

M E G O L D Ó L A P

szakmai írásbeli vizsga

Természetgyógyászati alapmodul

2025. október 08.

VI. 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.*

3 pont

Soroljon fel a passzív házak lehetséges energiaforrásai közül hármat!

- *napsugárzás*
- *az épületben tartózkodó emberek teste által kisugárzott hő*
- *az épületben lévő műszaki berendezések működése által kisugárzott hő*
- *földhő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.*

6 pont

Határozzon meg hat olyan tényezőt, mely a protonkoncentrációt (savasságot) befolyásolja!

- *életkor*
- *diéta jellege*
- *az élelmiszerek minősége*
- *a légzés minősége*
- *a fizikai megterhelés mértéke*
- *bizonyos betegségek fennállása*
- *edzettség*
- *a szervezet általános állapota*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.*

2 pont

Írja le az orvoslás és a természetgyógyászat viszonyára vonatkozó vegyes csoportba sorolás lényegét!

- monopolisztikus jelleg: *meghatározott egészségügyi tevékenységeket csak a hivatalos orvoslás képviselői végezhetnek*
- toleráns jelleg: *a gyógyítás bizonyos területein nem orvos terapeuták is működhetnek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

4 pont

Ismertesse a természetgyógyászati tevékenységet végzők magatartásával/ személyével szemben támasztott elvárásokat! Írjon négyet!

- *legyen felkészült és kompetens*
- *rendelkezzen önismerettel*
- *legyen hiteles*
- *legyen jó kondícióban fizikailag és mentálisan*
- *rendelkezzen empátiával*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.*

4 pont

Írja le az egészséges és beteg szervezet ábrázolását a hagyományos tibeti orvoslás rendszerében!

Az egészséges és beteg állapotot ábrázoló fa bal oldali ága az egészséges állapotot, a jobb oldali pedig a betegséget ábrázolja. Mindkét oldal számos levelet tartalmaz, virág azonban csak a bal oldalon terem, mely a boldogságot, a jóllétet és a világtörvényt szimbolizálja.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

3 pont

Húzza alá az alábbi felsorolásból a dosákat!

- vata
- prakriti
- szatva
- pitta
- radzsasz
- kapha
- tamasz

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.*

5 pont

Ismertesse a folyadékok rendellenességeihez tartozó vízvisszatartás okát és tüneteit a hagyományos kínai orvoslás alapján!

Oka: *a Tüdő, a Lép és a Vese átalakító tevékenysége elégtelen*

Tünetei: Soroljon fel kettőt!

- *ödéma*
- *hurutos köhögés*
- *jin túlsúly*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

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!)

9.*

5 pont

Írjon le öt apiterápiás terméket!

- *méz*
- *virágpor*
- *propolisz*
- *méhméreg*
- *méhempő*
- *méhviasz*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.*

4 pont

Nevezzen meg a gyógynövényből készült olajok alkalmazásának indikációi közül négyet!

- *fájdalomcsillapítás*
- *hámosodás serkentése*
- *a nyálkahártya elváltozásainak kezelése*
- *fekélyek kezelése*
- *kozmetikai célok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.*

3 pont

Fogalmazza meg röviden a wellness irányzat jelentését!

Az egészséges állapoton, fittségen túl a testi, lelki, érzelmi és szellemi teljesítőképesség, tűrőképesség fokozódását is jelenti.

(A helyes válaszra 3 pont adható!)

12.*

5 pont

Soroljon fel ötöt a tajcsi csuan gyakorlás alapelvei közül!

- *a hát egyenes, a mellkas mentes minden feszültségtől*
- *a csípő és a derék laza*
- *a légzés az orron keresztül történjen*
- *az alsó- és felsőtest összehangolása*
- *a „teli” és az „üres” megkülönböztetése (ez jelenti egyfelől a testsúly szakadatlan áthelyezését egyik lábról a másikra, másrészt a feszítés és ellazítás közötti különbségtételt)*
- *a figyelem és a belső energia alkalmazása a fizikai erő helyett*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.*

2 pont

Határozza meg a makronutriensek fogalmát!

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

(A helyes válasza 2 pont adható!)

14.*

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!)

15.*

4 pont

Foglalja össze az oxidatív stressz lényegét!

