

„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. október 15.**

**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. Fábián 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.\* Nevezze meg az emberi test nyirokzónáit és nyirokszerveit!**

**4 pont**

Nyirokzónák: Írjon ötöt!

- *fej nyirokterülete*
- *felsőtest nyirokterülete*
- *mellkasi fő nyiroktörzs*
- *altest nyirokterülete*
- *kismedence nyirokterülete*
- *lágyék nyirokterülete*

Nyirokszervek: Írjon hármat!

- *mandula*
- *csecsemőmirigy*
- *féregnyúlvány*
- *lép*

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

**2.\* Ismertesse az angina pectoris tüneteit! Írjon hatot!**

**3 pont**

- *erős, szorító, abroncsszerű fájdalom a szegycsont mögött*
- *nehézlégzés*
- *halálfélelem*
- *bal karba sugárzó fájdalom*
- *égő érzés a mellkasban*
- *gyomortáji fájdalom*
- *veritékezés*

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

**3. Húzza alá a makrokozmosz és a mikrokozmosz kapcsolatrendszerére vonatkozó helyes állításokat!**

**3 pont**

- A makrokozmosz az embert körülvevő világ.
- A makrokozmosz csak a növény- és állatvilágot foglalja magába.
- A mikrokozmosz és a makrokozmosz ugyanazon elv alapján működik.
- A mikro- és a makrokozmosz egymástól függetlenül működik.
- Az emberi szervezet a sejtek viszonylatában makrokozmosznak tekinthető.

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

**4.\* Soroljon fel a Bircher–Benner-féle rendtörvények közül nyolcat!**

**4 pont**

- *táplálék szerkezeti törvénye*
- *táplálkozási egyensúly törvénye*
- *gazdaságossági törvény*
- *szájtörvény*
- *bőr szerveinek rendtörvénye*
- *tüdő rendtörvénye*
- *nehézségi erővel való kapcsolat rendtörvénye*
- *életritmus rendtörvénye*
- *lelki élet rendtörvénye*

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

**5.\* Írja le az alvászavar esetén adható tanácsokat az alábbi szempontok szerint!**

**5 pont**

Életmódbeli változtatás: Írjon ötöt!

- *korai, könnyű vacsora*
- *esti séta*
- *lefekvés előtt a szoba szellőztetése*
- *közel azonos időben történő lefekvés*
- *kényelmes legyen a fekhely*
- *lazítás, relaxálás*

Ajánlott gyógyteák: Írjon ötöt!

- *almahéj*
- *orbáncfű*
- *levendula*
- *citromfű*
- *komló*
- *macskagyökér*

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

6.\* Sorolja fel Dr. Oláh Andor szerint az egészséges életmód alapelemeit! Írjon nyolcat! 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!)

7. Csoportosítsa a felsorolt gyógynövényeket! Írja a helyes válasz sorszámát a megfelelő helyre! 4 pont

1. fűzfakéreg
2. homoktövis
3. szúrós gyöngyajak
4. lapugyökér
5. koreai és szibériai ginseng
6. kurkuma
7. galagonya
8. barátcserje

Szív,- és érrendszerre ható gyógynövény: ...3., 7....

Hormonrendszerre ható gyógynövény: ...2., 4., 8....

Mozgásszervrendszerre ható gyógynövény: ...1., 5., 6....

