

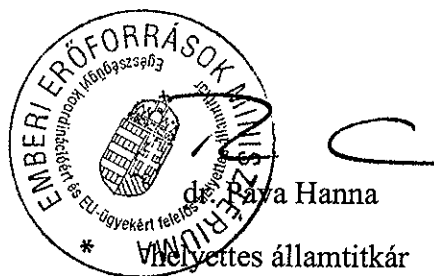


**EMBERI ERŐFORRÁSOK MINISZTERIUMA**  
**Egészségügyi Koordinációért és EU-ügyekért Felelős**  
**Helyettes Államtitkár**

Iktatószám: 22369-1 /2014 /EAHUF

A komplex vizsgáztatás szabályairól szóló 315/2013. (VIII.28.) Korm. rendelet 3.§. (2) bekezdésében foglaltak alapján az alábbi tartalmú szakmai vizsga szóbeli tételt **jóváhagyom.**

Budapest, 2014. április *10*



<b>OKJ azonosítószám</b>	<b>32 720 01</b>
<b>Szakképesítés megnevezése</b>	<b>Egészségfejlesztési segítő</b>
<b>Vizsgatevékenység megnevezése</b>	<b>Szóbeli vizsgatevékenység</b>
Vizsgafeladat megnevezése	Elméleti ismeretek reprodukálása
Vizsgafeladat időtartama	45 perc (felkészülési idő 30 perc, válaszadási idő 15 perc)
Vizsgafeladatok száma	30
Elektronikus elérési út	<a href="http://www.etiped.hu">www.etiped.hu</a>
Készítette	Gyógyszerészeti és Egészségügyi Minőség- és Szervezetfejlesztési Intézet Egészségügyi Emberi Erőforrás Fejlesztési Főigazgatósága
Jogszabályi háttér	Az emberi erőforrások minisztere ágazatába tartozó szakképesítések szakmai és vizsgakövetelményeiről szóló 37/2013. (V. 28.) EMMI rendelet; Az állam által elismert szakképesítések szakmai követelménymoduljairól szóló 217/2012. (VIII. 9.) Kormányrendelet;

# **Emberi Erőforrások Minisztériuma**

## **32 720 01 Egészségfejlesztési segítő**

### **Komplex szakmai vizsga**

### **Szóbeli vizsgatevékenység**

#### **A vizsgafeladat megnevezése:**

A vizsgafeladat időtartama: 45 perc (felkészülési idő: 30 perc, válaszadási idő 15 perc)

A vizsgafeladat értékelési súlyaránya: 20%

A 315/2013. (VIII.28.) Korm. rendelet 3. § (2) bekezdésében foglaltak alapján a szakmai vizsga szóbeli tételét a 22369-1/2014/EAHUF számon kiadom.

2014

GYEMSZI

Egészségügyi Emberi Erőforrások Főigazgatóság

A vizsgafeladat ismertetése:

A szóbeli vizsgatevékenység központilag összeállított vizsgakérdései a 4. Szakmai követelmények fejezetben szereplő szakmai követelménymodulok témaköreinek mindegyikét tartalmazzák.

A feladatsor első részében találhatóak az 1-30-ig számozott, A és B feladatot tartalmazó vizsgakérdések. Ezek lesznek a húzótételek.

A második részben található a tanári példány, mely az értékelést segíti.

**A tételsor a 37/2013. (V.28.) EMMI rendeletben foglalt szakképesítés szakmai és vizsgakövetelménye alapján készült.**

---

2 / 65

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**1. A.**

Sorolja fel hazánk egészségügyi ellátórendszerének szereplőit! Nevezze meg az egészségügyi szolgáltatások formáit, és mondja el azok feladatait!

**1. B.**

Ismertesse a háztartási balesetek gyakori veszélyforrásait és azok megszüntetésének lehetőségeit!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**2. A.**

Határozza meg az egészségfejlesztési segítő – egészségügyi szakdolgozó – helyét, szerepét az egészségügyi ellátó rendszerben!

**2. B.**

Ismertesse a légzőrendszer felépítését (anatómiai részeit) és egészséges működését! Mondjon példát a dohányzás légzőrendszerre és a szervezet egészére gyakorolt hatására! Sorolja fel a dohányzás visszaszorítása érdekében tett állami intézkedéseket!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**3. A.**

Határozza meg a személyes gondoskodás fogalmát és formáit, az önkormányzatok ezzel kapcsolatos céljait és feladatait! Térjen ki egy példán keresztül a szociális alapszolgáltatások és a szociális gondozás biztosításának céljára, formáira!

**3. B.**

Ismertesse a szív és érrendszer (a keringési rendszer) főbb részeit, felépítését (anatómiai részeit) és egészséges működését! Indokolja meg, hogy a kezeletlen magasvérnyomás-betegség miért kockázati tényezője a szív és érrendszeri megbetegedéseknek! Beszéljen arról, mire hívja föl a kezeletlen magasvérnyomás-betegségtől szenvedő betegek figyelmét!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**4. A.**

Ismertesse az egészségügyi dolgozóval szemben elvárt etikai követelményeket!

**4. B.**

Ismertesse a fenyegető keringésmegállásra utaló, hirtelen fellépő jeleket! Határozza meg az egészségfejlesztési segítő feladatait megfelelő sorrendben, ezek észlelése kapcsán!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**5. A.**

Határozza meg az egészségnevelés célját és feladatait! Határozza meg az egészségfejlesztési segítő lehetséges feladatait az egészségkultúráltság növelésében és az egészségnevelésben! Hozzon példát az elsődleges (primer) prevencióra és mondja el a szűrések jelentőségét!

**5. B.**

Ismertesse az emésztőrendszer felépítését (anatómiai részeit), szakaszait és egészséges működését! Mondja el, hogy milyen összefüggésbe hozható a helytelen táplálkozás az emésztőrendszeri megbetegedésekkel!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF





**6. A.**

Sorolja fel az egyes életkori szakaszokat! Ismertesse a serdülőkori életszakasz jellemzőit! Jellemezze a serdülőkori változások miatt gyakrabban bekövetkező otthoni, iskolai problémákat!

**6. B.**

Ismertesse az égési sérülés osztályozását, fokozatait, jellemző tüneteit és az ellátás menetét!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**7. A.**

Határozza meg a kommunikáció fogalmát! Ismertesse, hogy mit értünk hiteles, önmagával egyező kommunikáció alatt! Szemléltesse egy példán keresztül, hogy az egészségfejlesztési segítő munkája során miért fontos a kongruens kommunikáció!

**7. B.**

Ismertesse a szén-monoxid mérgezés tüneteit és a mérgezett személy ellátásának menetét! Magyarázza el, hogy az egészségfejlesztési segítő munkája kapcsán miért fontos felhívni a figyelmet ezekre a tünetekre!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**8. A.**

Sorolja fel a kommunikációs zavarokat! Fogalmazza meg, hogy hallássérült személlyel történő kommunikáció során mire kell különösen figyelnie!

**8. B.**

Sorolja fel a mozgás szervrendszerének részeit! Ismertesse az ízületek felépítését, azok mozgásban betöltött szerepét és feladatait! Ismertesse a kor előrehaladtával jelentkező mozgásszervi panaszokat! Mondjon néhány példát a mozgás segítésének lehetőségeire!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**9. A.**

Ismertesse a magyarországi vezető halálokokat, illetve azok tényezőit a népegészségügyi adatok alapján! Hasonlítsa össze a jó és a rosszindulatú daganatokat, azok jellemzői és gyógyulási esélyeik alapján!

