

„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 9.**

**V. 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

**Sorolja fel a passzív házak energiaforrásait! Írjon hármat!**

- *napsugárzás*
- *az épületben tartózkodó emberek teste által kisugárzott hő*
- *az épületben lévő műszaki berendezések működése által kisugárzott hő*
- *földhő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

2 pont

**Húzza alá az alábbi felsorolásból a természetgyógyászat hazai helyzetéről szóló tanulmányok szerzőinek nevét!**

- Oláh Andor
- Lázár Imre
- Buda László
- Péczely Ignác

(Csak a 2 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

3.\*

6 pont

**Határozzon meg hat 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!)

4.\*

6 pont

**Nevezze meg és jellemezze a stressz fázisait!**

- *alarmreakció: valamilyen külső, vagy belső stresszor hatására a szervezetben lezajlik az élettani stresszválasz, amelynek következtében fokozott szimpatikus túlsúly jön létre*
- *adaptációs fázis: a szervezet alkalmazkodik az új helyzethez, majd egy idő után visszaállítja a normál élettani értékeket*
- *kimerülési fázis: ha a stressz túl hosszú ideig áll fenn, vagy a szervezetet újabb stressz hatások érik mielőtt az adaptációs szakasz lecsengene, a szervezet kimerül és károsodik*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

3 pont

Párosítsa a gunákat (lelki beállítottság, kötőerő) a jellemzőikkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válaszok sorszámát!

- A. tamasz
- B. radzsasz
- C. szattva

1. aktivitás, szenvedély, harag–tigris tulajdonságai
2. tisztaság, azonosság, hitelesség, tudás–hattyú, békés tehén tulajdonságai
3. lustaság, tunyaság, tompaság, tudatlanság–krokodil tulajdonságai

A.–...3..., B.–...1..., C.–...2...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.\*

4 pont

Írja le az egészséges és beteg szervezet ábrázolását a hagyományos tibeti orvoslás rendszerében!

*Az egészséges és beteg állapotot ábrázoló fa bal oldali ága az egészséges állapotot, a jobb oldali pedig a betegséget ábrázolja. Mindkét oldal számos levelet tartalmaz, virág azonban csak a bal oldalon terem, mely a boldogságot, a jóllétet és a világtörvényt szimbolizálja.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.\*

4 pont

Soroljon fel a csi testen belüli funkciói közül négyet!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

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!)

**9.\*****2 pont** **Fogalmazza meg a szekunder prevenció célját!**

*A betegségek korai, lehetőleg kezdeti szakaszban való felismerése elsősorban szűrővizsgálatokkal annak érdekében, hogy a hatásos kezelés mihamarabb megkezdődhessen.*

**10.****3 pont** **Írja le energetikai szempontból a makrobiotikus táplálékok három fő csoportját!**

- *jin energiájú táplálékok*
- *jang energiájú táplálékok*
- *harmonikus (kiegyensúlyozott) energiájú táplálékok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**11.\*****4 pont** **Nevezzen meg a gyógynövényből készült olajok alkalmazásának indikációi közül négyet!**

- *fájdalomcsillapítás*
- *hámosodás serkentése*
- *a nyálkahártya elváltozásainak kezelése*
- *fekélyek kezelése*
- *kozmetikai célok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

**12.\*****4 pont** **Soroljon fel négy apiterápiás terméket!**

- *méz*
- *virágpó*
- *propolisz*
- *méhméreg*
- *méhpempő*
- *méhviasz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

5 pont

**Ismertesse a szaunázás szervezetre gyakorolt hatásait! Írjon ötöt!**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.\*

4 pont

**Írja le az oxidatív stressz lényegét!**

*A zsírok, fehérjék, nukleinsavak oxidációja nyomán létrejövő egyensúlyvesztés a szabadgyök-képződés és az antioxidáns státusz között, ami molekuláris szinten sejtkárosodáshoz vezet.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.\*

4 pont

**Soroljon fel a normál bélflórát károsító tényezők közül négyet!**

- *egyoldalú, helytelen táplálkozás*
- *rossz emésztés*
- *környezetszennyező anyagok*
- *egyes gyógyszerek*
- *allergiák*
- *tartós stressz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.

