

„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. november 12.

IV. 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 természetgyógyászati tevékenységet szabályozó hatályos jogszabályokat!

- *1997. évi CLIV. törvény az egészségügyről (Eütv.)*
- *40/1997. (III.5.) Korm. rendelet a természetgyógyászati tevékenységről*
- *11/1997. (V.28.) NM. rendelet a természetgyógyászati tevékenység gyakorlásának egyes kérdéseiről*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2. **3 pont**

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A sav-bázis szabályozás kulcstényezője a *...hidrogénatom...*, mely egy pozitív töltésű *...protonból...* és egy negatív töltésű *...elektronból...* áll.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.* **5 pont**

Soroljon fel ötöt a pszichológiai immunrendszer összetevői közül!

- *pozitív gondolkodás*
- *kontrollézés*
- *koherenciaézés*
- *öntisztelet*
- *növekedésézés*
- *rugalmasság*
- *empátia*
- *leleményesség*
- *énhatékonyság-ézés*
- *társas monitorozás*
- *mobilizálás képessége*
- *szociális alkotóképesség*
- *szinkron képesség*
- *kitartásképesség*
- *impulzivitáskontroll*
- *érzelmi kontroll*
- *ingerlékenységátlás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.

7 pont

Nevezze meg a hagyományos kínai orvoslás szerint a Zangszerveket és jellegüket!

Zangszervek:

- *Szív*
- *Tüdő*
- *Máj*
- *Vese*
- *Lép*
- *Szívburok*

Jellege: *jin jellegűek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

3 pont

Írja le a csi származási helyeit eredetük szerint!

- *szülőktől (születés előtti: Jüan-csi)*
- *táplálékból (Gu-csi)*
- *levegőből (Kong-csi)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

5 pont

Sorolja fel a tibeti orvoslás szerint az epe öt fajtáját!

- *metabolikus epe*
- *színtelenítő epe*
- *meghatározó epe*
- *láttató epe*
- *színező epe*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

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!)

8.*

5 pont

Soroljon fel az egészséges életmód elemei közül ötöt!

- *ésszerű és egészséges táplálkozás, salaktalanítás*
- *rendszeres mozgás, légzőgyakorlatok*
- *pihenés, alvás, relaxáció*
- *az életszemlélet formálása, önismeret- és kommunikációfejlesztés*
- *szenvedélybetegségektől és más nagy életmódhibáktól való mentesség*
- *test- és szépségápolás*
- *aktív közreműködés az egészséges mikro- és makrokörnyezet fenntartásáért*
- *a szexuális kultúra fejlesztése*
- *egyszerű öngyógyító módszerek ismerete*
- *az egyszerű életvezetés művészete*
- *élethosszig tartó tanulás, önképzés*
- *kreatív, örömet okozó munka választása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.

3 pont

Húzza alá az alábbiak közül a vegetáriánus táplálkozásra vonatkozó helyes megállapításokat!

- a vegán személy nem eszik semmilyen állati eredetű terméket
- a vegetáriánusok, vagy vegán étrenden élők tápanyagellátottsága nem oldható meg hiánytalanul
- a vegetáriánusságnak egészségügyi indoka is lehet
- a vegán egyén tejet, tejterméket, tojást fogyaszt
- a vegetáriánus személy halat fogyaszt
- a növényi táplálkozás jobb minőségű zsiradékot, elegendő mennyiségű rostot, komplexebb szénhidrátokat tartalmaz

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

10.*

3 pont

Írjon le az ingerterápiák közös jellemzői közül hármat!

- *a szervezet öngyógyító képességére alapoznak*
- *a kívülről bevitt ingerek működésbe hozzák a szervezet regulációs rendszerét, ami beindítja az önszabályozó, helyreállító, gyógyító folyamatokat*
- *a terapeuta szerepe közvetett, azaz a természet gyógyít, a terapeuta (csak) kezel*
- *az ingerterápiák akkor alkalmazhatók sikeresen, ha a szervezet még rendelkezik rugalmas regulációs képességgel*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

5 pont **Soroljon fel a gyógyiszapkezelés hatásai közül ötöt!**

- *lazítja az izmokat*
- *javítja a helyi keringést*
- *csökkenti a krónikus gyulladást*
- *fokozza az anyagcserét*
- *nyugtatja az idegrendszert*
- *élénkíti a sejtműködést*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.

