

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig

A minősítő neve: Dr. Páva Hanna

A minősítő beosztása: főigazgató-helyettes

<b>MEGOLDÓLAP</b>
-------------------

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2017. január 18.**

**I. sz.**

**ÁEEK**

## **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 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:

Megfelelt:        71 - 100 pont

Nem felelt meg: 0 - 70 pont

Maximálisan adható  
pontszám:

**1. Sorolja fel azokat az ingereket, melyek az alapregulációt megváltoztatják! 8 pont**

- *vízvonás*
- *pH-változás*
- *biokémiai változások*
- *mechanikai ingerek*
- *gyógyszerek*
- *környezeti mérgek*
- *idegimpulzus*
- *kémiai szabályozóanyagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**2.\* Határozza meg a komplementer medicina fogalmát! 2 pont**

*A hivatalos orvoslást kiegészíti, figyelembe veszi saját lehetőségeit, határait, és a versengés helyett az együttműködésre törekszik.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**3.\* Sorolja fel a pszichológiai immunrendszer összetevőit! 7 pont**   
**Írjon hetet!**

- *pozitív gondolkodás*
- *kontrollérzés*
- *koherenciaérzés*
- *öntisztelet*
- *növekedésérzés*
- *rugalmasság*
- *empátia*
- *leleményesség*
- *énhatékonyság-érzés*
- *társas monitorozás*
- *mobilizálás képessége*
- *szociális alkotóképesség*
- *szinkronképesség*
- *kitartásképesség*
- *impulzivitáskontroll*
- *érzelmi kontroll*
- *ingerlékenységgtátlás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**4. Sorolja fel az öt leghatékonyabb méregtelenítési eljárást az ájurvédikus gyógyításban (Pancsakarma-eljárások)! 5 pont**

- *terapikus hányás (vahan)*
- *hashajtás (virecsana)*
- *orron keresztüli olajos kezelés (nasja)*
- *beöntés-terápia (basti)*
- *érvágás (rakta móksana)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**5.\* Soroljon fel a csi testen belüli funkciói közül négyet! 4 pont**

- *aktivál*
- *melegít*
- *véd*
- *átalakít*
- *megőrzi az állandóságot*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**6. Párosítsa a nyálka fajtáit a hozzájuk tartozó jellemzéssel a tibeti orvoslás szerint! Írja a sorszámot a megfelelő helyre! 5 pont**

1. az érzéki beteljesülések fő lebonyolítója, teszi ezt koponyabeli székhelyéről
2. az ízületi nedvvel azonosítható, mely az ízületek között található, kenetgetvén, rugalmassá téve azokat
3. a gyomor legfelső része a helye, melynek elsődleges feladata az elfogyasztott élelem felőrlése
4. az ízekkel foglalkozik, melynek legjellemzőbb tartózkodási helye a nyelv
5. a mellkasban található, fő funkciója a másik négy nyálkatípus támogatása, valamint a testben a nedvek áramoltatásának fenntartása

fenntartó nyálka:... *5...*

lebontó nyálka:... *3...*

ízlelő nyálka:... *4...*

gyönyört adó nyálka:... *1 ...*

összekötő nyálka:... *2...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**7. Sorolja fel a betegségek okainak eredetét a népi orvoslás szerint! 4 pont**

A betegség okai gyökerezhetnek:

- *az egyénen belül*
- *a természeti világban*
- *a társadalmi világban*
- *a természetfeletti világban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**8.\* Ismertesse a szaunázás szervezetre gyakorolt hatásait! Írjon ötöt! 5 pont**

- *javítja a vérkeringést*
- *stimulálja, harmonizálja az immunrendszert*
- *méregtelenít*
- *stresszoldó*
- *enyhíti az izomlázatot*
- *javítja a bőr vérellátását*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**9.\* Írjon hat jóga irányzatot! 6 pont**

- *bhakti*
- *karma*
- *hatha*
- *dnyána*
- *mantra*
- *rádzsa*
- *tantra*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**10.\* Soroljon fel öt csípős anyag tartalmú gyógynövényt! 5 pont**

- *fekete mustármag*
- *fehér mustármag*
- *fokhagyma*
- *torma*
- *gyömbér*
- *paprika*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**11.\* Ismertesse a különböző kineziológiai rendszerek közös jellemzőit! Írjon hetet!** 7 pont

- *izomtesztelést, mint biofeedbacket használnak a test energetikai és fizikai állapotának felmérésére*
- *az alkalmazott kineziológiát kivéve nem diagnosztizálnak*
- *energetikai kiegyensúlyozást végeznek*
- *integrálják az agyműködést*
- *stresszoldást végeznek*
- *mindegyik preventív*
- *holisztikus rendszerek*
- *az energetikai rendszeren keresztül a test öngyógyító reflexeit aktiválják*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.\* Nevezze meg a modern manuálterápia fő irányzatait! Írjon kettőt!** 2 pont