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

8. Húzza alá a vesebetegségekre jótékony hatást kifejtő gyógyteákat! 2 pont

- medveszőlőlevél
- bodzalevél
- nyírfalevél
- borsmenta
- porcsinfű
- szappangyökér
- zsurló
- fehérmályva
- benedekfű

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

**9.\* Nevezzen meg hat olyan állapotot, illetve megbetegedést, amelyek esetén tilos a betegnél reflexzóna-masszázst végezni!**

**6 pont**

- *gombás láb*
- *sebes láb*
- *lábtörés*
- *lábüszkösödés*
- *csontvelőgyulladás*
- *visszérgyulladás*
- *magas láz*
- *azonnali beavatkozást igénylő akut esetek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**10. Húzza alá az alábbiak közül a speciális fogásokat!**

**10 pont**

- finom, szaggatott érintés
- tolás
- simító masszázs
- kapaszkodó masszázs
- dagasztó
- ráborító, nagysimító
- körkörös
- cikkcakk rezegtetés
- egyenesen ívelt kihúzó
- csontkezelési fogások
- oldalcsipeszelő
- pontnyomó
- keresztező technika
- körgyűrű technika
- hernyózás
- gerincmenti izomkezelés

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

**11.\* Nevezze meg a köpölyözés pozitív hatásait! Írjon hármat!**

**3 pont**

- *növeli a szervezet ellenálló képességét*
- *salakanyagok távoznak el a szervezetből*
- *izomlazító hatású*
- *javítja a vér pH-értékét*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.\* Ismertesse a reflexológia hatásait a megadott szempontok alapján! 8 pont**

Általános élettani hatások: Egészítse ki a felsorolást!

1. idegrendszeri hatás
2. *fájdalomcsillapító hatás*
3. *keringést befolyásoló hatás*
4. *endokrinrendszeri hatás*
5. *méregtelenítés*
6. *lazító, feszültségoldó hatás*
7. *harmonizáló hatás*

Fájdalomcsillapítás speciális hatásai:

*A reflexológiai kezelés a szervezet saját fájdalomcsillapító hormonjait aktiválja (endorfinok). A masszázssal elérhető a fájdalomkapu bezárása „Gate control”.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**13.\* Sorolja fel a fejfájás lehetséges okait! Írjon tízet!**

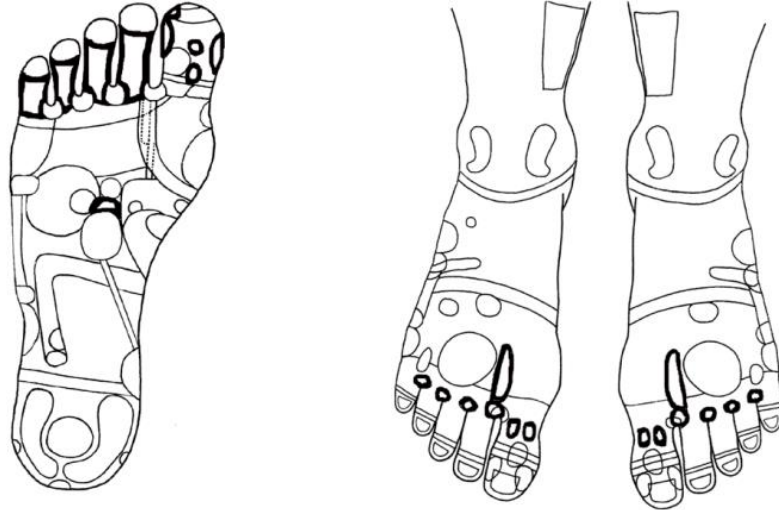
**5 pont**

- *idegi eredet (nagy megterhelés, állandó stressz)*
- *éhezés*
- *helytelen fogyókúra*
- *klimax*
- *a vérnyomás eltérése*
- *látászavar*
- *nagy mennyiségű kávé, alkohol fogyasztása*
- *fülbetegség*
- *orrmelléküreg-gyulladás*
- *rossz fogak*
- *kialvatlanság*
- *mérgezés*
- *epilepszia*
- *agydaganat*

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

14. **Rendezze funkciójuk szerint a vastagon jelzett szervrendszeri zónákat! Írja a zónák nevét a megfelelő helyre!**

12 pont



Központi funkciók:

- *nyúltagy*
- *halánték*
- *trigeminus ideg*
- *tobozmirigy*
- *hipofízis*
- *mellékvese*