**9. B.**

Ismertesse saját településén a környezetvédelem főbb feladatköreit!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**10. A.**

Ismertesse a leggyakoribb szív- és érrendszeri megbetegedéseket! Emelje ki azok hajlamosító-, és rizikótényezőit!

**10. B.**

Ismertesse a gyógyszerformákat, a felszívódást és a gyógyszerhatást befolyásoló tényezőket! Foglalja össze, hogy az otthoni öngyógyszerelés során a betegnek mire szükséges fokozottan figyelnie!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**11. A.**

Ismertesse a leggyakoribb légzőrendszeri megbetegedéseket! Magyarázza el, hogy a TBC-s megbetegedés kialakulására és terjedésére milyen szociális és életvitelbeli tényezők hajlamosítanak!

**11. B.**

Ismertesse a láz formáit, jellemzőit! Beszéljen a hőmérséklet csökkentésének fizikális és gyógyszeres lehetőségeiről!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**12. A.**

Ismertesse a gyomor- és bélrendszer leggyakoribb megbetegedéseit! Sorolja föl az egészséges táplálkozás alapelveit és annak az emésztőrendszerre gyakorolt kedvező hatásait!

**12. B.**

Sorolja fel az egészségi állapotot meghatározó főbb tényezőket! Részletesen Mondja el az egyén életmódjából következő befolyásoló tényezőket!

*Rauk Edit*



**13. A.**

Ismertesse a máj és az epeutak gyakori megbetegedéseit! Határozza meg miért fontos a megfelelő személyi és a környezeti higiéné a „Hepatitis A” vírusfertőzés elkerülésében!

**13. B.**

Sorolja fel a népegészségügyi programmal kapcsolatos egészségfejlesztési segítői feladatokat!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF





**14. A.**

Ismertesse a diabetes mellitus fogalmát, formáit, a betegség jellemző tüneteit és kezelésének módzatait! Foglalja össze az otthoni diéta betartásának fontosságát cukorbetegség esetén!

**14. B.**

Sorolja fel a szervezett szűrés formáit és mondja el azok jelentőségét a betegségek megelőzésében! Egészségfejlesztési segítőként mondja el, hogy egy-egy szűrés mely megbetegedések megelőzését, korai felismerését szolgálják!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**15. A.**

Sorolja fel a csecsemőkori hasmenéses betegségek kiváltó okait! Mondja el, hogy az egészségfejlesztési segítőnek milyen feladatai vannak a fertőzőes hasmenéses betegségek megelőzése során!

**15. B.**

Jellemezze a leghátrányosabb helyzetű kistérségek népegészségügyi helyzetét! Fogalmazza meg, hogy az egészségfejlesztési segítő tevékenység hogyan járulhat hozzá az LHH népegészségügyi helyzetének javításához!

*Rauk Edit*



**16. A.**

Ismertesse a szegénység egészségre gyakorolt hatásait, és sorolja föl a veszélyeztetett csoportokat! Fogalmazza meg miért fontos az egészségfejlesztési segítőnek e csoportokra különösen odafigyelnie!

**16. B.**

Csoportosítsa az emberi megbetegedést okozó kórokozókat és egy-egy példán keresztül! Jellemezze a kórokozók terjedésének lehetséges módjait!

*Rauk Edit*



**17. A.**

Határozza meg a munkaviszony létesítéséhez szükséges dokumentumokat! Ismertesse az önéletrajz készítésének alapvető formai és tartalmi elemeit valamint a kötelezően megjelenítendő személyes adatokat!

**17. B.**

Sorolja fel az ember környezetében élő vérszívó kártevőket! Határozza meg, hogy az egészségfejlesztési segítőnek milyen feladatai vannak a kártevők, vagy a kártevők által okozott egészségügyi problémák jelentkezése kapcsán!

*Rauk Edit*



**18. A.**

Határozza meg a fertőtlenítés fogalmát! Sorolja fel a fertőtlenítés főbb formáit! Mondja el egy példán keresztül a kézhigiéné jelentőségét az egészségfejlesztési segítő szemszögéből!

**18. B.**

Jellemezze a fájdalmat, mint a szervezet jelző reakcióinak egyikét (erősség, kiterjedés, jelleg)!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**19. A.**

Ismertesse az ifjúkor (18-24 év) életkori sajátosságait! Foglalja össze az egészségfejlesztési segítő közreműködését a családi életre való felkészülés és a felelős gyermekvállalás folyamatában!

**19. B.**

Ismertesse az ételek elkészítésének és tárolásának alapvető szabályait!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**20. A.**

Ismertesse a felnőttkor (24-65 év) életkori sajátosságait! Mondja el a gyermekek fejlődését segítő család érzelmi környezetét! Térjen ki a gyermek nevelésében kiemelten fontos szülői felelősség kérdésére is!

**20. B.**

Ismertesse az elektromos készülékek használatával kapcsolatos alapvető, érintésvédelmi szabályokat!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**21. A.**

Ismertesse az időskor (a 65 év felettek) életkori sajátosságait! Mondja el egy példán keresztül a család, mint támogató környezet szerepét időskorban!

**21. B.**

Sorolja fel a stroke jellemző figyelemfelhívó tüneteit! Ismertesse az egészségfejlesztési segítő feladatait, a figyelmeztető jelek észlelése esetén!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF





**22. A.**

Sorolja föl a fogyatékoság formáit! Részletezze, hogy milyen feladatai vannak az egészségfejlesztési segítőnek látássérült kliens gondozása, ápolása kapcsán!

**22. B.**

Ismertesse a mozgásszegény életmód és a mozgás szervrendszerét érintő betegségek kialakulása közötti összefüggéseket!

*Rauk Edit*



**23. A.**

Sorolja fel a kötelező védőoltásokat! Foglalja össze röviden a védőoltások beadásának fontosságát! Ismertesse az egészségfejlesztési segítő védőoltással kapcsolatos közreműködési lehetőségeit a védőnők munkájában!

**23. B.**

Ismertesse a személyi higiéné fogalmát, területeit! Mutasson rá az egészségfejlesztési segítő megfelelő személyi higiénéjének jelentőségére!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**24. A.**

Mondja el a hulladékgazdálkodás fontosságát és a veszélyes hulladékok elkülönített kezelésének jelentőségét! Adjon tanácsot a házi patikában lévő lejárt gyógyszerek kezelésével kapcsolatban!

**24. B.**

Mondja el a civil segítőik és a történelmi egyházak szerepét az egészséges életvitel kialakításában és fenntartásában, valamint az életvég felé közeledők és családjuk segítségében! Fogalmazza meg a hit és a vallás gyakorlásának jelentőségét az egyén és a közösség életében!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**25. A.**

Mondja el az egyén egészséges életmódjának befolyásoló tényezőit és az egészség tudatos magatartás szerepét! Jellemezze a különböző életkorban az egészséges táplálkozás, a mozgás, és a szabadidő megfelelő eltöltésének lehetőségeit!

**25. B.**

Ismertesse az alkoholizmus tüneteit, kezelésének és megelőzésének lehetőségeit!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**26. A.**

Ismertesse a fertőzés létrejöttének lépéseit! Határozza meg az egészségfejlesztési segítő szerepét, feladatait a háztartásokban előforduló fertőzések megelőzésében!

