

„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

2023. február 06.

I. 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.*****2 pont** **Írja le a kongruens kommunikáció jelentését!**

A verbális és nonverbális kommunikáció egymásnak megfelel és egymást erősíti.

2.**8 pont** **Sorolja fel az alapregulációt megváltoztató ingereket!**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.**3 pont** **Nevezze meg a pszichoszomatikus betegségek kialakulásában szerepet játszó tényezőket!**

- *pszichoszomatikus sérülékenység*
- *személyiségtényezők*
- *környezeti és társas hatások*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.***3 pont** **Határozza meg a környezeti medicina lényegét!**

A környezeti medicina az ember egészsége és a környezeti hatások közötti összefüggéseket, a környezetnek a betegségek okozásában, és/vagy közvetítésében játszott szerepét tanulmányozza.

5. 4 pont

Húzza alá a felsorolásból a vata-túltengésben szenvedő beteg tüneteit!

- vastagbélgyulladás
- ödéma
- félelem
- izomgörcsök
- hőemelkedés
- idegrendszeri tünetek
- puffadás
- fájdalmas ízületek

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

6. 6 pont

Sorolja fel az ájurvédikus orvoslás szerint megkülönböztetett ízeket!

- *édes*
- *sós*
- *savanyú*
- *keserű*
- *csípős*
- *fanyar*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7. 3 pont

**Rendezze a tibeti orvoslás szerint a vizelet jellemzőit a megfelelő típushoz!
Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. vörössárga, gőze, bűze nagy
2. fehér, szaga, gőze csekély
3. kékes, mint a forrásvíz, és sok habja van

az epe betegek vizelete: ...*1*....

a nyálka túltengésekor a beteg vizelete: ...*2*....

a szél betegek vizelete: ...*3*....

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

8. 3 pont

Egészítse ki az alábbi mondatot!

Az ...*akupunktúrás csatornában*... az energia áramlásának irányát a vezeték ...*jin*..., illetve jang ...*jellege*... határozza meg.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.*

2 pont

Ismertesse röviden a salutogenezis lényegét!

Az egészség megtartásához, betegség esetén a gyógyuláshoz szükséges tényezők számbavétele. Azon tényezők részletezése, melynek révén egy adott közösségen belül a személy egészséges tud maradni.

10.*

4 pont

Soroljon fel négy olyan táplálékot, melyet a makrobiotikus étrend harmonikus energetikájú tápláléknak tekint!

- *gabona*
- *kemény héjú gyümölcsök*
- *hüvelyesek*
- *zöldségek*
- *magok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.

4 pont

Párosítsa az alábbi terápiákat a hozzájuk tartozó elemekkel! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!

1. borogatás
 2. iszappakolás
 3. helioterápia
 4. inhaláció
- A. Tűz elem
 - B. Víz elem
 - C. Levegő elem
 - D. Föld elem

1.-...*B*..., 2.-...*D*..., 3.-...*A*..., 4.-...*C*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.*

5 pont

Írjon le a Meir Schneider-módszer gyakorlatai közül ötöt!

- *látásjavító gyakorlatok*
- *vizualizációs és imaginációs gyakorlatok*
- *szokatlan mozdulatsorok végrehajtása*
- *egyensúlygyakorlatok*
- *koordinációs gyakorlatok*
- *természeti elemek energiájával való töltekezés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.

4 pont

Csoportosítsa az alábbi gyógynövényrészeket a bennük lévő hatóanyag kivonási módjához! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. gyökerek
2. kérgék
3. levelek
4. virágok

Főzet: ...*1., 2.*...Forrázat: ...*3., 4.*...

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

14.*

6 pont

Soroljon fel az egyéni mikrotápanyag-szükségletet befolyásoló tényezők közül hatot!

- *életkor*
- *súly*
- *nem*
- *várandóság, vagy szoptatás*
- *táplálkozás/étkezési szokások*
- *élelmiszer-intolerancia*
- *életmód*
- *mozgásmennyiség, a mozgás intenzitása és fajtája*
- *szedett gyógyszerek*
- *alkoholfogyasztás*
- *dohányzás*
- *stressz és kezelése*
- *a felvett tápanyagok felszívódása/hasznosulása*
- *egészségi állapot: betegségek, műtétek, kemoterápia stb.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.