4 pont **Csoportosítsa az alábbi gyógynövényrészeket a bennük lévő hatóanyag kivonási módjának megfelelően! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. virágok
2. gyökerek
3. kérgék
4. levelek

Forrázat: *...1., 4....*Főzet: *...2., 3....*

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

13.*

3 pont **Írjon a mobilizáció indikációi közül hármat!**

- *szegmentális (regionális) blokk*
- *erős fájdalommal járó, egy mozgásszegmentumra terjedő blokk*
- *kifejezett ízületi mozgásbeszűkülés*
- *fájdalmas izomfeszülések, rövidülések*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

4 pont **Ismertesse a szájüregi elektromos terhelés lényegét!**

A szájba bekerülő fémek – fémtömések, fémvázak koronák, hidak, fémvázak kivehető fogpótlások – elektromos tulajdonsággal rendelkeznek, bennük feszültség, áramerősség indukálódik a milliVoltos (mV), mikroAmperes (μA) mérési tartományban (nWs). Ez különböző direkt és indirekt zavarok forrása lehet. Az így kialakuló zavarokat elektromos terhelésnek nevezzük.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.*

5 pont

Soroljon fel a normál bélflórát károsító tényezők közül ötöt!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.

6 pont

Ismertesse a miazmákat az alábbi szempontok szerint!

Fogalma:

A miazmák a betegségek alapvető okai/gyökerei.

Fajtái:

- *pszórikus miazma*
- *szikotikus miazma*
- *szifilitikus miazma*
- *tuberkulotikus miazma*
- *karcinóma miazma*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

8 pont

Írja le az antropozófus gyógyászat terápiájának négy szintjét egy-egy példával!

- *fizikai szint (fizikai szervezet): pl.: fizikai beavatkozások, allopatia, szintetikus vagy természetes eredetű gyógyszerek*
- *vitalitás szintje (éter-szervezet): pl.: diétetika, ritmusok, mozgás, életvitel*
- *érzelmi szint (asztrálszervezet): pl.: önismeret, pszichoterápia, művészeti terápiák*
- *individuális szint (én-szervezet): pl.: önazonosság, életút, spiritualitás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18. 2 pont

Párosítsa az alábbi kínai fogalmakat a magyar jelentéseikkel! Írja a sorszám mellé a helyes válasz betűjelét!

- | | |
|--------|------------|
| 1. xu | A. többlet |
| 2. shi | B. hiány |

1.– ...**B**..., 2.– ...**A**...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19. 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>lehajtván tartja a fejét</i>	<i>egyenesen tartja a fejét</i>
<i>viselkedés</i>	nehézkedő, rugalmatlan	gyors, alkalmazkodó

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. 1 pont

Írja le az orron található mikroakupunktúrás pontok számát!

...**38**...

21.* 2 pont

Fogalmazza meg röviden a fülzúgás (tinnitus) lényegét!

A fülzúgás rendellenes hangok hallása a fülben – egyik vagy mindkét oldalon.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22. 3 pont

Nevezze meg a nőgyógyászati kiegészítő kezelés fontos pilléreit!

- *gőckeresés*
- *testi-lelki méregtelenítés*
- *a bél-, és vaginálflóra helyreállítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.

6 pont

Írja le a szemfenék-megbetegedések esetén kiegészítő módszerként alkalmazott komplementer gyógymódokat!

- *Bates-Koplakov-Schneider-féle szemtorna*
- *akupresszúrás pontok ingerterápiája szemész-szemtréner orvos tanácsára*
- *fülakupunktúrás addiktológiai módszer*
- *gyógyhatású készítmények kúraszerű alkalmazása*
- *glaukóma esetén vesetisztító diéta*
- *szemfenék-meszesedés esetén májtisztító diéta*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

6 pont

Nevezzen meg hat lehetséges módszert, kiegészítő kezelést, amely elhízott páciens kezelésében alkalmazható!

- *életmódváltás*
- *táplálkozás átalakítás*
- *akupunktúra*
- *pszichoterápia*
- *ortomolekuláris medicina (L-karnitin, króm-pikolinát)*
- *fitoterápia (étvágycsökkentő, anyagcsere-aktiváló, tisztító hatású gyógyteák: apróbojtorján, kecskerutafű, sédkenderfű, gyermekláncfű, kutyabengekéreg)*
- *colon-hidroterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)