

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:  
az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig  
A minősítő neve: Dr. Páva Hanna  
A minősítő beosztása: igazgató

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

*szakmai írásbeli vizsga*

*Reflexológus szak*

**2022. március 07.**

**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.
- 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.\***

**4 pont**

**Nevezze meg az emberi test nyirokzónáit és nyirokszerveit!**

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.\***

**3 pont**

**Ismertesse a pancreatitis acuta lehetséges okait és tüneteit! Írjon hármat-hármat!**

Okai:

- *tumor*
- *diverticulosis*
- *Crohn-betegség*
- *colitis ulcerosa*

Tünetei:

- *hányinger, hányás*
- *haspuffadás, hasfeszülés*
- *hirtelen fellépő megsemmisítő fájdalom, epigasztriális fájdalom/övszerű, köldök körüli fájdalom*
- *hőemelkedés, láz*
- *keringésösszeomlás*

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

**3.**

**4 pont**

**Sorolja fel az alapregulációs rendszer feladatait!**

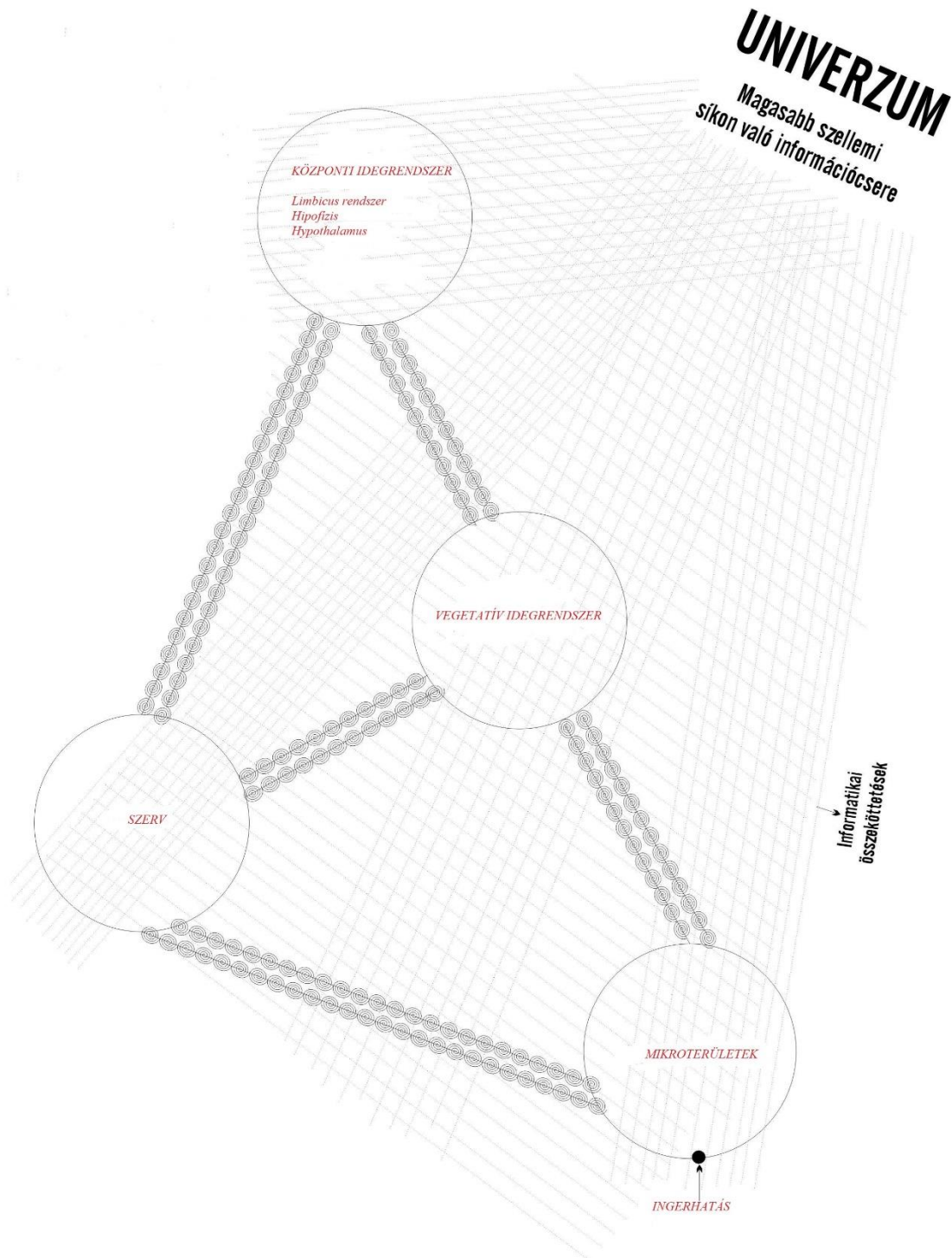
- *transzport*
- *raktározás*
- *energia-, és információközlés*
- *gyökfogó képesség biztosítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.

4 pont

Töltse ki a reflexológia hatásmechanizmusának elméletére vonatkozó sematikus ábrát!



