

„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. szeptember 6.

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

Határozza meg a Pischinger-féle alaprendszer fogalmát!

Az alaprendszer az a tér, melybe a szervezet valamennyi sejtje, organelluma, szerve, szervrendszere beleágyazódik, amely egységes az egész szervezetben.

2.

4 pont

Sorolja fel a stresszállapot tartós fennállása esetén jelentkező pszichés problémákat!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

5 pont

Írjon öt olyan módszert/lehetőséget, amelyet a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénéjének) megőrzésére, a kiégés megelőzésére választhat!

- *meditáció*
- *relaxáció*
- *természetjárás*
- *mély, bensőséges emberi kapcsolatok kialakítása*
- *keleti mozgásgyakorlatok végzése*
- *keleti légzőgyakorlatok végzése*
- *vitalitásgenerátorok alkalmazása (nevetés, érintés, testmozgás)*
- *a munka változatosabbá tétele (önképzés, kutatás, tanítás)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.

3 pont

Nevezze meg az ököpszichológia alaptételeit!

- *az ember egészsége/életminősége és a környezet állapota nem független egymástól*
- *az ember néha nincs tisztában azzal, hogy közérzeti/pszichés problémáit a természettel való kapcsolat megszakadása okozza*
- *az ember okozója, elszenvedője, és a megváltoztatás birtokosa a természettel kapcsolatos problémáknak*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

1 pont

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A hiteles és eredményes kommunikáció egyik legfőbb feltétele a *...kongruencia...*, amikor a verbális és nonverbális kommunikáció egymásnak megfelel és egymást erősíti.

6.

6 pont

Csoportosítsa az alábbi tüneteket a kínai orvoslás szerint megadott, kívülről jövő kórok (külső környezeti túlhatások) alapján! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. szédülés
2. fülzúgás
3. ödémás lábak
4. bőrön nedvező hólyagok
5. látászavar
6. hasi puffadás

Szél: *...1., 2., 5....*

Nedvesség: *...3., 4., 6....*

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

7.*

4 pont

Soroljon fel a metabolikus epe funkciói közül négyet a tibeti orvoslás nézetei szerint!

- *a táplálék megemésztése*
- *a tápanyagoknak a salakanyagoktól való elválasztása*
- *energia gerjesztése*
- *hő és erő adása a testnek*
- *a többi típusú epe egészséges alakulásának elősegítése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

1 pont

Nevezze meg a népi orvoslás témakörében 1813-ban megjelent Orvosi füvészkönyv című mű szerzőjét!

...Diószegi Sámuel...

9. 5 pont

**Rendezze a felsorolt hangmegnyilvánulásokat az Öt Fázisnak megfelelően!
Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. nevetés
2. éneklő, skandáló
3. nyögő, sóhajtozó
4. hangos beszéd, kiabálás
5. síró, siránkozó

FA: ...4....

FÉM: ...5....

FÖLD: ...2....

TÚZ: ...1....

VÍZ: ...3....

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

10.* 2 pont

Határozza meg az életmód fogalmát!

Viszonylagos szabadsággal megválasztott tevékenységek és az ezzel kapcsolatos preferenciák.

11.* 5 pont

Írjon le öt olyan betegséget/állapotot melyek megelőzésében nagy szerepet játszik a rostús táplálkozás!

- *székrekedés*
- *vastagbél-daganat*
- *diverticulosis*
- *irritabilis bélszindróma*
- *cukorbetegség*
- *fogszuvasodás*
- *elhízás*
- *érrendszeri betegségek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.* 3 pont

Fogalmazza meg röviden a gyógylovaslás lényegét, jelentőségét!

A gyógylovaslás a gyógysportolás egyik gyakran alkalmazott formája, mely valójában járó lovon végzett torna. A mozgás pozitív hatását fokozza a természetben való tartózkodás és a másik élőlényel való kommunikáció.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.

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. Föld elem
- D. Levegő elem

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

4 pont

Nevezzen meg négy olyan táplálékot, melyet a makrobiotikus étrend harmonikus energetikájú tápláléknak tekint!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.*

5 pont

Soroljon fel a lehetséges fogászati góccok közül ötöt!