**26. B.**

Ismertesse a gyermekekkel kapcsolatos háztartási balesetek veszélyforrásait és a megelőzés lehetőségeit!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**27. A.**

Ismertesse a lelki válságban levők segítségének, támogatásának lehetőségeit, az egészségfejlesztési segítői tevékenység során! Mondja el az egészségfejlesztési segítő teendőit tudomására jutott öngyilkossági szándék esetén!

**27. B.**

Ismertesse a hőártalmak közül a lehúlésees hőártalom tüneteit, kialakulásának jellemzőit! Részletezze a téli időszakban előforduló ártalmakat, azok elkerülésének lehetőségeit!

*Rauk Edit*



**28. A.**

Ismertesse az egészségfejlesztés folyamatát! Fogalmazza meg az egészségfejlesztési segítő feladatait és lehetőségeit a közösségi egészségfejlesztés területén! Mondja el az egészséges életmódhoz kapcsolódó közösségi rendezvények szervezésének indokait és általános célkitűzéseit LHH térségi példán keresztül!

**28. B.**

Ismertesse a gyermekkori hiánybetegségeket, térjen ki a táplálkozás és a hiánybetegségek összefüggéseire és az egészségfejlesztési segítő feladataira gyermekkori alultápláltság észlelése kapcsán!

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**29. A.**

Sorolja fel a gyógyszer szervezetbe juttatásának módjait! Mondjon egy-egy példát az egyes bejuttatási módokra!

**29. B.**

Ismertesse a tűzjelzés módjait, jelentőségét és teendőit! Mondja el a tűz bejelentésének szabályait!

*Rauk Edit*





**30. A.**

Ismertesse az emberi alapszükségeket és az egészségfejlesztési segítő teendőit annak kielégítésében a családi, otthoni környezetben!

**30. B.**

Ismertesse az egészség fogalmát és Mondja el az egészségi állapot felmérésének lehetőségeit!

Hitelesítve:

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



## AZ ÉRTÉKELÉS SZEMPONTJAI

### Tanári példány

#### 1. A.

Sorolja fel hazánk egészségügyi ellátórendszerének szereplőit! Nevezze meg az egészségügyi szolgáltatások formáit, és mondja el azok feladatait!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- alapellátás – szakellátás
- háziorvosi – gyermek háziorvosi
- járóbeteg-szakellátás
- fekvőbeteg-szakellátás
- egyéb ellátási formák
- ügyeleti ellátás
- mentés – sürgősségi ellátás
- betegszállítás
- ápolás
- egyes különleges ellátási igényt kielégítő egészségügyi szolgáltatások (pl. haldokló beteg gondozása, rehabilitáció stb.)

#### 1. B.

Ismertesse a háztartási balesetek gyakori veszélyforrásait és azok megszüntetésének lehetőségeit!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- veszélyforrások:
- szűrő-vágó eszközök – tárolása, használata
- forró folyadékok, a gyermekek távol tartása a tűzhelytől és a forró edényektől
- gyúlékony anyagok zárt tárolása
- nyílt láng felügyelete
- háztartási / mezőgazdasági vegyszerek zárt tárolása, eredeti edényben, ételminszertől messze
- gyógyszerárolás betartása
- leesés, beleesés elkerülése (fa, létra, kutak, tavak)
- elcsúszás, megcsúszás veszélye (felmosás, síkosságmentesítés)

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



## 2. A.

Határozza meg az egészségfejlesztési segítő – egészségügyi szakdolgozó – helyét, szerepét az egészségügyi ellátó rendszerben!

### Kulcsszavak, fogalmak:

- helye és szerepe
- munkája az alapellátáshoz kapcsolódik
- közösségi szolgálatot végez
- együttműködik az egészségügyi szolgáltatókkal
- munkáját a lakosság körében, családok mellett végzi
- segíti a lakosság egészségügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférését
- segítő kapcsolatot alakít ki és tart fenn a köznevelési intézményekkel és civil szervezetekkel
- fogyatékkal élők segítése
- team munkában való részvétel
- főbb feladatok
- rizikótényezők felismerése, orvoshoz irányítás
- a hátrányos, illetve halmozottan hátrányos helyzetben lévő egyéneket és családokat segíteni, megfelelő szakellátó helyekre irányítani (egészségügyi és/vagy szociális)
- segíteni a családokat a megélhetési problémákból fakadó krízishelyzetek kezelésében, megoldásában
- felmérni az egyén és a család alapvető szükségleteit, és felismerni a szükségletek módosulása miatt bekövetkezett problémákat
- segíteni az egyénnek, illetve családnak a tartósan beteg, vagy fogyatékos gyermek vagy felnőtt gondozásában, ápolásában
- elősegíteni az egyének részvételét a lakosság körében végzett szűrővizsgálatokon

## 2. B.

Ismertesse a légzőrendszer felépítését (anatómiai részeit) és egészséges működését! Mondjon példát a dohányzás légzőrendszerre és a szervezet egészére gyakorolt hatására! Sorolja fel a dohányzás visszaszorítása érdekében tett állami intézkedéseket!

### Kulcsszavak, fogalmak:

- részei a felső és alsó légutak
- felső légutakhoz tartozik az orrüreg és a garat
- az alsó légutak a gégét, a légcsövet és a tüdőt jelentik
- külső légzés, belső légzés, gázcsere, belégzés – kilégzés
- légzőközpont
- idegi, reflexes, kémiai légzésszabályozás
- dohányzás: nikotin hatásai
- lokális és globális hatás
- kockázati tényező (tüdőtágulás, tüdőrák, keringési betegségek)
- visszaszorítása: csak engedéllyel áruhátható, 18 év felett, középületek dohányfüst-mentessége, bejárattól 5 m-ig nem lehet, ingyenes leszoktató programok

Hitelesítve:

34 / 65

*Raut Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



### 3. A.

Határozza meg a személyes gondoskodás fogalmát és formáit, az önkormányzatok ezzel kapcsolatos céljait és feladatait! Térjen ki egy példán keresztül a szociális alapszolgáltatások és a szociális gondozás biztosításának céljára, formáira!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- a személyes gondoskodás: az állam illetve az önkormányzat által biztosított szociális alapszolgáltatás és szakosított ellátás, amelyet a szociálisan rászorultak vehetnek igénybe
- gondozás: az egészség megtartása, annak elősegítése
- előgondozás, gondozásba vétel
- időszakos, állandó
- teljes, részleges
- szociális alapszolgáltatások célja: a szociálisan rászorulóknak részére saját otthonukban és lakókörnyezetükben önálló életvitelük fenntartásában, valamint egészségi állapotukból, mentális állapotukból vagy más okból származó problémáik megoldásának érdekében biztosított ellátások
- formái: falugondnoki, illetve tanyagondnoki szolgáltatás, szociális étkeztetés házi segítségnyújtás, családsegítés, jelzőrendszeres házi segítségnyújtás, pszichiátriai, illetve a szenvedélybetegek részére nyújtott közösségi alapellátás, szenvedélybetegek részére nyújtott alacsonyküszöbű ellátás, támogató szolgáltatás, utcai szociális munka, nappali ellátás

### 3. B.

Ismertesse a szív és érrendszer (a keringési rendszer) főbb részeit, felépítését (anatómiai részeit) és egészséges működését! Indokolja meg, hogy a kezeletlen magasvérnyomás-betegség miért kockázati tényezője a szív és érrendszeri megbetegedéseknek! Beszéljen arról, mire hívja föl a kezeletlen magasvérnyomás-betegségtől szenvedő betegek figyelmét!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- szív kamrai és pitvarai
- szív burkai
- szívbillentyűk
- ingerképző - és vezető rendszer
- érrendszer
- verőerek
- visszerek
- hajszálerek
- vérnyomás
- pulzus
- rizikótényező a magas vérnyomás
- érfal rugalmatlanná válása
- lerakódások
- elzáródás
- infarktus
- embólia
- rendszeres ellenőrzés
- előírt gyógyszerek rendszeres szedése

*Rauk Edit*



#### 4. A.

Ismertesse az egészségügyi dolgozóval szemben elvárt etikai követelményeket!

##### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- előítélet-mentesség
- tolerancia
- empátia
- emberi méltóság - alapvető emberi jog
- esélyegyenlőség biztosítása: életkortól, vallási vagy etnikai hovatartozástól, foglalkozástól, nemtől vagy identitástól független ellátás
- a szakdolgozó az egészségügyi dolgozók egy csoportja
- önfejlesztés, továbbképzés, regisztráció

#### 4. B.

Ismertesse a fenyegető keringésmegállásra utaló, hirtelen fellépő jeleket! Határozza meg az egészségfejlesztési segítő feladatait megfelelő sorrendben, ezek észlelése kapcsán!

##### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- Fenyegető keringésmegállásra utaló, hirtelen fellépő jelek (az újraélesztésre való felkészülésre sürgetnek):
- hirtelen eszméletvesztés,
- légzés kifejezett romlása és/vagy jellegének, típusának megváltozása,
- sápadtság vagy szederjesség,
- hideg verejtékezés, a bőr hűvössé válása,
- a pulzus gyengévé, szabálytalanná, esetleg igen gyérré vagy nagyon szaporává válása,
- nagy mellkasi fájdalom vagy tűrhetetlen fejfájás,
- halálfélelem, nagy gyengeségérzet; a megsemmisülés érzése
- feladatok: segítségkérés (orvos, mentő), újraélesztés megkezdése (sz.e.)

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



### 5. A.

Határozza meg az egészségnevelés célját és feladatait! Határozza meg az egészségfejlesztési segítő lehetséges feladatait az egészségkultúráltság növelésében és az egészségnevelésben! Hozzon példát az elsődleges (primer) prevencióra és mondja el a szűrések jelentőségét!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- egészségnevelés célja: az egészségkultúráltság kialakítása, az egyén alkalmassá tétele arra, hogy egészségével kapcsolatos szükségleteit önmaga kielégítse
- egészségnevelés feladata: az emberek tudatos és felelősségteljes magatartásának kialakítása az ismeretek átadása, az egészségi jártasságok, készségek, szokások kialakítása révén
- prevenció: minden olyan törekvés, amely az egészség fejlesztését, az egészség megőrzését, egészségkárosodás esetén az egészség mielőbbi visszaállítását, illetve a károsodás további súlyosbodásának kivédését szolgálja
- primer prevenció: az elsődleges prevenció az egészség általános védelme, az egészségkárosodás megelőzése, a fizikai állóképesség, a mentális jólét, a környezeti biztonság megőrzése érdekében
- szűréseket végzők – többek között:
  - o háziorvosi szolgálat
  - o házi gyermekorvosi szolgálat
  - o védőnői szolgálat
  - o iskola-egészségügyi ellátás
  - o foglalkozás-egészségügyi ellátás
  - o család- és nővédelmi gondozás
  - o fogászati alapellátás

### 5. B.

Ismertesse az emésztőrendszer felépítését (anatómiai részeit), szakaszait és egészséges működését! Mondja el, hogy milyen összefüggésbe hozható a helytelen táplálkozás az emésztőrendszeri megbetegedésekkel!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- felső szakasz:
- szájüreg
- nyelv
- alsó és felső fogsorban
- nyálmirigyek
- nyelvcsap látható
- szájpad mandulák
- garat
- nyelőcső
- középső szakasz
- gyomor
- vékonybelek

Hitelesítve:

37 / 65

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



- 
- máj
  - epehólyag
  - hasnyálmirigy
  - vastagbél
  - végbél
  - helytelen táplálkozás: minőségi és mennyiségi hibák
  - alultápláltság (tápanyaghiány)
  - elhízás
  - rizikótényező: gyomor és bélrendszeri betegségek (krónikus gyulladások, tumor, aranyér)

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



## 6. A.

Sorolja fel az egyes életkori szakaszokat! Ismertesse a serdülőkori életszakasz jellemzőit! Jellemezze a serdülőkori változások miatt gyakrabban bekövetkező otthoni, iskolai problémákat!

### **Kulcsszavak, fogalmak:**

0 – 1 éves korig: csecsemőkor

1 – 3 éves korig: kisgyermekkor

3 – 6/7 éves korig: óvodáskor

6/7 –10 éves korig: kisiskoláskor

10-18 éves korig: serdülő- vagy pubertáskor (prepubertás, pubertás, posztpubertás)

18-24 éves korig: ifjúkor

24-65 éves korig: felnőttkor

65 éves kortól: öregkor

- Serdülőkor:
- szexuális érés
- válságokkal teli időszak
- biológiailag kifejlődnek (elsődleges, másodlagos nemi jelleg)
- szociális, pszichológiai fejlődésük kitolódik
- személypercepcióban a mintakövetés jut elsődleges szerephez
- mások viselkedésének megfigyelése, a tapasztaltak összehasonlítása saját viselkedésükkel
- kritikusan figyelt belső változások (elégedetlenség önmagukkal)
- összefüggéseket keres
- fejlett reprodukzív képzelet
- alkotókészség
- kritikai gondolkodás
- szubjektívizmus
- önállósodási igény – a leválás (szülői attitűd hatása minderre)
- kortárscsoporthoz tartozás igénye („csapódás”)
- csoportnorma befolyásolja (negatív irányba is)

## 6. B.

Ismertesse az égési sérülés osztályozását, fokozatait, jellemző tüneteit és az ellátás menetét!

### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- magas hő hatására bekövetkező sérülés
- „9-es szabály”
- jellemző tünetei:
- I. fokú égést bőrpír és fájdalom, a bőr legfelső rétege károsodik, pár nap alatt spontán gyógyul, esetleg hámlás kíséretében

*Rauk Edit*





- II. fokú égés a bőrön szabálytalan mennyiségben és nagyságban megjelenő hólyagok, amelyek a bőr rétegei között helyezkednek el, a hólyagokban kezdetben víztiszta folyadék halmozódik fel
- III. fokú a sérült bőrfelület – szövetelhalás következtében – piszkos szürkévé válik, felső rétege teljesen elpusztul
- ellátásának menete: I. fokú és a II. fokú égési sérülést hűteni kell, az érintett felületet hideg folyóvíz alá tartjuk (10 perc), ha az égett testfelület 40% fölött van, nem célszerű a hűtés
- II. és III. fokú égésnél az égett területet sterilen fedjük, lazán rögzítjük a kötést
- nagy felületet érintettsége esetén, vasalt lepedőbe burkolhatjuk a sérültet
- a sérültet óvnunk kell a lehűléstől

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



### 7. A.

Határozza meg a kommunikáció fogalmát! Ismertesse, hogy mit értünk hiteles, önmagával egyező kommunikáció alatt! Szemléltesse egy példán keresztül, hogy az egészségfejlesztési segítő munkája során miért fontos a kongruens kommunikáció!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- a kommunikáció érzelmek, gondolatok, információk kicserélése és megosztása megfelelő jelrendszer, illetve szimbólumok segítségével. Nemcsak szavakkal, hanem különböző impulzusokkal is történhet.
- a különböző kommunikációs csatornákon érkező üzenetek harmonikusan illeszkedése a hiteles, önazonos kommunikáció
- inkongruens kommunikáció ha a jelzessor (nem verbális) és a szóban (verbális) közölt tartalom nem egyezik meg, vagyis a kettő nem erősíti egymást

