

„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*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2023. február 07.**

**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. **4 pont**

**Nevezze meg a stresszállapot tartós fennállása esetén jelentkező pszichés problémákat!**

- *szorongás*
- *tanult tehetetlenség*
- *depresszió*
- *poszttraumás stressz-szindróma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.\* **4 pont**

**Foglalja össze röviden a természetgyógyászat jellegzetességeit az alábbi szempontok szerint!**

Szemlélete: *egészségcentrikus, holisztikus és hangsúlyosan preventív*

Eljárásai: *természetesek, szelídek, a szervezet öngyógyító mechanizmusait aktiválják*

Terápiája: *egyenre szabott, amelynek során fontos szerepet tulajdonít az egészséges életmód kialakításának és a pácienssel való partneri viszonynak*

Módszerei: *magában foglal egyedi diagnosztikai és terápiás módszereket is (jelentős része a tradíciókra épül)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.\* **2 pont**

**Ismertesse az orvoslás és a természetgyógyászat viszonyára vonatkozó vegyes csoportba sorolás lényegét!**

- monopolisztikus jelleg: *meghatározott egészségügyi tevékenységeket csak a hivatalos orvoslás képviselői végezhetnek*
- toleráns jelleg: *a gyógyítás bizonyos területein nem orvos terapeuták is működhetnek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.\* **3 pont**

**Határozza meg röviden a pufferoldatok jelentőségét!**

*A pufferek egymásba kapcsolódó finom kémiai szabályozórendszert alkotnak, melynek végső célja a hidrogénion-koncentráció állandóságának biztosítása. A szervezet szabályozórendszere, enzimei csak néhány tizedes pH-eltérést képesek elviselni károsodás nélkül.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.\*

3 pont

**Soroljon fel a burn-out szindróma lehetséges tünetei közül hármat!**

- *az empátiás kapacitás kimerülése, deperszonalizáció („elszemélytelenítés”, a páciens „munkadarabként” való kezelése)*
- *reménytelenség érzése*
- *inkompetencia érzése*
- *célok és ideálok elvesztésének érzése*
- *a saját munkától való eltávolodás érzése*
- *saját személyre, munkára, illetve másokra vonatkozó negatív attitűdök megjelenése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

3 pont

**Rendezze a tibeti orvoslás szerinti nyelvjellemzőket a megfelelő betegséghez! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. vastag, száraz lepedékkel fedett
2. halvány, puha, nedves lepedékkel fedett
3. vörös, száraz és durva

az epebetegségben szenvedők nyelve: ...**1**....

a nyálka betegségben szenvedők nyelve: ...**2**....

a szél betegségben szenvedők nyelve: ...**3**....

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

7.\*

4 pont

**Nevezzen meg a népi gyógyanyagok közül négyet!**

- *növények*
- *ásványi eredetű anyagok*
- *állati eredetű anyagok*
- *emberi eredetű anyagok*
- *élő állatok (pióca)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

6 pont

**Írja le a krónikus betegségek ájurvéda szerinti hat állomását!**

1. *a dósa felhalmozódása*
2. *a dósa megromlása*
3. *a dósa szétszóródása*
4. *a dósa lokalizálódása*
5. *a betegség megjelenése*
6. *a betegség krónikussá válása, szövődmények kialakulása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.

4 pont

Húzza alá azokat a módszereket, amelyeket a hagyományos kínai gyógyászat alkalmaz!

- jóga
- csikung
- euritmia
- moxaterápia
- neuráalterápia
- csakraharmonizálás
- köpölyözés
- urinoterápia
- homeopátia
- akupunktúra

(Csak a 4 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

10.\*

3 pont

Soroljon fel a bélrendszerben lévő normálfóra szervezetre gyakorolt jótékony hatásai közül hármat!

- *esszenciális aminosavakat termel*
- *vitaminokat termel (B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, K, Biotin)*
- *féken tartja a káros baktériumok szaporodását*
- *féken tartja a gombák szaporodását*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.\*

7 pont

Ismertesse röviden az alábbi gyógytea elkészítési módokat!

Forrázat: *a drogot forró vízzel leöntjük, 5-10 percig állni hagyjuk, majd leszűrjük.*

Főzet: *hideg vízbe szórjuk a drogot, felforraljuk, majd 10-30 percen át lefedve kis lángon főzzük, majd leszűrjük.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.\*

4 pont

Írjon le a kénes víz fogyasztásának ellenjavallatai közül négyet!