5 pont

Állítsa sorrendbe az autointoxikációs folyamat kialakulásának lépéseit! Írja le a sorszámokat a helyes sorrendben!

1. egyes törzsek túlburjánzanak, mások kipusztulnak
2. adott mikroorganizmusok robbanásszerűen elszaporodnak
3. a csírák hatásának kifejtéséhez szükséges körülmények megváltoznak
4. kialakulnak a baktériumok toxinjainak köszönhető tünetek
5. csökken a máj detoxikáló kapacitása

Helyes sorrend: ...*3., 1., 5., 2., 4.*...

(Csak a helyes sorrend esetén adható pont!)

16. 2 pont

Határozza meg az antropozófus gyógyászat két betegségtípusát!

- *gyulladásal járó betegségek*
- *elmeszesedés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* 3 pont

Írjon le hármát a Touch for Health (TFH) természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb korrekciós eszközei közül!

- *NL-zónák*
- *NV-pontok*
- *akupresszúrás pontok*
- *érzelmi stresszcökkentő pontok*
- *szín*
- *hang*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* 1 pont

Fogalmazza meg az osteokinematikában használt mozgáspálya (range of movement, ROM) fogalmát!

Fokokban mérhető elmozdulás egy szegmentumban.

19.* 4 pont

Soroljon fel a természetgyógyászati anamnéziszfelvétel céljai közül négyet!

- *annak eldöntése, hogy fennáll-e a vészhelyzet, ami miatt tovább kell küldeni a beteget*
- *a kezelési terv felállításához szükséges információk megértése*
- *konzultáció, vagy konzílium szükségességének megítélése*
- *orvosi/szakorvosi kezelés szükségességének eldöntése*
- *gyógyszerszedés felmérése*
- *életmód, közérzet, testsúly, étvágy, széklet alakulásának megismerése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. 1 pont

Írja le az orron található mikroakupunktúrás pontok számát!

...38...

21.*

2 pont **Határozza meg a szájárammérő vizsgálat lényegét!**

A szájárammérő a szájbán, a fogakban levő különböző fémek közötti galvánáramhatást vizsgálja.

22.

5 pont **Jellemezze a kínai alkattan Öt-fázis szerinti besorolása alapján a Víz típusúakat!**

- termet: ...*magas*...
- fej és has: ...*termetéhez képest nagy*...
- váll: ...*keskeny*...
- arcszín: ...*sötét tónusú*...
- mozdulat, beszéd: ...*szaggatott*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.

4 pont **Nevezze meg Mayr egészségdiagnosztikájának stádiumait!**

1. *optimális egészségi állapot*
2. *szuboptimális egészségi állapot*
3. *általában egészségesnek mondott állapot*
4. *még nem beteg állapot*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

5 pont **Soroljon fel öt pszichológiai módszert, ami komplementer terápiaként daganatos betegségben szenvedőknél alkalmazható!**

- *Simonton-tréning*
- *Hammer-terápia*
- *Siegel-módszer*
- *relaxáció*
- *imagináció*
- *Silva-féle agykontroll*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.*

6 pont

Határozza meg az alábbi fogalmak jelentését!

Patogenetikai szemlélet: *Az a gondolkodásmód, amellyel az akadémikus orvoslás a betegség problémájához viszonyul.*

Protokoll (szakmai, vagy kezelési protokoll): *A gyógyászati kezelésekre vonatkozó egyedi útmutatásokat jelenti, vagyis egy adott betegség kezelésére kidolgozott eljárás vagy eljárás sorozat, amelyről nem lehet eltérni.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

5 pont

Írjon le ötöt a főbb természetes gyógymódok közül légúti betegségek esetén!

- *diéta (főként az állati eredetű termékek csökkentése, friss, könnyű növényi étkezés, táplálékallergének kizárása)*
- *ortomolekuláris módszerek (vitaminok, ásványok nagyobb mennyiségű szedése)*
- *életmód-korrekció (elegendő pihenés, dohányzás elhagyása, megfelelő öltözködés, légzőgyakorlatok végzése stb.)*
- *gyógynövények, aromák*
- *homeopátia (komplex szerek, nozódák)*
- *sajátvér-kezelés*
- *akupunktúra, neuráalterápia*
- *masszázs módszerek*
- *egyéb fizikális módszerek (melegedő lábfürdő, szauna, pakolások stb.)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)