### 7. B.

Ismertesse a szén-monoxid mérgezés tüneteit és a mérgezett személy ellátásának menetét! Magyarázza el, hogy az egészségfejlesztési segítő munkája kapcsán miért fontos felhívni a figyelmet ezekre a tünetekre!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- véletlen mérgezések kategóriájába tartozik
- tökéletlen égés (rosszul szellőző kémény, rossz gázkészülék használata) kapcsán keletkezik
- a szénmonoxid színtelen, szagtalan gáz
- tömeges mérgezésre utal, ha egy lakásban többen tartózkodnak, és hasonló (szénmonoxid-mérgezésre jellemző) tünetek kíséretében lesznek rosszul
- a mérgezés súlyossága a belélegzett gáz koncentrációjától és a belégzés időtartamától függ
- tünetek: fejfájás, szédülés, hányinger, hányás, izomgyengeség, zavartság, eszméletlenség, izomgörcsök
- ellátás: a beteg kimentése a gáztérből
- lakásban történt mérgezésnél ajtót, ablakot kinyitni
- segítségkérés
- eszméletlen betegnél légút biztosítás, lélegeztetés szükséges
- tünetek ismerete fontos: rossz kazán, nem ellenőrzött kémény visszaáramló gáz forrása lehet,
- a rossz szociális körülmények közt gyakoribb

*Rauk Edit*



## 8. A.

Sorolja fel a kommunikációs zavarokat! Fogalmazza meg, hogy hallássérült személlyel történő kommunikáció során mire kell különösen figyelnie!

### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- kommunikációs zavar: ha valamilyen okból (adó, vevő, csatorna) nem jön létre megfelelően a teljes kommunikáció
- adó/vevő okozta kommunikációs zavarok: betegségek, fogyatékoságok által okozott kommunikációs problémák, a beszéd és a nyelv nem megfelelő használata, nem megfelelő kifejezések használata, nem a vevő nyelvi tudásához alkalmazkodó kommunikáció, zsargon, szaknyelv, idegen szavak túlzott használata, idegen környezetben a nyelvtudás hiánya, viselkedési problémák, helytelen stílusú kommunikáció
- csatorna problémák: zajok, információátviteli hibák
- figyelni kell: alkalmazkodni a kliens szókincséhez, intelligenciájához, életkorához
- hallássérültnél: artikulált, jól hallható beszéd, közel hajolás, segédeszközök használata, mindig szemben ülünk a partnerrel, adjunk lehetőséget a kérdésre kérdés esetén írjuk le a fontos információkat
- siketeknél: szájról olvasás lehetőségének biztosítása, jelnyelv (tolmács is, ha

## 8. B.

Sorolja fel a mozgás szervrendszerének részeit! Ismertesse az ízületek felépítését, azok mozgásban betöltött szerepét és feladatait! Ismertesse a kor előrehaladtával jelentkező mozgásszervi panaszokat! Mondjon néhány példát a mozgás segítésének lehetőségeire!

### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- a mozgás szervrendszerének szerepe
- vázizmok - aktív rész
- csontok, ízületek - passzív rész
- a csontvázrendszer alkotói: csontokból, azok összeköttetései és a járulékos alkotórészeik
- ízületek, ízületi rész (ízületi nedv), ízületi feje, ízületi vápa
- ízületi tok és szalagok
- ízületi felszínek alakjainak megfelelő mozgás
- gömb felszín - mozgás a tér mindhárom irányába
- kialakuló mozgások: hajlítás, feszítés, távolítás, közelítés, forgó mozgás és köröző mozgás
- az elhasználódásból, helytelen használatból eredő és az idősődéssel járó elváltozások
- csontritkulás
- ízületi kopások – ficam készség
- porckopások
- csonttörések gyakorisága

*Raut Edit*



**9. A.**

Ismertesse a magyarországi vezető halálokokat, illetve azok tényezőit a népegészségügyi adatok alapján! Hasonlítsa össze a jó- és a rosszindulatú daganatokat, azok jellemzői és gyógyulási esélyei alapján!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- szív és érrendszeri betegségek
- daganatos megbetegedések
- légzőszervi betegségek
- emésztőszervi betegségek
- balesetek
- összehasonlítás: a kiindulási szövethez való hasonlóság, a növekedés üteme, mértéke, helyi terjedés, áttétek
- helytelen táplálkozás
- környezeti hatások
- életviteli hibák, alkohol, drog, dohányzás
- rendszertelen életmód, mozgáshiány

**9. B.**

Ismertesse a környezetvédelem főbb feladatköreit saját településére vonatkozóan!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- feladatkörei:
- levegőtisztaság védelme
- klímavédelem
- a talaj védelme
- a vizek védelme
- a zajok és rezgések elleni védelem
- sugárzások elleni védelem
- veszélyes anyagok elleni védelem
- hulladékgazdálkodás
- a természet- és tájvédelem

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



### 10. A.

Ismertesse a leggyakoribb szív és érrendszeri megbetegedéseket! Emelje ki azok hajlamosító- és rizikótényezőit!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- a szív ér eredetű megbetegedései
- angina pectoris
- szívinfarktus
- szívelégtelenség
- érlemezés
- magasvérnyomás-betegség
- vénás tágulatok
- mélyvénás trombózis
- hajlamosító tényező a dohányzás káros szenvedélyek, mozgásszegény életmód, stressz
- és rizikótényezők: túlsúly, diabetes, megelőző tünetek

### 10. B.

Ismertesse a gyógyszerformákat, a felszívódást és a gyógyszerhatást befolyásoló tényezőket! Foglalja össze, hogy az otthoni öngyógyszerelés során a betegnek mire kell fokozottan figyelnie!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- formák – tableta, pilula, draszté, kapszula, injekció, por, csepp, spray, rázóoldat, ecsetelő, kence, kenőcs, kúp (hüvely és végbél)
- felszívódás: az alkalmazás helyéről a vérbe való bejutás folyamata
- függ a gyógyszer fizikai-kémiai tulajdonságától
- a bejuttatás helyétől, módjától
- a gyógyszer formájától
- a gyógyszer vivőanyagaitól
- a gyógyszerhatást befolyásoló tényezők: életkor, betegségek, hormonok, táplálkozás, genetikai tényezők, függőség, megszokás
- házipatika
- házipatika készletének összeállítása
- orvosi rendelvényre kiváltható gyógyszerek alkalmazása
- a vényköteles gyógyszerek adagolásának módja és gyakorisága
- utasítások figyelmen kívül hagyásának veszélyei
- gyógyszerek biztonságos tárolása

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**11. A.**

Ismertesse a leggyakoribb légzőrendszeri megbetegedéseket! Magyarázza el, hogy a tbc-s (tuberkulózis) megbetegedés kialakulására és terjedésére milyen szociális és életvitelbeli tényezők hajlamosítanak!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- felső légutak heveny gyulladásai
- tüdőgyulladás
- asztma
- idült hörghurut
- tüdőtágulat
- tüdőembólia
- tüdőrák
- tbc jelentése, jellemzői és formái
- terjedése
- hajlamosító tényezők: rossz higiénés körülmények, hajléktalanság, alkoholizmus, nem megfelelő táplálkozás (legyengült immunrendszer)

