

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2025. október 06.

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.
- Jól látható módon kell jelölni a dolgozatban előforduló hibákat, tévedéseket.
- A rendelkezésre bocsátott megoldási javaslatot szükséges használni a javításához, az egységes objektív értékelés megvalósítása érdekében.
- A megoldólapban ferde vonallal (/) kerültek jelölésre az egymással egyenértékű helyes válaszok.
- Ponthatáron belül a megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a csillaggal (*) jelölt kérdéseknél.
- Fogalommeghatározás esetén maximális pontszám csak akkor adható, ha a megoldásban aláhúzott kulcsszavak maradéktalanul szerepelnek a vizsgázó megoldásában.
- Azoknál a feladatoknál, amelyeknél több válasz közül kell a vizsgázóknak a jó megoldást kiválasztani, az összes válasz megjelölése esetén a válaszra 0 pontot kell adni. Amennyiben a lehetséges jó válasznál több kerül megjelölésre, a pontszámot csökkenteni kell a többletválaszok számával.
- Tekintettel az írásmód eltérő gyakorlatára kérjük, hogy ne a helyesírást, hanem a tartalmat értékeljék.
- 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.*

5 pont

Ismertesse a komplementer gyógyítók részéről a daganatkezeléssel szemben elvárt, etikus hozzáállás szempontjait!

- *csak olyan gyógymódok alkalmazhatók, amelyek valamilyen szintű szaklapokban publikált tudományos eredménnyel rendelkeznek daganatok esetén*
- *csak olyan gyógymódok alkalmazhatóak, melyek bizonyosan nem károsak a beteg egészségére*
- *csak kiegészítőként használhatók ezek a szerek és módszerek, kivéve, ha a beteg maga rendelkezik úgy, hogy ő a konzervatív onkológia módszereit elutasítja*
- *csak a témában képzett orvos irányíthatja a komplementer daganatterápiát*
- *nem orvos természetgyógyász csak a beteg kezelésére szerződött orvos iránymutatásai szerint végezhet bizonyos részfeladatokat a kezelésben*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.

3 pont

Húzza alá a reguláció azon folyamatait, melyeknél a kóros állapot visszafordítható, maradandó nyom nélkül gyógyul!

- exkréció
- impregnáció
- neoplazma
- reakció
- depozíció
- degeneráció

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

5 pont

Írjon le öt esetet, amikor lázas gyermekkel javasolt az orvos felkeresése!

- *3-6 hónaposnál fiatalabb csecsemő*
- *erős fejfájás, tarkómerevség, vagy ha szokatlanul zavaró a fény*
- *nehezített légzés, fulladás*
- *nem kielégítő mennyiségű folyadék fogyasztása*
- *folyamatos hányás*
- *aluszékonyság, vagy zavart tudatállapot*
- *heves fájdalom*
- *a bőrön vörös-lila foltok, vérzések vagy kiütések láthatóak*
- *3 nap után sem javulnak az enyhe fertőzőes tünetek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

3 pont

Soroljon fel a lehetséges komplementer gyógymódok közül hármat, szemfenék-megbetegedések esetén!

- *Bates–Koplakov–Schneider-féle módszer alkalmazása*
- *akupresszúra 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!)

5.

5 pont

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

A. lapockatávolság	1. HL
B. nagyhas-térfogat	2. BM
C. lordózismérték	3. SA
D. nyakhossz	4. LO
E. hastérfogat	5. GBM

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.*

3 pont

Nevezzen meg a természetgyógyászatban használt pszichológiai jellegű tesztek közül hármat!

- *pozitív gondolkodás teszt*
- *a stressz hatásait mérő tesztek*
- *a pszichológiai immunrendszert mérő tesztek*
- *életminőség-kérdőívek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.*

3 pont

Írja le azokat a Head-féle reflexzónán tapasztalható eltéréseket, melyekből 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!)

8.

3 pont

Nevezze meg az anamnézis egyes fajtáit a meghatározások alapján!

A természetgyógyász a leggyakrabban ezt veszi fel, hogy tájékozódjon az elrendelt kezelés szempontjából fontos történetekről és panaszokról.

...*helyzetanamnézis*...

Amikor az orvosnak vagy a gyógyítónak azonnali intézkedésre van szüksége, akkor csak a legfontosabb, az akut teendőket megszabó információk után érdeklődik.

...*sürgősségi anamnézis*...

Minden fontos anamnesztikus adatot magában foglal. Az egymást követő találkozások alkalmával, a bizalom erősödésével és az állapot változásával folyamatosan bővül, és sohasem ér véget.

...*szisztematikus, teljes anamnézis*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.*

3 pont

Soroljon fel a mikrorendszerek diagnosztikai előnyei közül hármat!

- *nagy részük könnyen hozzáférhető*
- *többségük eszköz, műszer nélkül, megtekintéssel vagy tapintással is vizsgálható*
- *a diszharmónia korai stádiumában már jeleznek (pl.: energiaáramlási és eloszlási zavarok, betegség előtti állapotok, funkcionális problémák), így korai stádiumban, a súlyosabb betegség kialakulása előtt lehetővé teszik a beavatkozást*
- *használatuk biztonságos, gyors, a beteget nem terheli*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.

