

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2025. október 07.

V. 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 megoldólapon 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.*

3 pont

Soroljon fel hármat a szemfenék–megbetegedések megelőzésének körébe tartozó komplex látásszűrés elemei közül!

- *glaukóma szűrés - zöldhályog felismerése miatt*
- *funduskamerás szűrés - szemfenék meszesedés felismerése miatt*
- *computeres dioptriaszűrés - szemüveg, dioptria vizsgálat miatt*
- *látótér szűrés - látóideghártya működésének vizsgálata miatt*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.*

5 pont

Írjon le a szívelégtelenség komplementer kezelési lehetőségei közül ötöt!

- *légzésterápia*
- *fitoterápia*
- *fizikális gyógy módok*
- *életmódváltás*
- *antropozófus orvoslás*
- *hagyományos kínai orvoslás*
- *homeopátia*
- *neuráalterápia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

6 pont

Nevezzen meg hat olyan akut állapotot, amikor a természetgyógyásznak orvoshoz kell küldenie a beteget!

- *nagy, görcsös hasi fájdalom*
- *akut, eddig nem ismert légzési nehezítettség*
- *ájulás, eszméletvesztés után*
- *akut kettős látás*
- *baleset után, ha felmerül a belső sérülés, vagy törés gyanúja*
- *ismert krónikus betegség hirtelen állapotromlása*
- *végtagokba sugárzó háti-nyaki fájdalom*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

1 pont

Fogalmazza meg a „Pearl-index” lényegét!

A különböző fogamzásgátló módszerek hatékonyságát mérjük vele.

(A helyes válaszáért 1 pont adható!)

5.

6 pont

Egészítse ki a kínai alkattanra vonatkozó táblázatot!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.*

2 pont

Nevezzen meg a természetgyógyászatban használt regulációs tesztek közül kettőt!

- *leukocytateszt*
- *termovíziós vizsgálat, termoregulációs diagnosztika*
- *Nogier-féle pulzusreflex, Omura-teszt*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.*

3 pont

Határozza meg a hajanalízis vizsgálat alapvető célkitűzéseit! Írjon hármat!

- *a szervezet krónikus ásványhiányainak felderítése*
- *a táplálkozás egyoldalúságának kimutatása*
- *a felszívódás hiányosságainak kimutatása*
- *a szervezetben lévő nehézfémek túlzott előfordulásának kimutatása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.*

5 pont

Soroljon fel ötöt vizuális jelet, melyek a füldiagnosztika (állapotfelmérés) során a mikrozónákban megjelenve működési zavarokra utalhatnak!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.

4 pont

Írja le a biztonságos homeopátiás gyógyszerválasztáshoz keresett teljes értékű helyi tünet négy elemét, akut betegség kezelése esetén!

- *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!)

10.*

2 pont

Fogalmazza meg az osteokinematikában használt mozgáspálya (range of movement, ROM) fogalmát!

Fokokban mérhető elmozdulás egy szegmentumban.

(A helyes válaszáért 2 pont adható!)

11.

4 pont

Egészítse ki a mondat hiányzó részeit!

A természetgyógyász kineziológia segít az ...*egészségmegőrzésben*..., a betegségek ...*megelőzésében*..., gyógyításában, az ...*öngyógyítás*... folyamatában, a betegségek mögött álló problémák feltárásában, és a ...*rehabilitációban*....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.*

5 pont

Sorolja fel azokat a tényezőket, amelyek befolyásolják a bélflóra kialakulását, illetve módosulását! Írjon ötöt!

- *genetikai adottságok*
- *a szülőcsatornában lévő baktériumok*
- *a szülőszobában lévő flórája*
- *a szoptatás során bekerülő baktériumok*
- *táplálékkal bevitt csírák*
- *egyéb módon bevitt csírák (érintés, belégzés stb.)*
- *életmód*
- *stressz*
- *immunrendszer aktivitása*
- *gyomor- és béltraktus szekréciója*
- *hasnyálmirigy nyákszékreciója*
- *epelválasztás és -ürülés megváltozása*
- *egyéb rizikófaktorok*
- *allergia vagy túlérzékenységi hajlam*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

4 pont

Írjon az antropozófus gyógyászat terápiás szintjeihez egy-egy példát!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.