**11. B.**

Ismertesse a láz formáit, jellemzőit! Beszéljen a testhőmérséklet csökkentésének fizikális és gyógyszeres lehetőségeiről!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- normál testhőmérséklet
- hőemelkedés
- láz
- hyperpyrexia
- a láz kórélettani jellemzői
- gyógyszeres lázcsillapítás (lázcsillapítók alkalmazása)
- fizikális lázcsillapítás (hűtőborogatás, hűtőfürdő)

### 12. A.

Ismertesse a gyomor- és bélrendszer leggyakoribb megbetegedéseit! Sorolja fel az egészséges táplálkozás alapelveit, és annak az emésztőrendszerre gyakorolt kedvező hatásait!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- reflux
- gyomornyálkahártya-gyulladás
- gyomor- és nyombélfekély
- hasmenéses bélbetegségek (gyulladások, fertőző betegségek)
- daganatos megbetegedések
- egészséges ételek: jó minőségű, változatos, magas ásványi anyag és vitamintartalom, korszerű konyhatechnológiával elkészített
- egészséges táplálkozás: megfelelő összetételű, életkornak, nemnek, egészségi állapotnak, életvitelnek megfelelő, rostban, vitaminban, ásványi és nyomelemekben gazdag, megfelelő folyadékfogyasztással
- kedvező hatás: bélmotilitás biztosítása, normális állagú széklet biztosítása, megfelelő felszívódás

### 12. B.

Sorolja fel az egészségi állapotot meghatározó főbb tényezőket! Részletesen mondja el az egyén életmódjából következő befolyásoló tényezőket!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- befolyásoló tényezők:
- a társadalmi,
- gazdasági körülmények,
- a természeti és épített környezet,
- egészségügyi ellátás
- egyéni képességek (életmód, életvitel)
- életmódból fakadó befolyásoló tényezők: dohányzás, alkoholfogyasztás, táplálkozás, fizikai aktivitás, drogok, szexuális magatartás, stressz

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**13. A.**

Ismertesse a máj és az epeutak gyakori megbetegedéseit! Határozza meg, miért fontos a megfelelő személyi és a környezeti higiéné a hepatitis A vírusfertőzés elkerülésében!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- gyulladáscsökkentő betegségek (hepatitis)
- májzsugorodás
- epekövesség
- epehólyag gyulladás (heveny és idült)
- hepatitis A vírus fertőzés terjedése széklettel szennyezett víz, vagy ételek útján
- a májgyulladás enyhe lefolyású, idült gyulladás nem alakul ki, a súlyos májkárosodás ritka
- a megfelelő higiéné a fertőzés átvitelében fontos: csatornázás hiánya, vagy a csatorna sérülése, nem megfelelő kézhigiéné, zöldségek, gyümölcsök tisztítatlanul fogyasztása,
- tisztátalan kútvíz fogyasztása
- a vírus átvitelében fontos megelőzés: kézmosás jelentősége, élelmiszerek megmosása, megfelelő WC használat, ivóvíz minőségének megtartása (ellenőrzött ivóvíz)

**13. B.**

Sorolja fel a népegészségügyi programmal kapcsolatos egészségfejlesztési segítő feladatokat!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- az egészséget támogató társadalmi környezet kialakítása
- az egészséges életmód programja, az ember egészségi kockázati tényezőinek csökkentése (pl.: a dohányzás visszaszorítása, alkohol- és drogmegelőzés, egészséges táplálkozás és élelmiszerbiztonság, aktív testmozgás elterjesztése)
- az elkerülhető halálozások, megbetegedések, fogyatékoság megelőzése (pl.: koszorúér- és agyér-betegségek visszaszorítása, daganatos megbetegedések visszaszorítása, AIDS megelőzése)
- az egészségügyi és népegészségügyi intézményrendszer fejlesztése az egészségi állapot javítása érdekében (pl. különböző szűrőprogramok indítása)

Hitelesítve:

47 / 65

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF





#### 14. A.

Ismertesse a diabetes mellitus fogalmát, formáit, a betegség jellemző tüneteit és kezelésének módzatait! Foglalja össze az otthoni diéta betartásának fontosságát cukorbetegség esetén!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- a szénhidrát anyagcsere zavarának klinikai megnyilvánulása
- legjellemzőbb tünete a testsúlycsökkenés, bőséges vizeletürítés, szomjúság, száraz bőr
- a kórkép laboratóriumi vizsgálatokkal igazolható
- kezelése: diéta, gyógyszeres kezelés: antidiabetikumok, inzulin
- a diabetes szövődményei
- diéta betartása – a betegség egyensúlyban tartása szempontjából fontos
- hypo- és hyperglykaemia

#### 14. B.

Sorolja fel a szervezett szűrés formáit, és mondja el azok jelentőségét a betegségek megelőzésében! Egészségfejlesztési segítőként mondja el, hogy egy-egy szűrés mely megbetegedések megelőzését, korai felismerését szolgálja!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- szűrés: korai szakaszban lévő, nem diagnosztizált betegség valószínűsített azonosítása
- a szervezett szűrés jellemzői:
- központilag kezdeményezett
- közpénzből finanszírozott
- a veszélyeztetett csoportokra terjed ki
- szakmailag indokolt gyakorisággal végzik
- személyesen történik a behívás
- követik, visszahívják, kivizsgálják a beteget
- jelentősége: célcsoportra irányul, szervezett, követhető ezért jó a hatékonysága
- jelentősége: időben észlelt elváltozások, rizikófaktorral rendelkező csoport esetén a célirányosság kiemelten fontos
- nőgyógyászati szűrés – a nőgyógyászati daganatos megbetegedések méhszáj, méhtest, petefészek daganatok

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**15. A.**

Sorolja fel a csecsemőkori hasmenéses betegségek kiváltó okait! Mondja el, hogy az egészségfejlesztési segítőnek milyen feladatai vannak a fertőzéses hasmenéses betegségek megelőzése során!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- fertőzéses, gyulladáshoz vezető megbetegedések
- szénhidrát intolerancia
- felszívódási zavarok
- tehéntej-allergia
- fertőzéses hasmenéses betegségek kiváltó kórokozói csoportjai
- tünetei: hasmenés, lát, levertség, súlyos esetben a kiszáradás tünetei
- teendők: folyadékpótlás, megfigyelés, lázcsillapítás
- megelőzés: személyi higiéné, fertőzéses időszakban gyermekközösség kerülése

**15. B.**

Jellemezze a leghátrányosabb helyzetű kistérségek népegészségügyi helyzetét! Fogalmazza meg, hogy az egészségfejlesztési segítő tevékenység hogyan járulhat hozzá az LHH kistérség népegészségügyi helyzetének javításához!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- LHH kistérség jellemzők: kevés a munkalehetőség, magas munkanélküliségi arány alacsony a gazdasági teljesítmény és az infrastruktúra fejlettsége, aprófalvas településszerkezet, magas az inaktív és az alulképzettek aránya, gyenge az önkormányzatok, cégek, civilek forrásteremtő képessége
- jelentős különbségek más területekhez képest a halálozási mutatókban, a születéskor várható élettartamban, az egészség alacsony prioritású az értékek listáján
- a szív és érrendszeri betegségekben, valamint a daganatos betegségekben elhunytak aránya magasabb, mint a nem hátrányos helyzetű térségekben, jellemző a depresszió, magasabb az öngyilkosságok száma
- helyzet javítása: orvoshoz fordulás elősegítése, krízishelyzetek

