

„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

2021. június 14.

IX. 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 WHO egészségről alkotott definícióját!

Az egészség a teljes testi, lelki és szociális jóllét állapota, és nem csupán a betegség vagy fogyatékosság hiánya.

2.

1 pont

Nevezze meg, hogy Magyarországon kinek a nevéhez fűződik az íriszdiagnosztika!

...Péczely Ignác...

3.*

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!)

4.*

4 pont

Írja le a salakanyagra vonatkozó ismereteit a megadott szempontok szerint!

Salakanyag fogalma:

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

Salak 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!)

5. 3 pont
Sorolja fel a tibeti gyógyítás szerint a tisztátalanságok, a salakanyagok hármasát!

- *széklet*
- *vizelet*
- *izzadság*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.* 4 pont
Nevezzen meg a csi testen belüli funkciói közül négyet!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7. 6 pont
Írja le az ájurvéda szerint a krónikus betegségek 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!)

8. 3 pont
Húzza alá a tibeti orvoslás szerinti epe típusra jellemző meghatározásokat!

- a középkorúak hajlamosabbak a betegségeire
- a nyirkos helyek elősegítik a gyarapodását
- rendellenességei a nyár folyamán a legjellemzőbbek, a napszakok tekintetében pedig este és közvetlenül hajnal előtt
- a forró, száraz területeken jobban növekszik
- rendellenességei elsősorban tavasszal, illetve szürkületkor és hajnalban lépnek föl
- idősebb életkorban hajlamosabbak a betegségeire
- időszakai az ősz, a délután és az éjszaka
- a legifjabbak hajlamosabbak a betegségeire
- hideg, szeles vidékek inkább kedveznek a terjedésének

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

9. 4 pont

Sorolja fel a népi orvoslás szerint a betegségek okainak eredetét!

A betegség okai gyökerezhetnek:

- *az egyénen belül*
- *a természeti világban*
- *a társadalmi világban*
- *a természetfeletti világban*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.* 4 pont

Írjon le négy olyan információt, amelyhez a preklinikai állapotfelmérések révén juthatunk!

- *az egyén életmódja*
- *oxidatív folyamatok*
- *biológiai életkor*
- *a szervezet elsalakosodása*
- *a szervezet energia-egyensúlya*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.* 2 pont

Határozza meg a makronutriensek fogalmát!

Azok a tápanyagok, melyeket naponta grammnyi vagy sokgrammnyi, minimálisan 0,1 grammnyi mennyiségben kell bevinni a szükséglet biztosítására.

12. 3 pont

Párosítsa az alábbi alternatív mozgásterápiákat a hozzájuk tartozó lényegi meghatározásokkal! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

- A. Meir Schneider módszer
- B. Alexander technika
- C. euritmia

1. Tartásjavító, mozgást „újraanevelő” módszer.
2. Antropozófus orvoslás által kifejlesztett művészetterápia.
3. Komplex egészségmegőrző és terápiás módszer, melyet kezdetben látásjavításra használtak.

A.–...3...., B.–...1...., C.–...2....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

7 pont

Ismertesse az alábbi gyógytea elkészítési módok lényegét!

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!)

14.*

4 pont

Soroljon fel 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!)

15.

4 pont

Nevezze meg a homeopátiában akut betegség esetén keresett négy, teljes értékű helyi tünet elemeit!

- *etiológia (betegség kiváltó oka)*
- *lokalizáció (a test azon része, ahol a tünet jelentkezik)*
- *érzések, tünetek jellege (mit érez pontosan)*
- *modalitások (mitől enyhül/erősödik a beteg tünete, illetve általános állapota mitől romlik vagy javul)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.*

2 pont

Ismertesse az antropozófus gyógyászat terápiainak célját!

Az egészséget fenntartó, illetve újraképző erők serkentésére irányulnak. Oki kezelésre, végleges gyógyulásra, az egészséget jelentő egyensúlyra törekszenek, azaz salutogenesisre/hygiogenesisre.