2 pont

Nevezze meg a gyógyteakészítés módozatait az alábbi meghatározások alapján! Válaszait írja a pontozott vonalakra!

Hideg vízbe szórjuk a drogot, felforraljuk, 10-30 percen át lefedve kis lángon főzzük, majd leszűrjük:

... *főzet* ...

A drogot leöntjük forró vízzel, 5-10 percig állni hagyjuk, majd leszűrjük:

... *forrázat* ...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.*

6 pont

Jellemezze a szaunát és az egyéb forró kamrákat a megadott szempontok szerint!

Használatuk célja:

- *a vérkeringés javítása*
- *a bőrön keresztül történő méregtelenítés serkentése*

Használatuk ellenjavallatai: Írjon négyet!

- *lázás betegség*
- *ingadozó vérnyomás*
- *sugárkezelés utáni állapot*
- *nyirokutak elzártsága*
- *súlyos daganatos megbetegedés*
- *hyperthyreosis (pajzsmirigy-túlműködés)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.*

6 pont

Ismertesse az antioxidáns anyagokat az alábbi szempontok szerint!

Fogalma:

A szabad gyökök megsemmisítésére, lekötésére alkalmas anyagok.

Antioxidánsok szintjét növeli: Írjon négyet!

- *szelén bevitele*
- *cink bevitele*
- *A-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *E-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *C-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

4 pont

Soroljon fel a légfürdő indikációi közül négyet!

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.

4 pont

Húzza alá azokat a módszereket, amelyeket a hagyományos kínai gyógyászat alkalmaz!

- csakra harmonizálás
- köpölyözés
- urinoterápia
- moxaterápia
- homeopátia
- akupunktúra
- eurytmia
- neuráalterápia
- jóga
- csikung

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.*

3 pont

Fogalmazza meg a gyógyítás célját a hagyományos tibeti orvoslás szerint!

A gyógyítás célja a Három Nedv, a Test 7 Fizikai Alkotóeleme és a Salakanyagok egyensúlyának helyreállítása.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.*

6 pont

Nevezze meg azokat az egyéb szempontokat, melyeket meg kell ítélnie az ájurvédikus orvosnak a dósák állapotának felmérése mellett!

- *a kiváltó faktor*
- *a folyamat kezdete*
- *a folyamat lokalizációja*
- *a progresszió foka*
- *az enyhülés*
- *a következmény*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

3 pont

Egészítse ki az alábbi mondatot!

Az ...*akupunktúrás csatornáiban*... az energia áramlásának irányát is a vezeték ...*jin*..., illetve jang ...*jellege*... határozza meg

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

4 pont

Csoportosítsa az alábbi, természetgyógyászatra és hivatalos orvoslásra használatos kifejezéseket! Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!

1. marginális orvoslás
2. allopatikus orvoslás
3. biomedicina
4. parallel orvoslás

Hivatalos orvoslás: ...*2.*, *3.*...

Természetgyógyászat: ...*1.*, *4.*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.*

5 pont

Soroljon fel az alaprendszer normális szabályozását akadályozó belső tényezők/gátak (regulációs gócok) közül ötöt!

- *elhalt fogak*
- *műtési és gyulladásos hegek*
- *felborult, kóros bélflóra*
- *idült gyulladások*
- *intrauterin fogamzásgátlók*
- *beépített protézisek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.*

2 pont

Ismertesse a kongruens kommunikáció jelentését!

A verbális és nonverbális kommunikáció egymásnak megfelel és egymást erősíti.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.*

5 pont

Írjon le öt olyan módszert/lehetőséget, amelyet a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénájának) 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!)