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**16. A.**

Ismertesse a szegénység egészségre gyakorolt hatásait, és sorolja fel a veszélyeztetett csoportokat! Fogalmazza meg miért fontos az egészségfejlesztési segítőnek e csoportokra különösen odafigyelnie!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- a szegénység okai
- elszegényedés
- életminőség csökkenés
- általános egészségromlás (táplálkozási problémák, elhanyagoltság, mentális problémák, szív- érrendszeri betegségek)
- krízishelyzetek
- káros szenvedélyek megjelenése, majd visszahatása a szegénységre
- Veszélyeztetett csoportok:
  - o bevándorlók
  - o munkanélküliek
  - o hajléktalanok
  - o sokgyermekesek, egyedül nevelő szülők
  - o kábítószerfüggők
  - o a szegények gyermekei
  - o idősek, nyugdíjasok
  - o illegálisan dolgozó prostituáltak
  - o alkoholbetegek
- Figyelní szükséges: további egészségromlás megakadályozása, krízishelyzetek észlelése

**16. B.**

Csoportosítsa az emberi megbetegedést okozó kórokozókat, és egy-egy példán keresztül jellemezze a kórokozók terjedésének lehetséges módjait!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- baktériumok, vírusok, gombák és paraziták
- Terjedés: közvetlen érintkezéssel
- cseppfertőzés útján
- víz közvetítésével
- élelmiszerekkel
- tárgyak közvetítésével
- talaj közvetítésével
- placentán keresztül
- rovarok (vérszívó ízeltlábúak), rágcsálók közvetítésével

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**17. A.**

Sorolja fel a munkaviszony létesítéséhez szükséges dokumentumokat! Ismertesse az önéletrajz készítésének alapvető formai és tartalmi elemeit, valamint a kötelezően megjelenítendő személyes adatokat!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- alapidokumentumok
- munkaviszony igazolások
- végzettséget igazoló dokumentumok
- önéletrajz: alapadatok, elérhetőség, munkahelyek, betöltött munkakörök felsorolása

**17. B.**

Sorolja fel az ember környezetében élő vérszívó kártevőket! Határozza meg, hogy az egészségfejlesztési segítőnek milyen feladatai vannak a kártevők, vagy a kártevők által okozott egészségügyi problémák jelentkezése kapcsán!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- ruhatetű
- fejtetű
- lapostetű
- vérszívó szúnyogok
- kullancs
- ágyi poloska
- emberbolha
- feladatok: vérszívó kártevők (vagy csípésük) felismerése, sz.e. orvoshoz irányítás,
- kapcsolatfelvétel a szakemberekkel (közegészségügyi-járványügyi, kártevőirtó)
- szükség esetén a környezet fertőtlenítésében való részvétel
- higiénés, megelőző tevékenység (pl. ágyipoloska vagy fejtetű esetén)

*Rauk Edit*



**18. A.**

Határozza meg a fertőtlenítés fogalmát! Sorolja fel a fertőtlenítés főbb formáit! Mondja el egy példán keresztül a kézhigiéné jelentőségét az egészségfejlesztési segítő szemszögéből!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- fertőtlenítés (dezinfekció) minden olyan eljárás, amely a fertőzőforrásból a külső környezetbe kikerült kórokozók elpusztítására, illetőleg fertőzőképességük megszüntetésére irányul
- fertőtlenítő eljárásnak (dezinficiálás) nevezik az antimikrobiális tényezők és ezek gyakorlatban történő alkalmazásához szükséges anyagok, eszközök összességét, melyekkel lehetővé válik a környezetbe kikerült mikrobák elpusztítása, inaktiválása
- a fertőtlenítő eljárások csoportjai: fizikai, kémiai, kombinált, speciális eljárások
- kézhigiéné jelentősége: fertőzések átvitelének megakadályozása, saját magunk védelme

**18. B.**

Jellemezze a fájdalmat mint a szervezet jelző reakcióinak egyikét (erősség, kiterjedés, jelleg)!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- a fájdalom rendellenességre figyelmeztet
- lehet felületes, mély, és zsigeri fájdalom
- fájdalomérzékelés fájdalomérző pont, receptor
- fájdalom létrejöttében az inger erőssége játszik szerepet
- mély fájdalom az izmokból, inakból és kötőszöveti tokból származik
- kiváltó inger erős mechanikus vagy kémiai inger, oxigénhiány
- zsigeri fájdalom a tápcsatorna, az epehólyag, húgy-ivari szervek falából, légcsőből, hashártyából és a szívizomból eredhetnek
- lehet görcsös, tompa, éles, késszúrás szerű
- lokalizációja testtájék és körülírtság szerint változó, lehet kisugárzó

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**19. A.**

Ismertesse az ifjúkor (18-24 év) életkori sajátosságait! Foglalja össze az egészségfejlesztési segítő közreműködését a családi életre való felkészülés és a felelős gyermekvállalás folyamatában!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- a tanulás és a viselkedés
- a személyiség fejlődése
- a személyiség összetevői
- a személyiség sokszínűsége
- a viselkedést és a magatartást meghatározó tényezők
- ismeri a dohányzás, az alkoholizmus és a drogok családra és az egyénre gyakorolt hatását,
- annak következményeit és a megfelelő szakemberhez tudja irányítani az egyént, ennek érdekében kapcsolatot tart a szakmai és civil szervezetekkel

**19. B.**

Ismertesse az ételek elkészítésének és tárolásának alapvető szabályait!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- frissen készített étel elfogyasztása
- húsokat a vásárlást követően két napon belül fel kell dolgozni
- nyers hússal való „foglalkozás” után, mielőtt más ételmiszerhez nyúlnánk, mindig mossunk kezet
- fagyasztott élelmiszert kiolvadás után tilos visszafagyasztani
- az el nem fogyasztott ételeket elkészítés és kihűlés után mindig tegyük dobozba és helyezzük hűtőszekrénybe
- csak emberi fogyasztásra alkalmas, ellenőrzött alapanyagokat használjunk
- a konyhatechnológiai eljárások során figyeljünk a megfelelő hőfokra
- gyümölcsöt, zöldséget megtisztítva fogyasszunk
- az alapanyagokat egymástól elválasztva tároljuk
- figyeljünk a szavatossági időre

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**20. A.**

Ismertesse a felnőttkor (24-65 év) életkori sajátosságait! Mondja el a gyermekek fejlődését segítő család érzelmi környezetét! Térjen ki a gyermek nevelésében kiemelten fontos szülői felelősség kérdésére is!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- a lelki egészség ismérvei, meghatározó tényezői
- az érzelmi élet egyensúlya
- konfliktusok és konfliktuskezelő technikák
- stresszhelyzet
- önvédelmi technikák
- felismeri az agressziót, a bántalmazott felnőtt vagy gyermek viselkedését
- ismeri a dohányzás, az alkoholizmus és a drogok családra és az egyénre gyakorolt hatását, annak következményeit és a megfelelő szakemberhez tudja irányítani az egyént, ennek érdekében kapcsolatot tart a szakmai és civil szervezetekkel
- ismeri és személyre/ családra szabottan segíti alkalmazni a napi életritmust, életvitel kialakítását, a segítő, fejlesztő meleg családi környezet jelentőségét