17.*

4 pont

Soroljon fel a funkcionális ízületi blokk (FIB) klinikai jellemzői közül négyet!

- *szűkebb aktív mozgástartomány egy, vagy több irányban (izom-, tok-, csonttípusú)*
- *tapintásra, aktív vagy passzív mozgásra receptorfájdalom*
- *tapintható duzzanat a szöveti megvastagodás miatt*
- *fájdalmas izomtónus-fokozódás, triggerpontokkal (fájdalmas pont)*
- *akadályozott ízületi játék*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

3 pont

Ismertesse a biológiai fogászatban alkalmazott öt funkciós kör szájiüregi kivetülésének szabályát!

Mind a négy szájiüregi kvadránsban mind az öt funkciós kör kivetül, mégpedig azonos oldalra, illetve a páratlan szervek két oldalra.

19.*

5 pont

Írja le, mely területeken segít a természetgyógyász kineziológia! Írjon ötöt!

- *egészségmegőrzés*
- *betegségek megelőzése*
- *betegségek gyógyítása*
- *öngyógyítás*
- *a betegségek mögött álló problémák feltárása*
- *rehabilitáció*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.

3 pont

Nevezze meg a vér oxigenizálásán alapuló terápiákat!

- *oxigénterápia (O₂)*
- *ózonterápia (O₃)*
- *hematogén oxidációs terápia (HOT-UVB)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.***5 pont**

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

- *életkor*
- *súly*
- *nem*
- *terhesség, 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!)

22.***5 pont**

Ismertesse a Voll-féle elektroakupunktúrák vizsgálat diagnosztikus jelentőségét! Írjon ötöt!

- *segítségével meghatározható a kínai akupunktúrák pontok helye*
- *felmérhető a pontok, meridiánok, funkciós körök és a hozzájuk reflexesen tartozó szervek, szövetek bioelektromos viselkedése, normálistól való eltérése*
- *meghatározható a szervezet általános vegetatív tónusa*
- *feltérképezhető a különböző szervek, szövetek és meridiánok regulációs képessége*
- *felderíthetők a regulációs gócok, zavarómezők*
- *felmérhető a gyógyszerek és az egyéb anyagok toxikus hatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.**3 pont**

Egészítse ki az alábbi mondatot!

Az odonton egy energetikai *...mikrorendszer...*, amely mérhető *...elektromos mutatókkal...* rendelkezik, és az *...akupunktúrák meridiánhálózat...* közvetítésével kapcsolódik az egész testhez.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

2 pont

Ismertesse a szervi projekciók szabályai közül a Head-féle maximálpontot!

A reflexzóna egy speciális területe, melynek környezetéhez képest megnövekedett a szenzibilitása (fájdalom, kellemetlenebb tapintás).

25.*

5 pont

Egészítse ki a daganatmegelőzéssel kapcsolatos táblázatot! Írjon egy-egy szekunder prevenciós lehetőséget!

szerv	szekunder prevenció lehetősége
méhnyak	kenetvétel
végbél	<i>rectalis vizsgálat, rektoszkópia, kolonoszkópia</i>
mamma	<i>ultrahang, mammográfia</i>
bőr	<i>megtekintés, szövettan</i>
prosztatata	<i>PSA-vizsgálat, rectalis vizsgálat, ultrahang</i>
tüdő	<i>mellkasröntgen</i>

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

3 pont

Határozza meg a reguláció fogalmát!

A szervezet rendelkezik azzal a képességgel, hogy egyensúlyi állapotát (a homeosztázist) megőrizze vagy helyreállítsa. A szervezet önszabályozó, öngyógyító képessége.

27.*

6 pont

Soroljon fel hat komplementer kezelési lehetőséget, amely szívelégtelenség esetén alkalmazható!

- *légzésterápia*
- *fitoterápia*
- *fizikális gyógymódok*
- *életmódváltás*
- *antropozófus orvoslás*
- *hagyományos kínai orvoslás*
- *homeopátia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)