- *heveny májgyulladás*
- *heveny epeútgulladás*
- *fokozott pajzsmirigyműködés*
- *akut hasnyálmirigy-gyulladás*
- *krónikus hasnyálmirigy-gyulladás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

4 pont 

Nevezzen meg négy lehetséges stresszoldó módszert!

- *relaxáció*
- *meditáció*
- *rendszeres mozgás*
- *masszázs*
- *természetben való töltődés*
- *zene*
- *művészetek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.\*

5 pont 

Soroljon fel a C-vitamin-hiány fő tünetei közül ötöt!

- *érfalak gyengülése*
- *fáradékonyság*
- *gyengeség*
- *sebgyógyulási zavarok*
- *depresszió*
- *parodontopáthiák*
- *immundepressziók*
- *antioxidációs-képesség csökkenése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.\*

3 pont 

Rendszerezze az egészség háromszögének alkotóelemeit a megadott szempontok szerint! Töltse ki a táblázat hiányzó részeit egy-egy példával!

	Terület megnevezése		
	strukturális terület	kémiai terület	érzelmi terület
Kapcsolódó faktorok	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>izmok</i></li> <li>- <i>csontok</i></li> <li>- <i>a test egész statikája</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>táplálkozás</i></li> <li>- <i>vegyi anyagok jelenléte</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>mindennapi stressz</i></li> <li>- <i>önértékelés</i></li> </ul>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.\*

3 pont 

Ismertesse a másodpercjelenség lényegét a neuráalterápiában!

*A beteg panaszai (fájdalmak, mozgáskorlátozottság) egy távoli zavarómező neuráalterápiás kezelésével megszüntethetők úgy, hogy a hatás az infiltráció pillanatában létrejön, és legalább 20 órán át tart (fogaknál 8 óra), az ismétlés pedig egyre hosszabb hatást eredményez.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.

2 pont

Nevezze meg az antropozófus gyógyászat alapjait lerakó személyeket!

- *Rudolf Steiner*
- *Ita Wegmann*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.\*

4 pont

Soroljon fel a szervezetben lévő enzimek alapvető csoportjai közül négyet!

- *transzferázok*
- *oxidoreduktázok*
- *hidrolázok*
- *izomerázok*
- *ligázok*
- *liázok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

7 pont

Jellemezze a kínai alkattan Öt Fázis szerinti besorolása alapján a Föld típusúakat!

termet: *...zömök, átlagos...*

fej: *...viszonylag nagy...*

kéz és láb: *...kicsi...*

has: *...előredomborodó...*

comb: *...vaskos...*

arcszín: *...sárgás tónusú...*

mozdulat: *...súlyos, gyors...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.

3 pont

Határozza meg azokat a Head-féle reflexzónán tapasztalható eltéréseket, amelyekből a zónához tartozó belső szerv megbetegedésére következett!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

5 pont

Párosítsa a nyelv színeit a különböző szervek működési zavaraiival! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

- |            |                                    |
|------------|------------------------------------|
| A. zöldes  | 1. gyomor-lép működési zavara      |
| B. vörös   | 2. vese-húgyhólyag működési zavara |
| C. sárga   | 3. máj-epehólyag működési zavara   |
| D. fehér   | 4. szív működési zavara            |
| E. feketés | 5. tüdő működési zavara            |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

1 pont

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A ...*radiaesthesia*... a föld sugárzások érzékelésének és mérésének módszere.

23.

4 pont

Nevezze meg a látásélesség-csökkenés mértékét befolyásoló tényezőket szemfenék-megbetegedés esetén!

- *a betegség a retina mely területét érinti*
- *a betegség kiterjedése*
- *az elváltozás típusa (száraz, vagy nedves)*
- *a betegség érinti-e a retina alatti chorioideát (érhártyát)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.\*

4 pont

Írjon le a légúti betegségek természetes gyógymódjai közül négyet!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



25.

3 pont

Húzza alá a reguláció azon folyamatait, melyeknél a kóros állapot visszafordítható, maradandó nyom nélkül gyógyul!

- neoplazma
- impregnáció
- exkréció
- degeneráció
- depozíció
- reakció

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

26.\*

5 pont

Sorolja fel azokat a szív- és érrendszeri megbetegedéseket, melyek előfordulásakor a komplementer medicinák kiegészítő kezelésként használhatóak! Írjon ötöt!

- *funkcionális szívpanaszok*
- *szívelégtelenség*
- *angina pectoris*
- *szívinfarktus*
- *szívritmuszavarok*
- *magas vérnyomás*
- *endocarditisek*
- *myocarditisek*
- *arteritisek*
- *thrombophlebitisek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)