Immuntevékenységet befolyásoló és szállító funkciók:

- *nyirokerek mellkasi főtörzs*
- *fej nyirokútjai*
- *mandulák*

Életminőséget javító funkciók:

- *orr*
- *szem*
- *fül*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

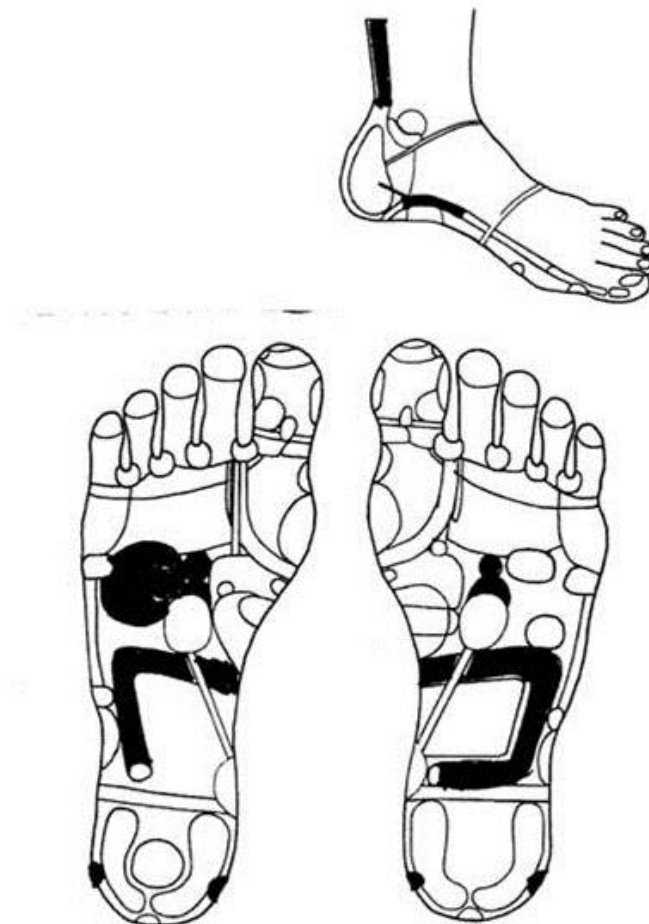


15. Nevezze meg a székrekedés esetén kezelendő zónákat! Jelölje be a zónákat az ábrába!

10 pont

Kezelendő zónák:

- máj
- epehólyag
- vastagbél
- szigmabél
- mellékvesék
- napfonadék
- ágyéki gerinc
- végbél
- végbél kiegészítő zóna
- altest fellazítása



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

**16. Nevezze meg a betegséget és a masszírozandó zónákat az alábbi tünetek alapján! 6 pont**

- a beteg nem tud felegyenesedni
- izomvédekezés tapasztalható a gerincoszlop érintett szakaszán
- nagy fájdalom jelentkezik a gerincoszlop érintett szakaszán
- hirtelen, rossz mozdulat után alakul ki

Betegség neve:... *lumbágó*...

Masszírozandó zónák:

- *gerinczóna ágyéki szakasza*
- *csípőzóna*
- *isiász zóna*
- *gerinc kiegészítő zónája*
- *mellékvese zónája*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**17.\* Nevezzen meg hat fájdalomcsillapító zónát/területet a lábon! 6 pont**

- *vese zóna*
- *mellékvese zóna*
- *vakbél zóna*
- *vakbél kiegészítő zóna*
- *mellkasi nyirokfőtörzs területe*
- *lágycsont nyirokterülete*
- *comb nyirokterülete*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**18.\* Írjon öt gyomorfekély esetén kezelendő zónát! 5 pont**

- *gyomor*
- *nyombél*
- *napfonadék*
- *rekeszizom*
- *mellékvesék*
- *nyirokzónák*
- *mellékpajzsmirigy*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)