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

5.\*

4 pont 

Sorolja fel Dr. Oláh Andor szerint az egészséges életmód alapelemeit! Írjon nyolcat!

- *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!)

6.

2 pont 

Írja le az alábbi három gyógynövény közös jellemzőjét!

palástfű, cickafark, poloskavész

*...fitoösztrogént tartalmaznak...*

7.\*

4 pont 

Nevezzen meg az aromaterápia gyógyhatásai közül négyet!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.\*

7 pont 

Írjon le hét olyan állapotot, illetve megbetegedést, amelyek esetén tilos a betegnél reflexzóna-masszázst végezni!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.

3 pont

Húzza alá a masszázss erősségére és ütemezésére vonatkozó helyes megállapításokat!

- A masszázs erőssége nem lépheti túl a fájdalomküszöböt.
- A jó masszázs mindig nagyon erős.
- A masszázs erősségét a kezelt személy állapotához igazítjuk.
- Túlműködés esetén lágyabb, nyugtató mozdulatokat kell alkalmazni.
- A reflexológus hangulata, bioritmusa határozza meg a kezelés menetét.
- Alulműködésnél, energiahiányos állapot esetén nyugtató hatású, lágyabb, lassú ütemű masszázs technikát kell alkalmazni.

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

10.\*

6 pont

Soroljon fel a talpmasszázs során jelentkező azonnali reakciók közül hármat-hármat!

Kellemes reakciók:

- *mosoly az arcon, teljes ellazulás*
- *a páciens pozitív visszajelzése*
- *elálmosodás*
- *elszenderedés*

Kellemetlen érzésre utaló reakciók:

- *siránkozás*
- *feljajdulás*
- *a beteg hirtelen elkapja a lábát, görcsbe rándul a bokája*
- *remegés*
- *izzadó végtagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.\*

5 pont

Írjon le a fülgyertyázás kontraindikációi közül ötöt!

- *gennyes folyamatok*
- *agyrázkódás*
- *agyműtét*
- *perforált dobhártya*
- *daganatos megbetegedés*
- *koponyaalapi törés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.\*

8 pont

**Soroljon fel a mikrorendszerek azonosságai közül nyolcat!**

- 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
- amennyiben jól végzik a kezelést, nincs mellékhatás
- legtöbb területen nem szükségesek eszközök a kezeléshez

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

3 pont

**Írjon le a méh lehetséges megbetegedései közül négyet! Határozza meg reflexzónájának a helyét!**

Betegségek:

- rosszindulatú daganatok
- méhsüllyedés
- jóindulatú daganatok
- gyulladással eredetű betegségek
- fejlődési rendellenességek

Zónája:

- a belső boka alatt

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

14.\*

3 pont

**Nevezze meg a székrekedés leggyakoribb okait! Írjon hatot!**

- egyoldalú táplálkozás
- alapos rágás hiánya
- kevés folyadék fogyasztása
- kevés mozgás
- mechanikai akadályok
- aranyér (félelem a fájdalomtól)
- elnyomott székelési inger
- renyhe bélműködés
- gyógyszer mellékhatása

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

15.

12 pont 

Ismertesse az immunrendszeri betegségek kezelésére szolgáló speciális masszázsprogram célját és menetét!

Célja:

- az immunrendszer kiegyensúlyozottságára való törekvés
- külső és belső védelem megteremtése
- az immun – neuro – hormonális rendszerek harmonizálása

Kivitelezés:

- bevezető masszázs
- nagyagy, plexus
- hipofízis, tobozmirigy
- nyirokkeringés
- CsiAn
- szív, szívkiegészítő, keringés harmonizálása
- nyirokszervek
- CsiAn
- levezető masszázsprogram

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

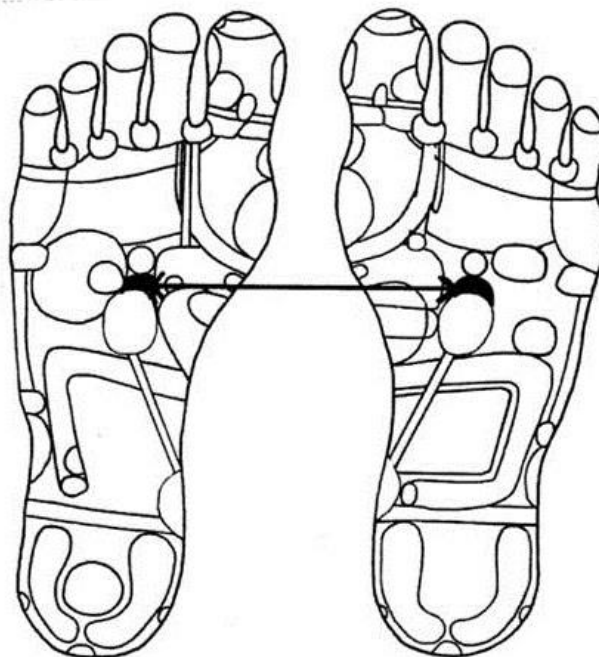
16.

