

„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***

**2019. június 4.**

**ÁEEK EFF**

## **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.
- A dolgozatban előforduló esetleges hibákat, tévedéseket kérjük, feltűnően jelöljék!
- A feladatlap egységes értékeléséhez használják fel a rendelkezésükre bocsátott megoldási javaslatot!
- Ponthatáron belül a megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a csillaggal (\*) jelölt kérdéseknél.
- Tekintettel az írásmód eltérő gyakorlatára, az értékelésnél ne a helyesírást, hanem a tartalmat értékeljék a tanárok!
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot!
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:

100 - 85	- jeles
84 - 75	- jó
74 - 61	- közepes
60 - 51	- elégséges
50 -	- elégtelen

Maximálisan adható  
pontszám:

**1.\*** **2 pont**   
**Sorolja fel a kiválasztás/méregtelenítés szerveit! Írjon négyet!**

- *vese*
- *tüdő*
- *bőr*
- *vastagbél*
- *máj*

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

**2.** **2 pont**   
**Nevezze meg a tünetek alapján a betegségeket!**

Heveny formájában hasító, éles fájdalom és derékfájás jelentkezik, idült formája hosszan elnyúló folyamat, tompa alhasi fájdalom és derékfájás jellemzi:

*...Petefészek-gyulladás...*

Fájdalmas, duzzadt emlők, az étvágy ingadozása, energiahány, álmatlanság, ájulásérzet, puffadás, ödéma, szédülés, ingerlékenység, hangulati labilitás, koncentrációképesség csökkenése jellemzi:

*...Menstruációt megelőző tünetegyüttes (premenstruációs szindróma, PMS) ...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

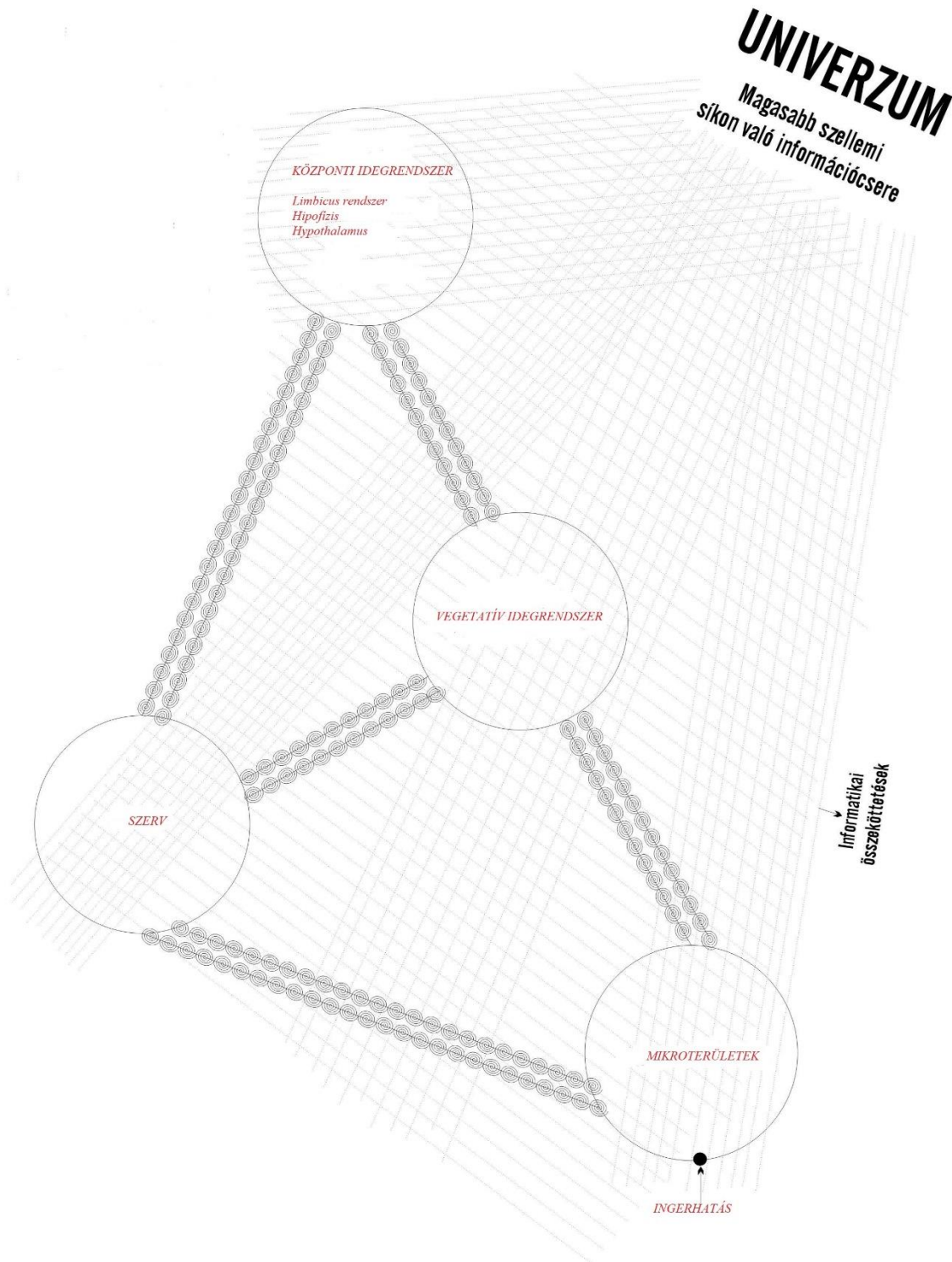
**3.\*** **3 pont**   
**Fogalmazza meg a hologram lényegét!**

