

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:

az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig

A minősítő neve: Dr. Páva Hanna

A minősítő beosztása: igazgató

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2022. november 8.

II. sz.

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:

Megfelelt: 71 - 100 pont

Nem felelt meg: 0 - 70 pont

Maximálisan adható
pontszám:

1.

3 pont **Nevezze meg a három legfontosabb nádit!**

- *pingala*
- *ídá*
- *szusumná*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.*

2 pont **Határozza meg a voyeur hajlam lényegét!**

A személy visszaretten az élet megélésétől, ezért a mások életébe való „bele kíváncsisággal” igyekszik pótszerhez jutni.

3.*

4 pont **Soroljon fel a természetgyógyászati tevékenységet végzők magatartásával/ személyével szemben támasztott elvárások közül négyet!**

- *felkészült és kompetens legyen*
- *rendelkezzen önismerettel*
- *legyen hiteles*
- *legyen jó kondícióban fizikailag és mentálisan*
- *rendelkezzen empátiával*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

2 pont **Definiálja az ökológiai lábnyom fogalmát!**

Olyan mutatószám, amely kifejezi egy embernek, vagy egy adott területen élő népességnek a természetre gyakorolt hatását.

5.*

5 pont **Írjon le öt olyan tényezőt, mely a protonkoncentrációt (savasságot) befolyásolja!**

- *életkor*
- *diéta jellege*
- *az élelmiszerek minősége*
- *a légzés minősége*
- *a fizikai megterhelés mértéke*
- *bizonyos betegségek fennállása*
- *edzettség*
- *a szervezet általános állapota*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

3 pont

Párosítsa az ájurvédikus orvoslás szerinti embertípusokat jellemzőikkel! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!

- | | |
|---------------------|--|
| 1. Kapha embertípus | A. jól fejlett izomzat; érzékeny a melegre; vezető típus; hajlamos a haragra |
| 2. Vata embertípus | B. vaskosabb alkat; érzelmi ember; elégedett, nem szereti a változásokat; intézményeket, létesítményeket hoz létre; vagyongyűjtő |
| 3. Pitta embertípus | C. sovány; fizikailag aktív, de hamar kifárad; beszédes, fejlett intellektus; nehezen dönt; figyelme gyorsan elterelődhet |

1.–...**B**..., 2.–...**C**..., 3.–...**A**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

4 pont

Nevezze meg a tibeti orvoslás szerint a rendellenességeket közvetlenül kiváltó okokat!

- *időjárás hatásai*
- *a kórokozók hatása (360 ártó démon)*
- *a nem megfelelő étrend*
- *a helytelen életmód*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

5 pont

Rendezze a felsorolt érzelmeket az Öt Fázisnak megfelelően! Írja a sorszámokat a megfelelő fázishoz!

1. harag, düh
2. félelem, ijedtség
3. öröm
4. szomorúság, depresszió
5. aggodalom, túlgondolkodás

Fa: ...**1**...

Tűz: ...**3**...

Föld: ...**5**...

Fém: ...**4**...

Víz: ...**2**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

9.

5 pont

Sorolja fel a nyálka öt fajtáját a tibeti orvoslás szerint!

- *fenntartó nyálka*
- *lebontó nyálka*
- *ízlelő nyálka*
- *gyönyört adó nyálka*
- *összekötő nyálka*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.*

5 pont

Ismertesse az élettani rostok jelentőségét! Írjon ötöt!

- *megkötik a koleszterint*
- *lassítják a szénhidrátok felszívódását*
- *megkötik a mérgeanyagokat*
- *béltisztító hatásúak*
- *fokozzák a bélperisztaltikát*
- *lassítják a gyomor ürülését*
- *segítik a normál bélflóra egyensúlyának kialakítását*
- *megkötik a vizet*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

1 pont

Határozza meg az antioxidáns anyagok fogalmát!*A szabad gyökök megsemmisítésére, lekötésére alkalmas anyagok.*

12.*

4 pont

Nevezzen meg az egészségi állapotot meghatározó tényezők közül négyet!

- *jövedelmi viszonyok*
- *társadalmi támogatottság (szociális ellátórendszer fejlettsége)*
- *iskolázottság*
- *foglalkoztatottság és munkakörülmények*
- *fizikai környezet*
- *magatartási és életmódtényezők*
- *egészséges fejlődés (gyermekkor) biztonsága*
- *egészségügyi szolgáltatások fejlettsége és elérhetősége*
- *genetikai (biológiai) tényezők*
- *kulturális sajátságok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

2 pont

Írja le röviden a pszichoszomatikus betegségek kezelésénél alkalmazott táncterápiák előnyét!

A mozgás archaikusabb kifejezési forma, mint a beszéd, ezért az érzelmekről, belső állapotokról lehet úgy kommunikálni, hogy ne kelljen azokat konkrét formába, szavakba önteni, ami felszabadító, gyógyító hatású lehet.

14.*

5 pont

Soroljon fel a gyógynövényes fürdők használatának indikációi közül ötöt!

