

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:  
az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig  
A minősítő neve: Rauh Edit  
A minősítő beosztása: mb. elnökhelyettes

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

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2016. március 22.**

**III. sz.**

**ENKK**

## **TÁJÉKOZTATÓ** **az értékelő tanár részére**

- A vizsgázók csak a kiosztott feladatlapon dolgozhatnak.
- Tévedés esetén helyes megoldásnak csak a vizsgázó egyértelmű javítása fogadható el.
- A dolgozatban előforduló esetleges hibákat, tévedéseket kérjük, feltűnően jelölgék!
- 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!
- A bekeretezett sorszámú kérdések (□) kizáró jellegűek.  
Az írásbeli vizsga sikertelenségét jelenti, ha a kizáró jellegű feladatnál a hallgató nem éri el az 51%-ot.
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot!
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:
  - Megfelelt: 51 - 100 pont
  - Nem felelt meg: 0 - 50 pont

Maximálisan adható  
pontszám:

- 1.\*** **Ismertesse röviden az ájurvédikus orvoslás egészségképét!** **3 pont**

*A prakriti (testtípus vagy alkat) megismerése és megértése az egészség fenntartásának kulcsa. A prakriti magába foglalja a három dosának az egyén számára legmegfelelőbb kombinációját, mely ideálisnak és a mindenkori zsinórmértéknek tekinthető. Ennek megtartása, vagy megközelítése jelenti az egészséget. Az egyén számára mindig a saját veleszületett prakritije a legmegfelelőbb, ezért ezt kell táplálni, erősíteni megfelelő életmóddal, táplálkozással, gondolkodással, cselekvéssel.*

- 2.** **Határozza meg - a természetgyógyászat szerint - az egészség fogalmát!** **3 pont**

*A természettel harmonizáló testi (beleértve az energetikait is), lelki, szociális és életszemléleti (szellemi) dinamikus egyensúly állapota.*

- 3.\*** **Nevezzen meg a természetgyógyászatban használt jellemzően preventív eljárások közül hatot! Egészítse ki a felsorolást!** **6 pont**

Természetgyógyászati preventív eljárások:

- a táplálkozás megreformálása
- helyes életmód kialakítása
- *gyógynövények fogyasztása*
- *vízterápiák alkalmazása*
- *elemterápiák alkalmazása*
- *relaxáció*
- *jóga*
- *testmozgás*
- *masszázsok*
- *méregtelenítő eljárások*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 4.\*** **Határozza meg röviden az akupresszúra lényegét!** **2 pont**

*A hagyományos kínai orvoslás alapelveire épülő terápiás módszer, mely főként az ujjnyomás technikáit alkalmazza az akupunktúras pontokon. Rendeletileg ide sorolják a köpölyözést, moxaterápiát és a fülgyertyázást.*

**5.\*** Soroljon fel a Dr. Oláh Andor által kidolgozott egészséges életmód kilenc pillére közül nyolcat!

4 pont

- *méregtelenítés*
- *helyes táplálkozás*
- *fitoterápia alkalmazása*
- *kapcsolat az elemekkel (napfény, víz, levegő, föld)*
- *mozgás*
- *pihenés, relaxáció*
- *jóga*
- *lelki gyakorlatok, meditáció*
- *személyiségfejlesztés*

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

**6.\*** Ismertesse, hogy miben különbözik a hajanalízis a vér és a vizelet ásványi anyag tartalmának vizsgálatától! Írjon négyet!

4 pont

- *nincs napi ingadozás*
- *fájdalommentes*
- *hónapokra visszamenőleg ad felvilágosítást, nem csak az adott időpillanatról*
- *a nyomelemek pontosabban meghatározhatók a hajból, mint a vérből vagy a vizeletből*
- *az egész testről ad képet, nem csak a szervekről*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**7.\*** Soroljon fel a Head-féle reflexzónán tapasztalható eltérések közül négyet, amelyekből arra következtet, hogy a zónához tartozó belső szerv megbetegedett!

4 pont

- *fájdalom, nyomásérzékenység*
- *turgorváltozás*
- *a zónákon tapasztalható bőrhőmérséklet eltérés*
- *eltérő bőrreakció elektromos ingerre*
- *elektromos ellenállás változása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**8.\* Soroljon fel négy gyógynövényt, amelyek a különböző bőrbetegségek esetén keletkezett sebek, fekélyek kezelésére használatosak! 4 pont**

- *festőbuzér gyökértörzs*
- *diófalevél*
- *körömvirág*
- *fekete nadálytő*
- *kígyógyökerű keserűfű*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**9.\* Ismertesse a túlzott húsfogyasztás szervezetre gyakorolt káros hatásait! Írjon ötöt! 5 pont**

- *nő a koleszterin bevitel*
- *nő a telített zsiradék bevitel*
- *rosthiány léphet fel*
- *nő a purin, nukleinsav bevitel*
- *a sav-bázis egyensúly savas irányba tolódik el*
- *a szabadgyökök mennyisége emelkedik*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**10. Csoportosítsa az alábbi élelmiszereket aszerint, hogy asztma vagy cukorbetegség esetén ajánlja azokat kliensének! Írja a helyes válasz betűjelét a megfelelő helyre! 6 pont**

- A. torma
- B. fokhagyma
- C. cukkini
- D. alma
- E. chili
- F. szója

Asztma: ...*A, B, E*...