*A hologram nem más, mint az egész leképződése. Minden sejt minden információt tárol az egészre vonatkozóan, ezért tud megjeleníteni a mikroterületeken a szervezetben bekövetkező változás, jól látható formában.*

4.

4 pont

Töltse ki a reflexológia hatásmechanizmusának elméletére vonatkozó sematikus ábrát!



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

5.\*

5 pont **Határozza meg a reflexológia lényegét!**

*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.*

6.\*

2 pont **Soroljon fel oxalátkó előfordulása esetén a kerülendő élelmi anyagok közül négyet!**

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

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

7.

3 pont **Határozza meg a kardioprotektív (szívbarát) étrendet jellemző alapvető tápanyagok százalékos arányát az összes bevitt energia viszonylatában!**

- Fehérjetartalom: *10-20%*
- Szénhidráttartalom: *50-60%*
- Zsírbevitel: *20-25%*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.\*

2 pont **Nevezzen meg a májbetegségeknél alkalmazható gyógynövények közül négyet!**

- *vasfű*
- *százszorszép*
- *máriatövis*
- *articsóka*
- *pitypanglevél és szár*
- *benedekfű*
- *körömvirág*
- *katángkóró*

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

9.

2 pont **Írja le, mit kell tenni a masszírozás befejezésekor!**

- *kezünket lecsapjuk (lerázzuk)*
- *hideg folyó vízzel megmossuk a kezünket*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.\*

10 pont **Ismertessen a reflexmasszázs által kiváltott lehetséges késői reakciók közül tízet!**

- *megváltozhat a vizelet színe, szaga, mennyisége*
- *megváltozhat a széklet színe, konzisztenciája*
- *nagy mennyiségű váladék ürülhet az orrból*
- *láz, ami magától elmúlik, utána lényeges javulás áll be*
- *bokadagadás*
- *fellobbanhatnak régi betegségek (pl.: petefészek-gyulladás)*
- *a fogaknál jelentkezhet fájdalom*
- *hidegrázás alakulhat ki*
- *fáradtságérzés*
- *szájszárazság*
- *izomláz*
- *olykor felerősödhetnek a fájdalmak (pl.: fejfájás, reumás panaszok)*
- *menstruációs zavarok*
- *átmeneti memóriazavar*
- *fokozott izzadás – kellemetlen testszag*
- *pattanások a bőrön, néha még furunkulus is*
- *kellemetlen lehelet*
- *émelygés, hányás*
- *megindulhat a méreganyagok kiválása*
- *szélsőséges hangulatváltozás*
- *a páciens általában jobban alszik a kezelés után, de előfordulhat, hogy egy-két alkalommal nyugtalanabb lesz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.\*

4 pont **Soroljon fel a mélyvénás trombózis tünetei közül négyet!**

- *végtagödéma*
- *a vádli görcsös, húzó fájdalma*
- *hidegrázás*
- *szapora pulzus*
- *a bőr lilás-vörös elszíneződése a végtagon*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.****12 pont****Ismertesse a relaxáló masszázsprogram célját és menetét!**

Célja:

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

Menete:

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**13.\*****8 pont****Sorolja fel a tipikus gócpontokat! Írjon nyolcat!**

- *fog*
- *homlok-, és arcüregek*
- *torok és mandula*
- *pajzsmirigy*
- *epehólyag*
- *vesék*
- *vakbél*
- *petefészek*
- *prosztata*
- *gombás folyamatokban érintett szervek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**14.****7 pont****Készítsen reflexológiai kezelési tervet reumatikus betegségek esetére!  
Sorolja fel a kezelendő szervrendszereket és a célzónákat is!**