- *légúti fertőzések*
- *megfázások*
- *reumatikus mozgásszervi betegségek*
- *bőrproblémák*
- *stressz*
- *alvászavarok*
- *levertség*
- *fáradtság*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.

6 pont

Párosítsa a gazdafákat az alkalmazási területükkel! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!

- | | |
|---------------|-------------------------|
| 1. almafa | A. bőrtumorok |
| 2. juhar | B. epeutak tumorai |
| 3. nyír | C. hasnyálmirigy tumora |
| 4. tölgy | D. légzőszervek tumorai |
| 5. szilfa | E. lymphoma |
| 6. erdeifenyő | F. emlődaganat |

1.–...*F*..., 2.–...*C*..., 3.–...*A*..., 4.–...*B*..., 5.–...*D*..., 6.–...*E*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.

6 pont

Ismertesse a miazmákat az alábbi szempontok szerint!

Fogalma: *A miazmák a betegségek alapvető okai/gyökerei.*

Fajtái:

- *pszórikus miazma*
- *szikotikus miazma*
- *szifilitikus miazma*
- *tuberkulotikus miazma*
- *karcinóma miazma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

2 pont

Nevezzen meg a Three in One Concepts (One Brain) természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb eszközei közül kettőt!

- *viselkedési barométer*
- *izomtesztelés*
- *érzelmi stresszoldó technikák*
- *korregresszió*
- *jövőprogresszió*
- *ujjmódok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

2 pont

Írja le a manuálterápia lényegét!

A manuálterápia az ortopédia műtét nélküli ága, megtekintés, kikérdezés után tapintással és mozgatással történő diagnosztika és terápia.

19.*

2 pont

Indokolja meg a homeopátia regulációs terápias besorolását!

A szervezettel közölt információ működésbe hozza a valamilyen okból blokkolódott, vagy félresiklott öngyógyító mechanizmusokat, és ezzel – a tünetek elnyomása helyett – a szervezet valódi gyógyulását idézi elő.

20.

5 pont

Párosítsa a Mayr-diagnosztika által meghatározott kifejezéseket a megfelelő rövidítésekkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

- | | |
|---------------------|--------|
| A. lapockatávolság | 1. GBM |
| B. nagyhas-térfogat | 2. BM |
| C. lordózismérték | 3. SA |
| D. nyakhossz | 4. LO |
| E. hastérfogat | 5. HL |

A.–...**3**...., B.–...**1**...., C.–...**4**...., D.–...**5**...., E.–...**2**....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.*

5 pont

Nevezzen meg a teljes anamnéziszfelvétel legfontosabb részei közül ötöt!

- *aktuális anamnézis*
- *orvosi anamnézis*
- *célzott anamnézis*
- *személyiség anamnézis*
- *pszichológiai anamnézis*
- *saját módszer (természetgyógyászati) anamnézis*
- *fogászati anamnézis*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

3 pont

Határozza meg azokat a Head-féle reflexzónán tapasztalható eltéréseket, amelyekből arra következtet, hogy a zónához tartozó belső szerv megbetegedett!

- *fájdalom, nyomásérzékenység*
- *turgorváltozás (Kibler-redő)*
- *a zónákon tapasztalható bőrhőmérséklet-eltérés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.*

3 pont

Írja le a talp/lábfej reflexzónáiban az állapotfelmérésre alkalmas jeleket!

- *látható elváltozások*
- *tapintható elváltozások*
- *fájdalomérzés a reflexzóna ingerlése során*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

5 pont

Soroljon fel a húgyúti gyulladások kialakulását elősegítő tényezők közül ötöt!

- *a húgyúti rendszer csökkent ellenálló képessége*
- *rossz bélbaktérium-flóra*
- *nehézített vizeletfolyás (prostatamegnagyobbodás, neurogén hólyag, daganat)*
- *indokolatlan antibiotikus kezelés*
- *rossz táplálkozási szokások*
- *nem az évszaknak megfelelő öltözködés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.*

6 pont

Nevezzen meg hat lehetséges módszert/kiegészítő kezelést, amely elhízott páciens kezelésében alkalmazható!

- *életmódváltás*
- *táplálkozás átalakítása*
- *akupunktúra*
- *pszichoterápia*
- *ortomolekuláris medicina (L-karnitin, króm-pikolinát)*
- *fitoterápia (étvágycsökkentő, anyagcsere-aktiváló, tisztító hatású gyógyteák: apróbojtorján, kecskerutafű, sédkenderfű, gyermekláncfű, kutyabengekéreg)*
- *colon-hidroterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

5 pont

Egészítse ki a daganatmegelőzéssel kapcsolatos táblázatot! Írjon egy-egy szekunder prevenciós lehetőséget!

szerv	szekunder prevenció lehetősége
méhnyak	kenetvétele
végbél	<i>rectalis vizsgálat, rektoszkópia, kolonoszkópia</i>
mamma	<i>ultrahang, mammográfia</i>
bőr	<i>megtekintés, szövettan</i>
prosztatata	<i>PSA-vizsgálat, rectalis vizsgálat, ultrahang</i>
tüdő	<i>mellkasröntgen, mellkas CT</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)