- *minden turbinával fűrt, tömött fog (különösen az amalgámtömés)*
- *minden gyökérkezelt fog*
- *minden simán extrakcióval (kihúzással) eltávolított fog helye*
- *minden implantátum, csap*
- *minden hely, ahol a híd, a pótlás, vagy a protézis nyomja, irritálja a nyálkahártyát*
- *minden fogágygyulladásos zóna (inysorvadás, tasak, inygyulladás, fogkövesség nyomán kialakult degeneratív folyamat)*
- *minden szájsebészeti beavatkozás nyomán létrejött heg*
- *hiányzó fogágy, elsorvadt fogíny pótlására alkalmazott kollagénfeltöltések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16. 6 pont

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

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

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.* 5 pont

Írja le a Touch for Health (TFH) természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb korrekciós eszközeit! Írjon ötöt!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.* 2 pont

Definiálja a passzív mozgástartomány fogalmát!

Külső erővel elérhető mozgás az aktív és anatómiai mozgáshatár között.

19. 6 pont

Egészítse ki a kínai alkattanra vonatkozó táblázatot!

Besorolás kategóriája	jin-típusú alkat	jang-típusú alkat
izomzat	<i>zsírpárnás</i>	határozott kidolgozottságú izmokkal rendelkezik
<i>medence</i>	széles	szűk
<i>fejtartás</i>	lehajtvva tartja a fejét	<i>egyenesen tartja a fejét</i>
viselkedés	<i>nehézkés, rugalmatlan</i>	<i>gyors, alkalmazkodó</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.*

3 pont

Nevezzen meg a hőkamerás vizsgálat során észlelhető, látható elváltozások közül hármat!

- *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!)

21.

5 pont

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

- A. lapockatávolság
- B. nagyhas-térfogat
- C. lordózismérték
- D. nyakhossz
- E. hastérfogat

- 1. BM
- 2. HL
- 3. SA
- 4. GBM
- 5. LO

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

3 pont

Határozza meg a hajanalízis vizsgálat elvégzésének indikációit!

- *a szervezet krónikus ásványhiányainak felderítése*
- *az egyoldalú táplálkozás, vagy a felszívódás hiányosságának kimutatása*
- *a szervezetben lévő nehézfémek túlzott előfordulásának kimutatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.*

2 pont

Soroljon fel a vizelethajtó hatású gyógynövények közül kettőt!

- *gyermekláncfű*
- *aranyvesszőfű*
- *nyírfalevél*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.

3 pont

Írja le a személyre szabott kezelés hátrányait!

- *nagyobb a szubjektív tévedés lehetősége*
- *a kezelés módjáról való döntés lassúbb lehet és inkább folyamat jellegű*
- *erősen személyfüggő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.*

7 pont

Ismertesse a vénás lábszárfekélyt a megadott szempontok szerint!

A betegség lényege, kialakulása:

Vénás billentyűk elégtelen működése következtében jön létre, ami genetikailag meghatározott kötőszöveti gyengeségből ered. Ennek következtében a vénás vér lassabban jut fel a jobb pitvarba, pangás keletkezik a test mélyen fekvő részein – pl. lábszár – fehérje természetű anyagok jutnak ki a szövetek közé, ami miatt gyulladás keletkezik trombozissal veszéllyel.

A betegség kezelésének lehetőségei: Írjon hármat!

- *a seb rendszeres fertőtlenítése, tisztítása*
- *hámosítókenőcsök használata*
- *gyógynövénykivonatok használata*
- *lábtorna kivitelezése*
- *változó hőmérsékletű zuhany alkalmazása*
- *szelídgesztenye, varázsdió kivonatok használata*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.

3 pont

Nevezze meg a nőgyógyászati kiegészítő kezelés fontos pilléreit!

- *góckeresés*
- *testi és lelki méregtelenítés*
- *a bél-, és a hüvelyflóra helyreállítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)