3 pont

Fejezze ki számokban, a homeopátiában használatos hígítások nagyságrendjét!

D = ...*10*...

C = ...*100*...

LM = ...*50.000*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

5 pont

Írjon le a bélflóra rendezési lehetőségei közül ötöt!

- *növényi alapú étrend*
- *bőjt*
- *bő folyadékfogyasztás*
- *colon-hidroterápia*
- *hashajtás*
- *májpakolás*
- *reflexzóna-kezelés*
- *ózonkezelés*
- *pre- és probiotikus kezelés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.

6 pont

Egészítse ki az antropozófus gyógyászat fő élettani rendszereire vonatkozó táblázatot!

Elem	Föld	Víz	Légnemű	Hő és fény
Szervezet	szilárd	folyékony	<i>levegő</i>	<i>hő</i>
Lénytag	<i>fizikai test</i>	étertest	asztráلتest	<i>én-szervezet</i>
Fő szerve	<i>tüdő</i>	<i>máj</i>	vese	szív

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

4 pont

Soroljon fel a Three in One Concepts (One Brain) természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb eszközei közül négyet!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.*

3 pont

Fogalmazza meg röviden az alkoholos gyógynövénykivonatok előnyeit!

Használatukkal elkerülhetővé válik a fűvek romlása, előregedése, a gyógygerő nagyobb része megmarad, és gyakorlatilag korlátlan ideig megőrizhető.

(A helyes válaszra 3 pont adható!)

15.*

4 pont

Nevezzen meg a WHO egészségfejlesztési alapelvei közül négyet!

- *az egyén megerősítése*
- *részvételen alapul*
- *holisztikus*
- *interszektoriális*
- *egyenlő*
- *fenntartható*
- *összetett stratégia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.*

4 pont

Írjon egy-egy példát a méregtelenítési lehetőségekre a megadottak alapján!

- bőrön keresztül - *pl. szauna, gyógyfürdő, izzasztó kúrák*
- bélrendszeren keresztül - *pl. diéta, böjt, hashajtás, beöntés*
- vesén keresztül - *pl. fitoterápiás szerek, homeopátiás szerek*
- tüdön keresztül - *pl. légző gyakorlatok, antropozófikus szerek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

2 pont

Fogalmazza meg röviden a hangadással kísért légzőgyakorlatok szervezetre gyakorolt jótékony hatását csikung gyakorlása során!

Az egyes hangok különböző minőségű rezgésekkel rendelkeznek, melyek befolyásolják a szervezet, elsősorban az idegrendszer működését.

(A helyes válasza 2 pont adható!)

18.*

4 pont

Soroljon fel a légfürdő indikációi közül négyet!

- *fokozott infekciókészség*
- *reggeli fáradtság*
- *depresszióhajlam*
- *idegesség*
- *vegetatív egyensúlyzavar*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.

3 pont

Nevezze meg, hogy a jobb kéz pulzushelyeinek vizsgálatával (mély tapintással „elérve”) mely szervek állapotáról kapunk információt a hagyományos kínai orvoslás szerint!

1. pulzushely: ...*Tüdő*...
2. pulzushely: ...*Lép*...
3. pulzushely: ...*Szívburok*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.*

4 pont

Írjon le a Pitta embertípusra jellemző tulajdonságok közül négyet!

- *fejlett izomzata van*
- *vezető típus*
- *hajlamos a haragra*
- *érzékeny a melegre*
- *fejlett intellektussal rendelkezik*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

3 pont

Húzza alá a tibeti orvoslás szerinti nyálka típusra vonatkozó helyes meghatározásokat!

- a középkorúak hajlamosabbak a betegségeire
- betegségei a hideg kategóriába tartoznak
- 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 őszi, a délután és az éjszaka
- a legifjabbak hajlamosabbak a betegségeire
- hideg, szeles vidékek inkább kedveznek a terjedésének

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

3 pont

Sorolja fel a betegség elsődleges okait a buddhista felfogás szerint!

- *a vágy*
- *a harag*
- *a tompultság*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.

3 pont

Nevezze meg a népi gyógyászat gyógynövényhasználatának forrásait!

- *mágikus eredetű*
- *megfigyelésen és tapasztalaton alapuló*
- *átvétel nyomán meghonosodott alkalmazás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

5 pont

Írjon öt olyan módszert/lehetőséget, amelyeket a természetgyógyász saját lelki egészségének 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!)

25.

5 pont

Határozza meg az alaprendszer (extracelluláris mátrix) funkcióit!

- *transzportút*
- *raktár*
- *információ-, energiaközvetítő*
- *gyökfogó*
- *immunsejtek képző- és raktározóhelye*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

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 stresszhatások érik, mielőtt az adaptációs szakasz lecsengene, a szervezet kimerül és károsodik*

(Helyes válaszonként 2-2 pont adható!)