2 pont 

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

Gyulladáscsökkentő zóna:

...*Mellékvese*...



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



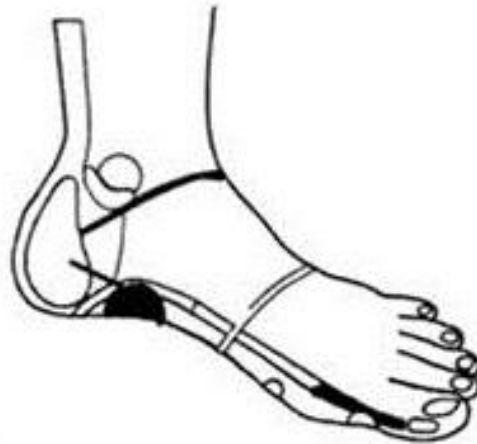
17.

14 pont

Rendezze szervrendszeri funkció szerinti csoportokba a térképen bejelölt zónákat! Nevezze meg a csoportokat és a zónákat is!

*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!)

18.

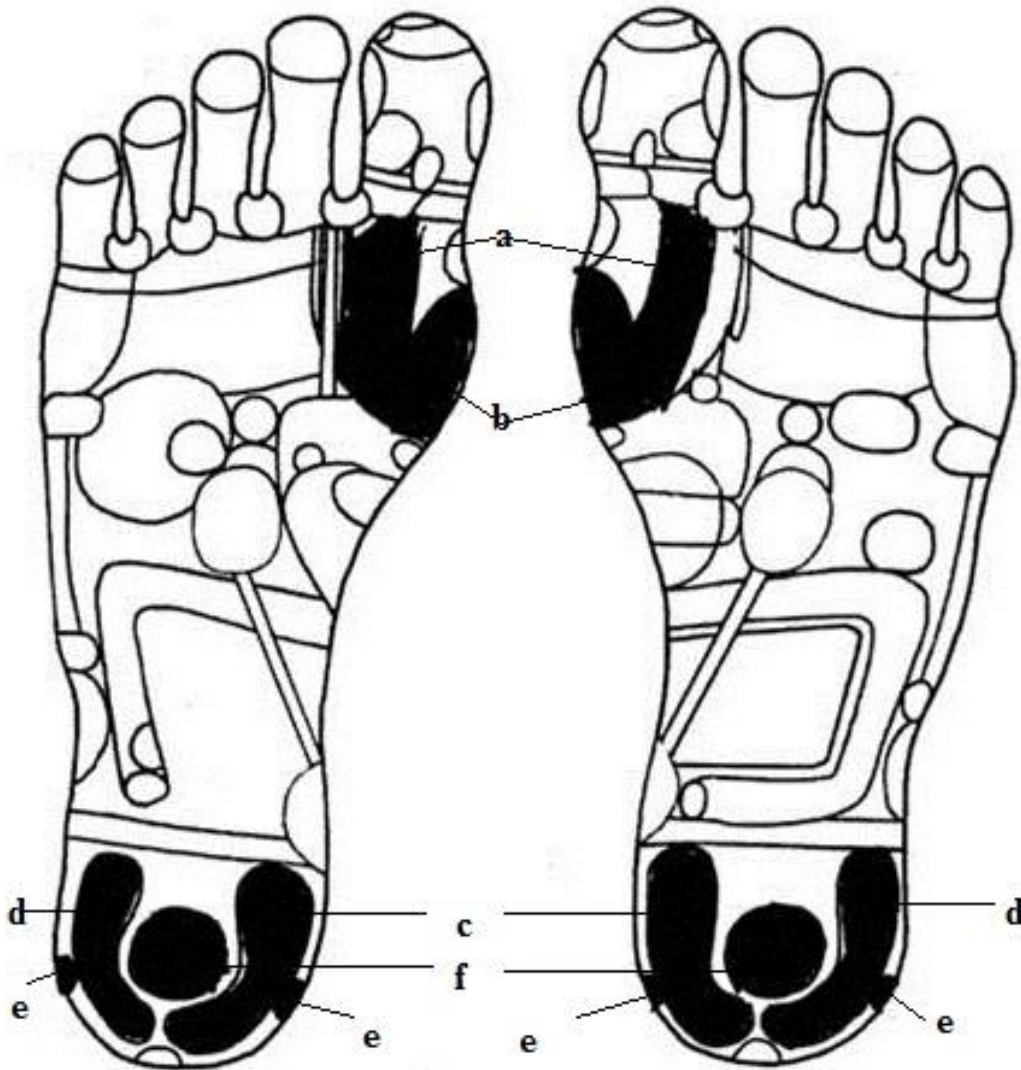
12 pont

Ismertesse a talpon elhelyezkedő kiegészítő zónákat a megadott szempontok szerint!

Kiegészítő zónák megnevezése:

- a. pajzsmirigy
- b. szív
- c. gerinc
- d. ízületi
- e. végbél
- f. ivarmirigy kiegészítő zóna

Rajzolja be az ábrába a kiegészítő zónákat!



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)