3 pont

**Nevezze meg az antropozófus gyógyászat három funkcionális terét!**

- *érzékszerv - idegrendszer*
- *anyagcsere - vértagrendszer*
- *ritmikus rendszer*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.\*

2 pont

**Határozza meg a homeopátia célját!**

*A testi-lelki egyensúly visszaállítása, a szervezet öngyógyító mechanizmusának aktiválása.*

18.\*

5 pont

Ismertesse a Touch for Health (TFH) természetgyógyászati kineziológiai rendszert az alábbiak szerint!

A módszer kidolgozója:

*...dr. John Thie...*

Célja:

*...egyszerű korrekciók segítségével a test természetes energiaáramlásának helyreállítása...*

A kezelés várható hatásai: Írjon hármat!

- *csökken a fizikai fájdalom*
- *csökken a mentális fájdalom*
- *csökken a feszültség*
- *javul a testtartás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

1 pont

Húzza alá a felsoroltak közül a Voll-féle elektroakupunktúras vizsgálatra vonatkozó helyes megállapítást!

- A Voll-vizsgálat semmilyen klinikai, vagy laboratóriumi eredményt nem képes helyettesíteni.
- A Voll-féle vizsgálatnál időt és pénzt takaríthatnának meg, ha költséges röntgenvizsgálatok helyett alkalmaznák.
- A Voll-féle vizsgálatnál akár orvos nélkül is megállapítható, hogy a betegnek melyik gyógyszerre lenne szüksége.
- A Voll-féle vizsgálat olyan műszeres vizsgálati módszer, melynek segítségével a betegségek egymástól precízen differenciálhatók és objektívvé tehetők.

(Csak az 1 helyes válasz aláhúzása esetén adható pont! Több válasz aláhúzása esetén pontszám nem adható!)

20.

4 pont

Párosítsa a fizikális vizsgálat részeit a latin elnevezéseikkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válaszok sorszámát!

- |                |              |
|----------------|--------------|
| A. megtekintés | 1. palpatio  |
| B. tapintás    | 2. olfactio  |
| C. kopogtatás  | 3. inspectio |
| D. szaglás     | 4. percussio |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.\*

2 pont

Írja le az ECIWO kifejezés jelentését!

*Embrió, amely tartalmazza az egész szervezet információit.*

22.

5 pont

Párosítsa a kínai alkat-tan Öt Fázis szerinti típusait a rájuk jellemző arcszínekkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válaszok sorszámát!

A. Fa típus	1. vörös tónusú
B. Tűz típus	2. fehéres
C. Föld típus	3. zöldes tónusú
D. Fém típus	4. sárgás tónusú
E. Víz típus	5. sötét tónusú

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.\*

4 pont

Soroljon fel a hőkamerás vizsgálat során észlelhető elváltozások közül négyet!

- *gyulladások (fogászati, melléküreg, ízület)*
- *nyirokpangások (fibromyalgia, hasi zónák)*
- *reflexzónák funkciózavarai (háti szervzónák)*
- *degeneratív elváltozások (térdarthrosis)*
- *túlterhelések (gerincfájdalmak differenciálása)*
- *túl- és alulműködések (pajzsmirigy)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.\*

6 pont

Nevezzen meg hat, a depresszió kezelésében alkalmazható természetgyógyászati módszert!

- *gyógynövények*
- *táplálékkiegészítők*
- *biofeedback*
- *homeopátia*
- *jóga*
- *csi-kung*
- *fitoterápiás szerek pl.: avena sativa, komló, levendula, orbáncfű*
- *kineziológia, pszichokineziológia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



25.\*

5 pont

Írjon le ötöt a légzőrendszer helyi gyulladásainak csökkentésére alkalmazható eljárások közül!

- *neuráalterápia alkalmazása (a mandula környékére, felső és alsó mandulaágyba, eltávolított mandula esetén is, a melléküregek mentén)*
- *gargarizálás*
- *inhalálás*
- *külső gyógynövényes, vizes pakolások*
- *izzasztás*
- *az orrjárat öblítése sóoldattal, sós vízzel*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.

5 pont

Csoportosítsa az alábbi gyógynövényeket a vesekő távozását segítő kezelések szerint! Írja a betűjeleket a megfelelő helyre!

- A. festőbuzér (*Rubia tinctorum*)
- B. aranyvesszőfű (*Solidago sp.*)
- C. tövises iglice (*ononis spinosa*)
- D. gyermekláncfű (*taraxacum officinale*)
- E. nyírfalevél (*betula pendula*)

görcsoldó: ...**C**...

kőoldó: ...**A**...

vízajtó: ...**B., D., E**...

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