1. *bemelegítés*
2. *vizeletkiválasztó rendszer*
3. *emésztőrendszer*
4. *hormonrendszer: pajzsmirigy, mellékpajzsmirigy, mellékvese*
5. *nyirokszervrendszer*
6. *mozgásszervrendszer: az adott fájdalmas terület*
7. *vezetés*

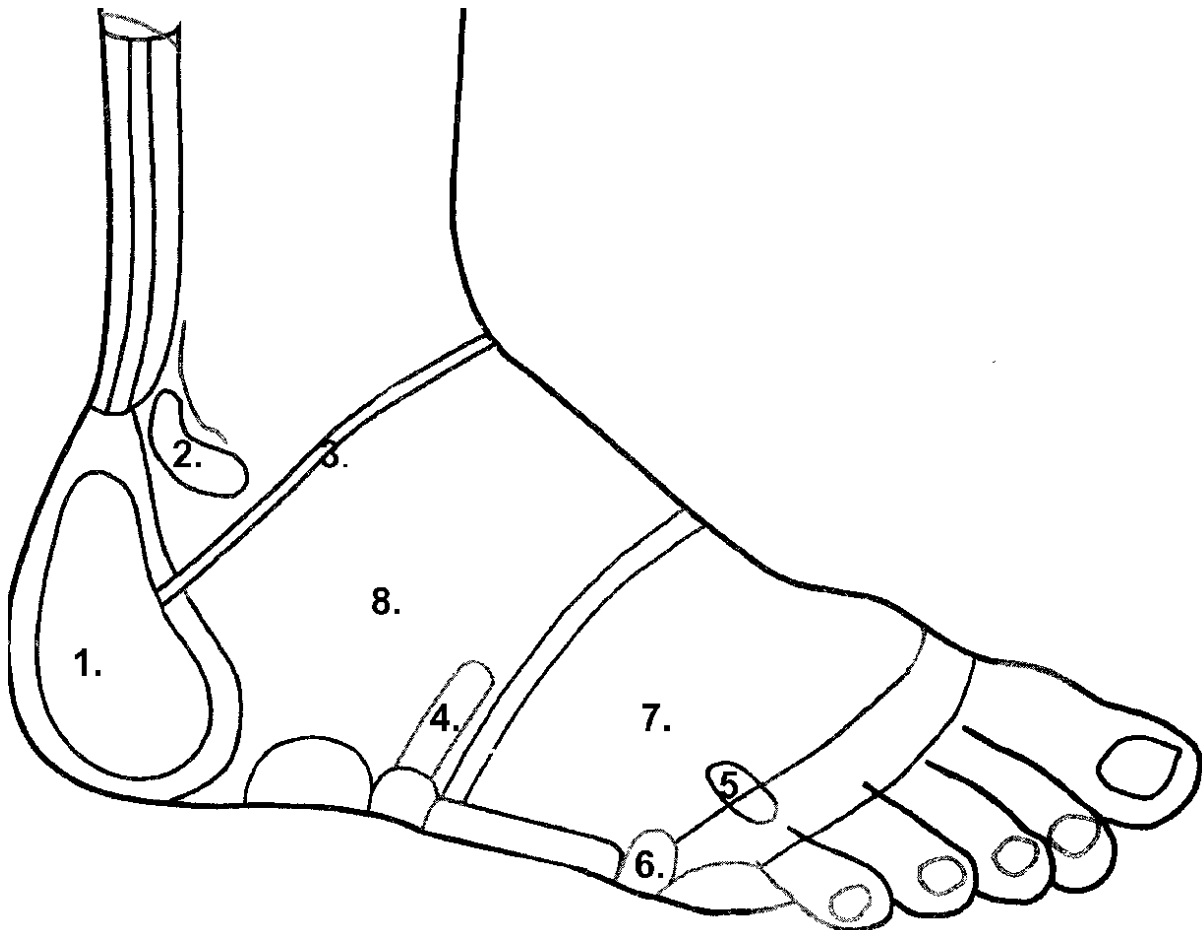
(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.

8 pont

Nevezze meg a számmal jelölt zónákat! A helyes megnevezéseket írja a sorszámok mellé a pontozott vonalra!

1. ...*ivarmirigyek*...
2. ...*csípő*...
3. ...*pete- ,vagy ondóvezeték*...
4. ...*alkar*...
5. ...*egyensúlyszerv, vérnyomásemelő pont*...
6. ...*hónalji nyirokterület*...
7. ...*mellkas, bordák*...
8. ...*hasfal*...



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



16.

12 pont 

Nevezze meg az ábrán a sorszámokkal jelzett zónákat! Írja a zóna nevét a sorszám mellé!



