg.
- Az étkezés nem befolyásolja a reflexzónamasszázs kezelést.
- A szerv nem feltétlenül beteg, ha a zóna érzékeny.
- Májbetegeknél sárga folt van a májzónában.
- A hidegfront csökkenti az anyagcserét, növeli a görcskészséget, álmosító hatású.

(Csak a 3 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

**12.\* Soroljon fel a mikrorendszerek azonosságai közül kilencet!**

**9 pont**

- minden változás megjelenik a reflex-területeken
- a betegség megjelenése előtt jóval hamarabb már jelzések észlelhetők
- fájdalommentes kezelés esetén is eredményes a terápia
- több mikroterület egy kezelésen belüli ingerlése hatékonyabbá teszi az öngyógyítást
- a hatásmechanizmus – feltehetően – minden mikroterületen azonos módon működik, azonos reakciókat vált ki, az intenzitásban lehet különbség
- a mikroterületeken történő reflexkezelések akkor hoznak hosszantartó eredményt, ha a gyógyuláshoz a segítséget lelki és szellemi síkon is megkapja a beteg
- a javulás időleges, ha csak a tünetet szüntetjük meg, az ok pedig továbbra is fennáll
- a reflexológiai kezelés kiegészítő módszerként is rendkívül hatékony
- ha jól végzik a kezelést, nincs mellékhatás
- legtöbb területen nem szükségesek eszközök a kezeléshez

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**13.\* Írjon a kéz energiáját növelő gyakorlatok közül hatot! Ismertesse azok kivitelezését!**

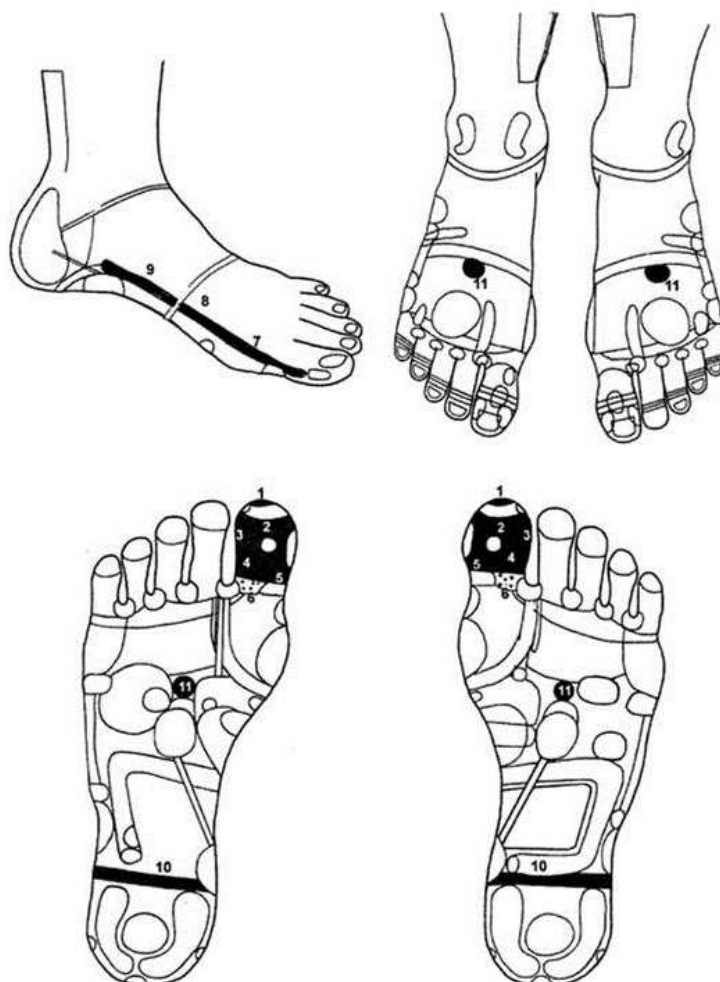
**6 pont**

- *Ütögetős: a kézfejet és tenyeret ütögetjük végig egyik, majd másik kezünkkel.*
- *Pörgetős és húzogató: az ujjzúleteket összecsiszítva forgassuk el, majd húzogassuk le és fel.*
- *Energetizáló: az ujjbegyeket az életrajz, fejrész, szívritmus árkaiba helyezzük be, és gyakoroljunk rá nyomást.*
- *Kézmosós: végezzük kézmosó mozdulatokat.*
- *Zongorázós: végezzük zongorázó ujjmozdulatokat, miközben egy dallamot dúdolunk.*
- *Erőpróba: tegyük a tenyereket össze szétnyitott ujjakkal, távolítsuk el a tenyereket mindaddig, amíg az ujjbegyek még összeérnek, miközben azokra erőt fejtünk ki.*
- *Csuklóforgató-salaktalanító: helyezzük mindkét kezét a mell elé, tenyerünk nézzen a mellkas irányába. Forgassuk a csuklókat ki, illetve vissza kilencszer. Az ujjak ne érjenek össze.*

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

14. Nevezze meg és egyértelműen jelölje be a térképen az agy és idegrendszer reflexzónáit! 11 pont

1. fejtető
2. nagyagy
3. halánték–trigeminus
4. kisagy
5. nyúltagy
6. nyakszirt, tarkó
7. gerincvelő nyaki szakasza
8. gerincvelő háti szakasza
9. gerincvelő ágyéki szakasza
10. isiász ideg
11. plexus solaris



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



- 15.\* Sorolja fel a magas vérnyomás lehetséges tüneteit és határozza meg reflexzónáját!** **3 pont**

Tünetei: Írjon négyet!