- *kiropraktika (kiropraxis)*
- *craniopathia*
- *osteopathia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**13.\* Ismertessen a homeopátiás gyógyszerek bevételi és tárolási szabályai közül hetet!** 7 pont

- *A homeopátiás gyógyszereket elektromágneses sugárforrás, pl. mobiltelefon, TV, rádió, számítógép, mikrohullámú sütő  $1/2$  - 1 méteres távolságában ne tárolja.*
- *A golyókat el kell szopogatni, mert a hatóanyag a szájnyálkahártyáról szívódik fel a legkönnyebben.*
- *Ha a golyókat fel kell oldani, akkor csapvízben oldjuk, és ehhez fém eszközt ne használjunk.*
- *Lehetőleg ne érintsük kézzel a golyókat, mert a hatóanyag nagy része a golyócskák felületén található.*
- *A teljes felszívódás érdekében a gyógyszerek bevétele előtti és utáni fél-fél órában az evést, ivást, fogmosást, cigarettázást, más gyógyszer bevitelét valamint a rágógumizást kerülje.*
- *Fogmosáshoz a kezelés teljes ideje alatt mentolmentes fogkrémeket használjon és semmilyen mentolt tartalmazó dolgot ne alkalmazzon.*
- *Kerülje az illóolajok használatát.*
- *Csökkentse, ha teheti, hagyja abba a dohányzást, kávé- illetve kólaivást.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**14.\* Soroljon fel a fogászati implantátumok lehetséges negatív 3 pont**   
következményei közül hármat!

- *gyulladásos folyamatok*
- *fájdalom szindróma*
- *degeneratív elváltozások*
- *idegen test (góc)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**15.\* Ismertesse a Voll-féle elektroakupunktúrák vizsgálat 5 pont**   
diagnosztikus jelentőségét! Írjon ötöt!

- *segítségével meghatározható a kínai akupunktúrák pontok helye*
- *felmérhető a pontok, meridiánok, funkciós körök és a hozzájuk reflexesen tartozó szervek, szövetek bioelektromos viselkedése, normálistól való eltérése*
- *felmérhető a szervezet általános vegetatív tónusa*
- *felmérhető a különböző szervek, szövetek és meridiánok regulációs képessége*
- *felderíthetők a regulációs góccok, zavarómezők*
- *felmérhető a gyógyszerek és az egyéb anyagok toxikus hatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**16.\* Ismertesse a hiány, illetve a többlet állapotának 8 pont**   
jellemzőit, melyeket a kínai masszázskorán lehet megállapítani! Egészítse ki az alábbi táblázatot!

	<b>Hiány állapotban</b>	<b>Többlet esetén</b>
bőr, izom, kötőszövet tónusa	<i>petyhüdt, erőtlen</i>	<i>feszes, kemény</i>
adott testrész/terület	<i>hűvös</i>	<i>meleg</i>
mozgatásra az állapot	<i>javul</i>	<i>romlik</i>
nyomás esetén	<i>erős nyomást is kibír, ún. „jó fájdalom” érzet keletkezik</i>	<i>kisebb nyomásra is fájdalmas, irritábilis</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17. Egészítse ki az alábbi mondatot!

3 pont

Az odonton egy energetikai mikrorendszer, amely mérhető elektromos mutatókkal rendelkezik, és az akupunktúrás...meridiánhálózat közvetítésével kapcsolódik az egész testhez.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.\* Írjon nyolc javasolt természetgyógyászati terápiát magas vérnyomásban és érlemeszesedésben szenvedő páciensének!

8 pont

- *diéta*
- *böjtkúra*
- *akupunktúra*
- *akupresszúra*
- *Kneipp-kúrák*
- *fitoterápia*
- *légzésterápia*
- *mozgásterápia*
- *homeopátia*
- *antropozófus orvoslás*
- *pszichés nyugalom támogatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.\* Határozza meg a reguláció fogalmát!

3 pont

*A szervezet rendelkezik azzal a képességgel, hogy egyensúlyi állapotát (a homeosztázist) megőrizze vagy helyreállítsa. A szervezet önszabályozó, öngyógyító képessége.*

20.\* Sorolja fel azokat a klímaterápiás hatásokat, amik segítik a légutak tisztulását és az immunrendszer edzettségét! Írjon hármat!

3 pont

- *séta erdei, hegyi, tengeri levegőn*
- *séta a hideg levegőn (megfázás esetén nem)*
- *szauna*
- *barlanglevegő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)