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

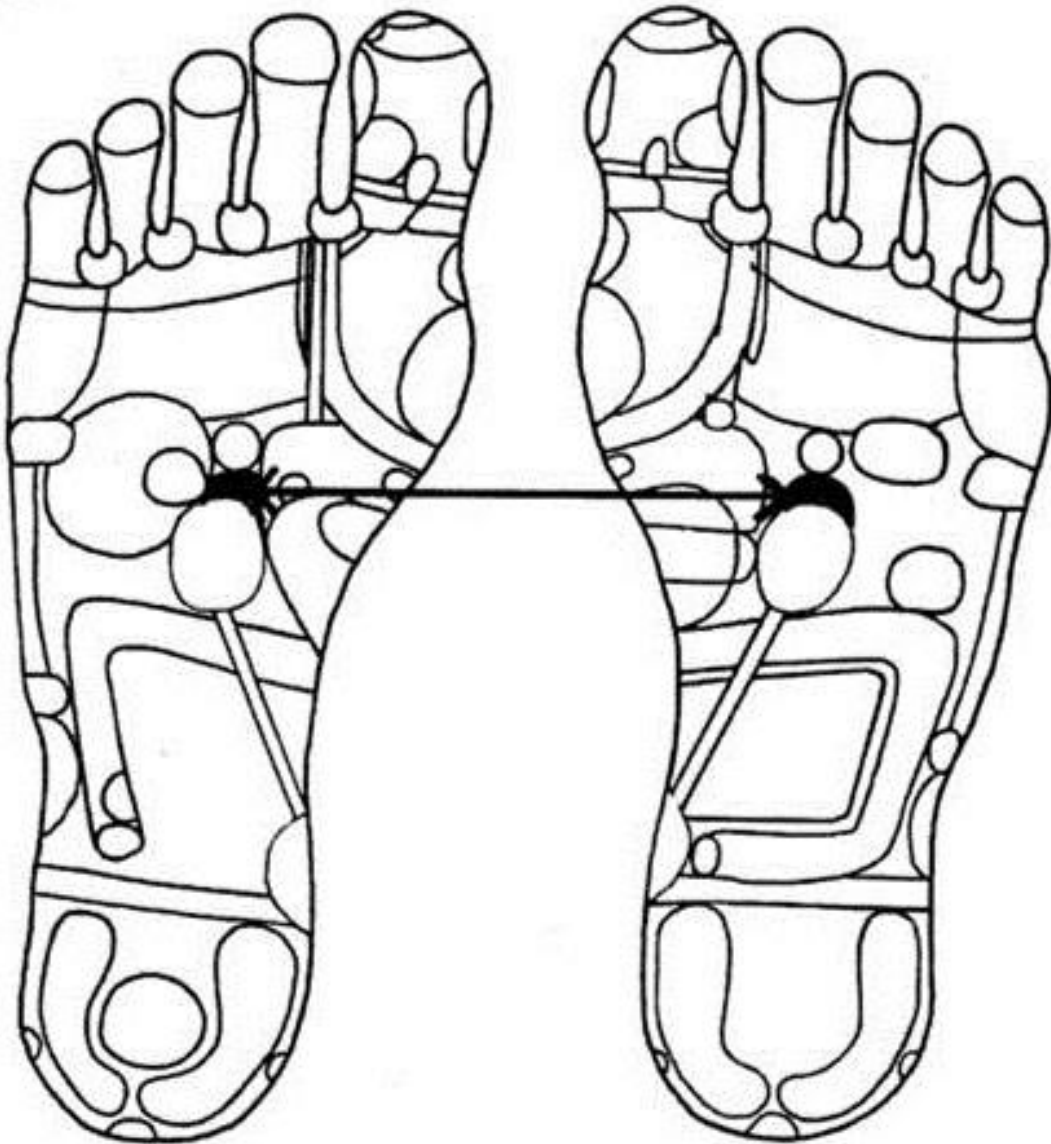
17.

2 pont 

Nevezze meg a gyulladáscsökkentő zónát, majd egyértelműen jelölje annak helyét az alábbi ábrán!

Gyulladáscsökkentő zóna:

*...Mellékvese...*



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**18.****12 pont****Készítsen tervet az agy és idegrendszeri betegségek kiegészítő terápiájához a megadott csoportosítás szerint!**

Reflexológiai kezelés:

- *célzottan az agy és idegrendszer zónái, a kiváltó okoknak és tüneteknek megfelelően*
- *hormonrendszer zónái*
- *immunrendszer zónái*
- *fájdalomcsillapító pontok*
- *harmonizáló masszázsprogram*
- *relaxáló masszázsprogram*

Egyéb masszázs technikák:

- *indiai fejmasszázs*
- *csuklyásizom masszáz*s
- *gerinc mézmasszázs (tibeti)*
- *neurolingvisztikai masszáz*s
- *cranio sacral masszáz*s
- *lávaköves masszáz*s

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)