Cukorbetegség: ...*C, D, F*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**11.\* Írjon a szaunázás szervezetre gyakorolt hatásai közül kilencet! 9 pont**

- *fokozza a szívfrekvenciát*
- *tágítja az ereket*
- *csökkenti a vérnyomást*
- *javítja a bőr vérellátását*
- *fokozza a verejtékmirigyek működését*
- *növeli a légúti nyálkahártyák nyákelválasztását*
- *gyorsítja a légzést*
- *gyorsítja a kiválasztást*
- *fokozza az immunrendszer aktivitását*
- *lazítja az izmokat*
- *növeli az endorfin felszabadulását*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.\* Ismertesse a funkcionális ízületi blokk (FIB) leggyakoribb kiváltó okait! Írjon ötöt! 5 pont**

- *belső szervi betegség*
- *statikai hiba*
- *ép ízület hibás terhelése*
- *ízületi trauma*
- *pszichés zavar*
- *primer idegrendszeri funkciózavar*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**13.\* Határozza meg röviden az edukineziológia (EDU-K) alkalmazásának jelentőségét! 3 pont**

*A test és az agy, a jobb és bal agyfélteke és az agy egyéb dimenzióinak összehangolása, a látás, a hallás energetikai kiegyensúlyozása.*

**14.\* Sorolja fel a homeopátiás gyógyszerek alapanyagait! Írjon négy példát! 4 pont**

- *növények*
- *állatok*
- *ásványok*
- *nozódák*
- *egyéb természetes eredetű anyagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**15.\* Soroljon fel a gyomor-bélrendszeren keresztül történő méregtelenítés lehetőségei közül hetet! 7 pont**

- *böjtkúrák*
- *tehermentesítő napok*
- *májméregtelenítés gyógynövényekkel*
- *epehajtás*
- *hasi kezelés*
- *masszázs*
- *colon-hidroterápia*
- *beöntések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**16.\* Indokolja meg, hogy miből adódik a manuálterápia holisztikus jellege! 2 pont**

*A manuálterápia az ízületi működési zavar megszüntetése révén kihat az egész szervezet működésére.*

**17. Sorolja fel az ájurvédikus gyógyszerek, gyógytermékek készítéséhez használható alapanyagokat! 5 pont**

- *elsősorban gyógynövények*
- *állati termékek (tehéntej, bivalytej, szukatej, kecsketej, állati vizelet)*
- *ásványok*
- *fémek*
- *drágakövek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**18. Ismertesse a tibeti gyógyászat terápiás eszközeit! 4 pont**

- *megfelelő táplálék*
- *helyes életmód*
- *gyógyszerek*
- *külső gyógymódok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 19.\* Ismertesse röviden a xue (vér) és a qi összefüggést a hagyományos kínai orvoslás szerint!** **4 pont**

*Xue (vér) a qi sűrített formája. Feladata a szervek, szövetek táplálása. A qi és a vér yang-yin párost alkot. A qit a vér parancsolójának mondják. A qi tehát befolyásolja a vér keringését, de a termelését is. A vér is részt vesz a qi termelésében.*

- 20.\* Nevezzen meg egy magyar népgyógyászati ismereteket gyűjtő orvos-természetgyógyászt és művei közül kettőt!** **3 pont**

Név:

...*Dr. Oláh Andor*...

Műveinek címe: Írjon kettőt!

- *Fűbe-fába az orvosság (Békés megyei népi orvoslás)*
- *Az idő a gazda mindenütt*
- *Reformkonyha*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

- 21.\* Ismertesse az alternatív és a hagyományos fizioterápia alkalmazásának jellemzőit! Írjon négy-négy jellemzőt!** **8 pont**

Alternatív fizioterápia:

- *reflexes hatásra törekszik*
- *állapotfelmérést végez a kórisme felállításához*
- *a holisztikus szemlélet eredményeként nem csak a testi kezelést használja a gyógykezelés során*
- *a diétát betegség megelőzésként és betegség esetén kiegészítő terápiaként is használja*
- *a kezelés során kiegészítő természetgyógyászati módszereket (fitoterápia, homeopátia stb.) is igénybe vesz*

Hagyományos fizioterápia:

- *helyi hatásra törekszik*
- *műszeres vizsgálatokat használ a kórisme felállításához*
- *a gyógykezelések során előtérbe helyezi a tornakezelést*
- *a már kialakult betegség esetén kezelést kiegészítő diétát használ*
- *a kezelése során kiegészítő természetgyógyászati módszereket nem alkalmaz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**22.\* Írjon öt olyan természetgyógyászati terápiás módszert, amely vastagbélfekélyben szenvedő betegnél hatásos lehet kiegészítő terápiaként!**

**5 pont**

- *akupunktúra*
- *akupresszúra*
- *speciális hasmasszázs*
- *mikrobiológiai rendterápia*
- *funkcionális étel-miszer-kiegészítők adása, fitoszteroidok*
- *táplálkozástérápia*
- *kineziológia*
- *fitoterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)