

„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. április 5.**

**III. 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 **Írja le a salakanyagra vonatkozó ismereteit a megadott szempontok szerint!**

Fogalma:

*A szervezet számára haszontalan, idegen vagy túlzott mennyiségben jelen levő belső, vagy külső eredetű molekulák és azok anyagcseretermékei.*

Jellemzői: Írjon kettőt!

- *teher a szervezet anyagcseréje számára*
- *nehezíti, blokkolja a normális biokémiai és élettani folyamatokat: az immunműködést, az anyagcserét, az adaptációs képességet, valamennyi szervrendszer működését, regenerációs és más önszabályzó képességeket*
- *a salakanyagok többsége savas, vagy semleges kémhatású*

(Helyes válaszonként a fogalomra 2 pont, a jellemzőkre 1-1 pont adható!)

2.

3 pont **Sorolja fel az ökopszichológia 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, elszenvetője, és a megváltoztatás birtokosa a természettel kapcsolatos problémáknak*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.\*

5 pont **Nevezzen meg 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.\*

2 pont **Határozza meg a komplementer medicina fogalmát!**

*Kiegészíti a hivatalos orvoslást, figyelembe veszi saját lehetőségeit, határait, és a versengés helyett az együttműködésre törekszik.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.\*

2 pont **Írja le a helper szindróma lényegét!**

*A segítség narcisztikus (önimádattal eltelt) örömforrássá válik, a segítő hivatás drogozáshoz hasonló addikció (függőség) jelleggel működik.*

6.

3 pont **Egészítse ki az alábbi mondatot!**

Felületes tapintásban a ...*jang*... szervek, mély tapintásban a ...*jin*... szervek működésére következtethetünk a ...*pulzustapintásból*... .

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.\*

3 pont **Soroljon fel a felfelé tartó szélre jellemző működések közül hármat a tibeti orvoslás szerint!**

- *közreműködik a hangképzésnél*
- *erőt ad*
- *szerepe van a test színének változásaiban*
- *szerepe van a test energiájának változásaiban*
- *közreműködik az elme tisztaságának változásaiban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

3 pont **Húzza alá a kapha dósához tartozó fogalmakat!**

- felnőttkor
- öregkor
- gyermekkor
- nyár
- légzés
- ősz
- tél
- kiválasztás
- emésztés

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

9. 2 pont

**Nevezze meg a népi gyógyító tudás két nagy területét!**

- *racionális eljárások világa*
- *irracionális eljárások világa (mágikus elemek)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10. 5 pont

**Sorolja fel az ájurvédikus gyógyítás öt leghatékonyabb méregtelenítési eljárását (Pancsakarma-eljárások)!**

- *terapikus hányás (vahan)*
- *hashajtás (virecsana)*
- *orron keresztüli olajos kezelés (nasja)*
- *beöntés-terápia (basti)*
- *érvágás (rakta móksana)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11. 4 pont

**Párosítsa az ivókúraként alkalmazott gyógyvizekhez alkalmazási javallataikat! Írja a sorszámok mellé a helyes válasz betűjelét!**

1. alkalikus ásványvíz (pl. Salvus)
2. szulfátos ásványvíz (pl. Mira, Igmándi)
3. kénes ásványvíz (pl. Csevice)
4. jódos ásványvíz (pl. Jodaqua)

- A. terhességi golyva megelőzése
- B. epehajtó-, hashajtó-hatás
- C. vércukorszint csökkentése, savtúltengés csökkentése
- D. idült hörghurut, gyomor-, bélpanaszok

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12. 3 pont

**Határozza meg a Mayr-kúra célját!**

- *méregtelenítés*
- *helyes táplálkozási technika elsajátítása*
- *a bélrendszer kímélése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

5 pont **Soroljon fel a legfontosabb növényi hatóanyagok közül ötöt!**

- *szénhidrátok és nyálkaanyagok*
- *glikozidok*
- *szaponinok*
- *kesperűanyagok*
- *cser-, vagy cserzőanyagok*
- *csípős anyagok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.\*

2 pont **Ismertesse a táncterápiák előnyét a pszichoszomatikus betegségek kezelésénél!**

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

15.\*

4 pont **Nevezzen meg négy olyan gyógynövényt, melyeket pakolászként is lehet alkalmazni!**

- *kamilla*
- *körömvirág*
- *zsálya*
- *levendula*
- *rozsmaring*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.

2 pont **Írja le a homeopátiában használt potenciálás két lépését!**

- *szakaszos hígítás*
- *ütve rázás (szilárd anyagok esetén eldörzsölés)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.\*

4 pont **Ismertesse a neuráalterápia célját!**

*Részben a vegetatív idegrendszer szegmentális elrendezéséből adódó szabályzó, másrészt az alaprendszer (extracelluláris mátrix) áthangolásából vagy a kínai meridiánrendszerben létrehozott energetikai változásokból adódó áthangoló, gócot kikapcsoló, gyógyító hatás.*

18.\*

5 pont 

Sorolja fel a Three in One Concepts (One Brain) természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb eszközeit! Írjon ötöt!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

2 pont 

Nevezze meg az antropozófus gyógyászat két betegségtípusát!

- *gyulladásal járó betegségek*
- *elmeszesedés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.\*

5 pont 

Írja le azokat az eseteket, amikor a konzervatív medicina az ortomolekuláris medicinát használja! Írjon ötöt!

- *xerophthalmia kezelésénél A-vitamin adása*
- *anaemia perniciosa kezelésénél B<sub>12</sub>-vitamin alkalmazása*
- *osteoporosishál és rachitishál D-vitamin alkalmazása*
- *légúti betegségek esetén N-acetil-cisztein alkalmazása*
- *pajzsmirigybetegségnél jód adása*
- *hyperlipidaemiánál nikotinsav alkalmazása*
- *cukorbetegség kezelése inzulinnal*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

6 pont 

Egészítse ki a kínai alkattanra vonatkozó táblázatot!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.\*

2 pont **Határozza meg a termoregulációs diagnosztika lényegét!**

*A bőr hőmérsékletének mérése alaphelyzetben, majd hőmérsékleti (hideg) provokáció után. A második mérés alkalmával a bőr különböző területeinek hőszabályozási (regulációs) képességéről ad felvilágosítást.*

23.\*

6 pont **Soroljon fel a fül vizsgálata esetén látható vizuális jelek közül hatot!**

- *hámlások*
- *hólyagok*
- *göbök*
- *kifekélyesedések*
- *bőrpír, vagy más elszíneződések*
- *foltok*
- *berepedések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.

3 pont **Nevezze 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!)

25.\*

6 pont **Írjon le hat terápiás elvet a bélflóra javítására!**

- *növényi alapú diéta*
- *probiotikumok alkalmazása*
- *prebiotikumok alkalmazása*
- *homeopátiás nozódák alkalmazása*
- *kellő folyadékfogyasztás*
- *kávéfogyasztás kerülése*
- *alkoholfogyasztás kerülése*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



26.

4 pont 

**Határozza meg a jól működő természetgyógyászati partneri viszony kialakításában szerepet játszó tényezőket!**

- *alapos és a páciens befogadóképességét figyelembe vevő tájékoztatás, magyarázat*
- *a természetgyógyász jó kommunikációs készsége, rugalmassága*
- *a páciens bizalmának elnyerése*
- *a páciens együttműködési készsége, motivációja a gyógyulásra*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

27.\*

5 pont 

**Soroljon fel a húgyúti gyulladások kialakulását elősegítő tényezők közül ötöt!**

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)