A zsírok, fehérjék, nukleinsavak oxidációja nyomán létrejövő egyensúlyvesztés a szabadgyök-képződés és az antioxidáns státusz között, ami molekuláris szinten sejtkárosodáshoz vezet.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.*

5 pont

Sorolja fel a Touch for Health (TFH) természetgyógyászati kineziológiai módszer főbb korrekciós eszközeit! Írjon ötöt!

- *NL-zónák*
- *NV-pontok*
- *akupresszúra pontok*
- *érzelmi stresszcsökkentő pontok*
- *szín*
- *hang*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.*

3 pont

Ismertesse a hasonlósági szabályt a megadottak szerint!

A szabály lényege: *...a betegség olyan gyógyszerrel gyógyítható, amely egy egészséges embernél a betegünk tüneteéhez hasonlót fog kiváltani...*

A szabályt alkalmazó természetgyógyászati ág: *...homeopátia...*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

18.*

2 pont

Határozza meg az ízületi aktív határ fogalmát!

...Az akaratlagos izommozgással elérhető ízületi végállás....

(A helyes válaszra 2 pont adható!)

19.*

2 pont

Írja le az ECIWO kifejezés jelentését!

„Embrió, amely tartalmazza az egész szervezet információit.”

(A helyes válaszra 2 pont adható!)

20.*

4 pont

Nevezzen meg a hőkamerás vizsgálat során látható, észlelhető elváltozások közül négyet!

- *gyulladások (fogászati, melléküreg, ízület)*
- *nyirokpangások (fibromyalgia, hasi zónák)*
- *reflexzónák funkciózavarai (háti szervzónák)*
- *degeneratív elváltozások (térdarthrosis)*
- *túlterhelések (gerincfájdalmak differenciálása)*
- *túl- és alulműködések (pajzsmirigy)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.*

3 pont

Soroljon fel három tényezőt, amely befolyásolja a Voll-féle elektroakupunktúrás vizsgálat eredményét!

- *a mérőelektroda bőrre gyakorolt nyomásának ereje*
- *a bőr nedvessége*
- *az akupunktúrás pont pontos lokalizálása*
- *a felmérést végző tapasztalata*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

5 pont

Párosítsa a kínai alkattan Öt Fázis szerinti alkati típusokat a rájuk jellemző arcszínekkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válaszok sorszámát!

- | | |
|---------------|------------------|
| A. Fa típus | 1. vörös tónusú |
| B. Tűz típus | 2. fehéres |
| C. Föld típus | 3. zöldes tónusú |
| D. Fém típus | 4. sötét tónusú |
| E. Víz típus | 5. sárgás tónusú |

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

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.*

2 pont

Ismertesse Dr. Franz Xaver Mayr kórfolyamatokra vonatkozó feltevését!

Minden kórfolyamat a bélből indul ki, és ha változtatni akarunk ezen, akkor kímélő kúrával kell gyógyítani az emésztőrendszert.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.

5 pont

Csoportosítsa az alábbi gyógynövényeket a vesekő távozását segítő kezelések szerint! Írja a betűjeleket a megfelelő helyre!

- A. festőbuzér (Rubia tinctorum)
- B. aranyvesszőfű (Solidago sp.)
- C. tövises iglice (ononis spinosa)
- D. gyermekláncfű (taraxacum officinale)
- E. nyírfalevél (betula pendula)

görcsoldó: ...**C**....

vízajtó: ...**B, D, E**....

kőoldó: ...**A**....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

25.*

6 pont

Nevezzen meg hat természetgyógyászati módszert, amelyek depresszió kezelésben használhatók/alkalmazhatók!

- *gyógynövények*
- *táplálékkiegészítők*
- *biofeedback*
- *homeopátia*
- *jóga*
- *csi-kung*
- *fitoterápiás szerek pl.: avena sativa, komló, levendula, orbáncfű*
- *kineziológia, pszichokineziológia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

26.*

4 pont

Soroljon fel a hajhullás leggyakoribb okai közül négyet!

- *ásványianyag-hiány*
- *a máj működési zavara*
- *a vese működési zavara*
- *nehézfémterheltség*
- *belső mérgezettség állapota*
- *hormonális zavar*
- *allergia*
- *lelki ok*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)