- *tompa tarkótáji vagy fejtetői fejfájás*
- *szédülés*
- *gyakori orrvérzés*
- *szívdobogás érzés*
- *fáradtság*

Zónája:

*...a belső boka felett 4 ujjnyi területen...*

(Tünetekre: 0,5-0,5 pont; zónára: 1 pont adható!)

- 16. Készítsen reflexológiai kezelési tervet PMS esetén!** **10 pont**

Kezelendő területek:

- *nagyagy*
- *halánték*
- *nervus trigeminus*
- *kisagy*
- *gerinc lumbális szakasza*
- *altest fellazítása*
- *hipofízis*
- *tobozmirigy*
- *mellékvese*
- *nemi szervek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

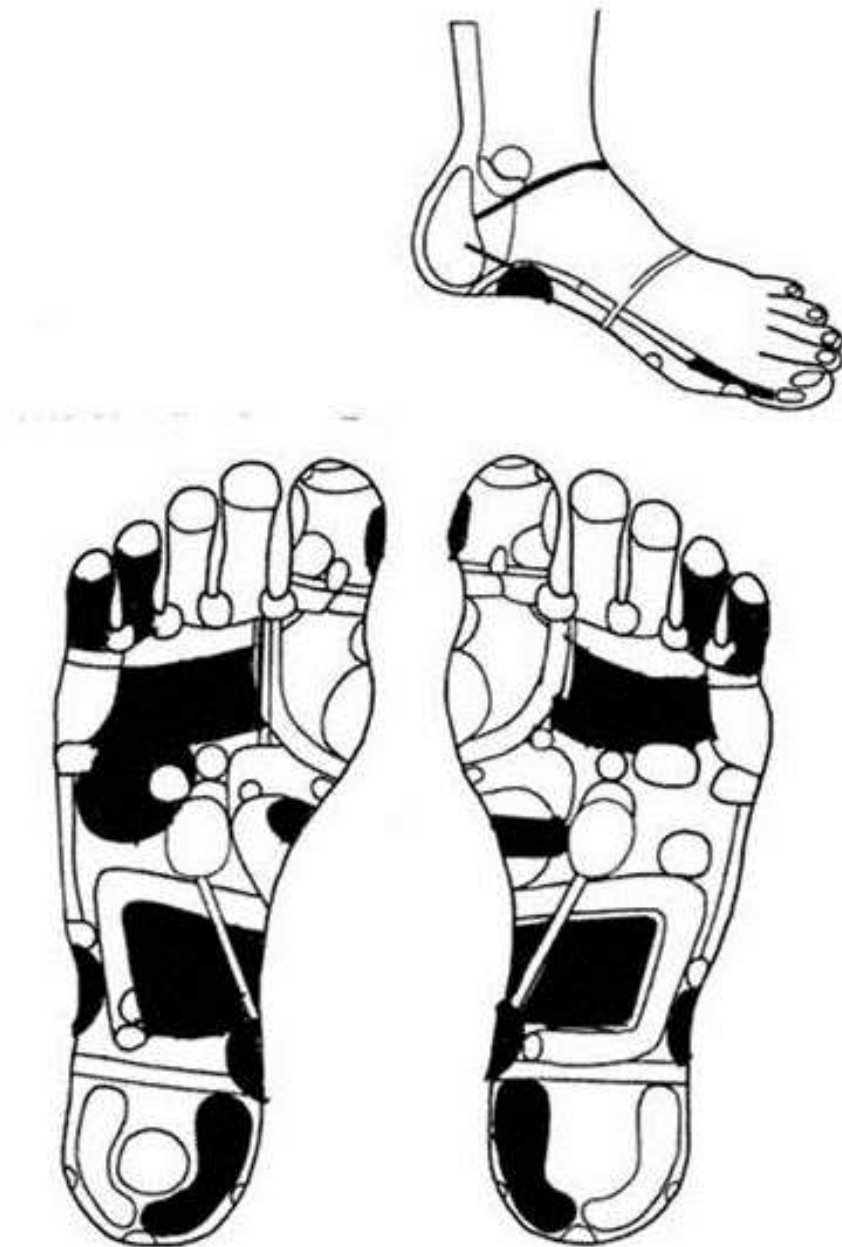
- 17. Húzza alá az alább felsorolt zónák közül, a pajzsmirigy betegségeknél ajánlott - harmonizáló masszáz program - központi, irányító funkcióhoz tartozó zónákat!** **4 pont**

- kisagy
- agyalap
- nagyagy
- hasnyálmirigy
- gerincvelő
- máj
- plexus solaris
- váll
- hipofízis

(Csak a 4 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

18. **Rendezze szervrendszeri funkció szerinti csoportokba a térképen bejelölt zónákat! Nevezze meg a csoportokat és a zónákat is!** 14 pont

- A. *Kiválasztó funkciók: máj, hasnyálmirigy, húgyhólyag, tüdő, orr, vékonybél*  
B. *Életminőséget javító funkciók: gerinc nyaki szakasz, gerinc kiegészítő zóna, térd, orr, fül, petevezető*



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)