**20. B.**

Ismertesse az elektromos készülékek használatával kapcsolatos alapvető, érintésvédelmi szabályokat!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- elektromos árammal működtetett készülékek veszélyei: törött kábel, hibás védőburkolat, illetve nem megfelelő dugaszolóaljzat
- áramütéses balesetet
- megfelelő burkolat
- megfelelő működtetés (felügyelt)
- karbantartás
- vizes helyiségben kellő odafigyeléssel történő használat

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**21. A.**

Ismertesse az időskor (a 65 év feletti) életkori sajátosságait! Mondja el egy példán keresztül a család mint támogató környezet szerepét időskorban!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- az idős kor fiziológiai sajátosságai, terhelhetőség csökkenés
- érzékszervek csökkenő működése
- elesés gyakorisága, alvászavar, immobilitás
- demencia, Alzheimer-kór
- érzelmi elszigetelődés
- a megváltozott szükségletek felismerése, kielégítésének segítése
- családi kapcsolatok
- az élet nagy kérdései, a haldoklás, a halál, a gyász

**21. B.**

Sorolja fel a stroke jellemző figyelemfelhívó tüneteit! Ismertesse az egészségfejlesztési segítő feladatait a figyelmeztető jelek észlelése esetén!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- a stroke jellemző megelőző, rövid ideig tartó, nyom nélkül elmúló tüneteit észleli
- szem, száj körüli rángások, megsédülés, bizonytalanság érzés
- beszédzavar
- a zavart tudatállapotú beteget felismeri
- intézkedést kezdeményez

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF





**22. A.**

Sorolja fel a fogyatékoság formáit! Részletezze, hogy milyen feladatai vannak az egészségfejlesztési segítőnek látássérült kliens gondozása, ápolása kapcsán!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- Mozgásfogyatékoság
- Beszédfogyatékoság
- értelmi fogyatékoság
- hallási fogyatékoság
- látásfogyatékoság
- feladatok: megfelelő kommunikáció
- sérültség fokától függően segíteni a szükségletek kielégítésében
- lakásban a berendezési tárgyakat nem mozgatjuk át
- külön figyelni kell a baleseti helyzetekre (elcsúszás, megcsúszás, leesés stb.)
- segédeszközök használata (szemüveg, fehér bot)
- infokommunikációs akadálymentesítés

**22. B.**

Ismertesse a mozgásszegény életmód és a mozgás szervrendszerét érintő betegségek kialakulása közötti összefüggéseket!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- mozgásszegény életmód: mozgásfunkciók beszűkülése
- előidézheti: betegség, nem megfelelő életvitel
- rizikófaktora a kopásos betegségeknek

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF





**24. A.**

Mondja el a hulladékgazdálkodás fontosságát és a veszélyes hulladékok elkülönített kezelésének jelentőségét! Adjon tanácsot a házi patikában lévő lejárt gyógyszerek kezelésével kapcsolatban!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- hulladékgazdálkodás fontossága: legkisebb mértékűre kell szorítani a képződő hulladék mennyiségét és veszélyességét a környezetterhelés csökkentése érdekében, az elővigyázatosság elve alapján a veszélyes, illetőleg a kockázat valós mértékének ismerete hiányában úgy kell eljárni, mintha azok a lehető legnagyobbak lennének
- példa: egészségügyi hulladékok megfelelő kezelésének célja, hogy az egészségügyi személyzet, a lakosság és a környezet károsításának kockázatát csökkentse, biztosítva legyen annak elkülönített gyűjtése, megfelelő gyűjtőhelyek kialakításával, gondoskodni kell a szállítási útvonal kialakításáról, a hulladékok környezet- és egészségkímélő módon történő ártalmatlanításáról
- A gyógyszerek otthoni tárolásának ellenőrzésének szabályai a lejárt gyógyszerek kezelésének szabályai – a gyógyszerertári gyűjtés, visszaszállítás fontossága – a környezeti veszélyek fennállása.

**24. B.**

Mondja el a civil segítők és a történelmi egyházak szerepét az egészséges életvitel kialakításában és fenntartásában, valamint az életvég felé közeledők és családjuk segítségével! Fogalmazza meg a hit és a vallás gyakorlásának jelentőségét az egyén és a közösség életében!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- a világvallásokban az egyén felelőssége, a közösség felelőssége
- a történelmi egyházak – zsidó/keresztény egyházak – közösségi élete, az ünnepek
- a hit szerepe az életvitel kialakításában,
- az egyén és a közösség felelőssége: a mértékletesség, a böjt, a napirend, a házasság előtti önmegtartóztatás, felkészülés a gyermekvállalásra, a családvédelem, felkészülés az életvégére,
- az idős ember viszonya a haldokláshoz a halálhoz – a hospice szolgálat
- a család támogatása a gyógyíthatatlan beteg ellátásában
- a búcsú, a temetés
- a gyászolók segítése

*Raul Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



### 25. A.

Mondja el az egyén egészséges életmódját befolyásoló tényezőket és az egészségtudatos magatartás szerepét! Jellemezze a különböző életkorban az egészséges táplálkozás, a mozgás és a szabadidő megfelelő eltöltésének lehetőségeit!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- egészség tudatos magatartás azoknak a viselkedéselemeknek az összessége, amelyek az egyén egészségének megóvásában, megromlásában, vagy visszaállításában szerepet játszanak
- összetevői:
  - o a csoport, illetve egyén magatartása, életstílusa a rizikófaktorokkal szemben
  - o betegsége utaló tünetek észlelése és értékelése
  - o betegség esetén együttműködés a kezelő személyzettel
  - o egészségi ismereti szint
  - o nevelés során kialakíthatók az egészségi szokások,
  - o döntő szerepe a családnak van
  - o viselkedési minta
  - o kialakításukban fontos a következetesség és meggyőzés
  - o az életkori sajátosságokhoz sport, versengés,
  - o feladatmegoldások, házimunkában segítség, munkamegosztás a családban

### 25. B.

Ismertesse az alkoholizmus tüneteit, kezelésének és megelőzésének lehetőségeit!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- betegség
- olyan idült betegség, melynek kezdete alattomos, felismerhető tüneteinek vannak, azok az alkoholizmus súlyosságával arányosak
- szenvedélybetegség, testi és lelki tünetekben jelentkezik
- alkohol hiányában, vagy a szokottnál kevesebb mennyiségű alkohol fogyasztásakor megvonási tünetek jelentkeznek
- kontrollvesztés
- szociális helyzet károsodása
- kialakulásában több tényező játszik szerepet, például családi halmozódás, pszichés tényezők és szociokulturális tényezők
- kezelés összetett, magába foglalja a testi károsodások kezelését, a megvonási tünetek mérséklését, a pszichoterápiát és rehabilitációt
- megelőzésében kiemelkedően fontos a családi minta, az iskolai és társadalmi közösség magatartása, életvitele
- különböző iskolai és egyéb közösségi, prevenciós programokon minél több kapcsolódó információhoz kell juttatni a résztvevőket (veszélyek és következmények)

*Raut Edith*



### 26. A.

Ismertesse a fertőzés létrejöttének lépéseit! Határozza meg az egészségfejlesztési segítő szerepét, feladatait a háztartásokban előforduló fertőzések megelőzésében!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- infekció
- behatolás helye
- behatolási (fertőzési) kapu
- fertőzés útja a fertőző forrástól a behatolás kapujáig
- lappangási időszak
- betegség lefolyása
- lábadozás
- fertőzés további sorsa
- patogenitás
- virulencia
- szervezet ellenállása
- kézhigiéné
- környezethigiéné
- kártevő irtás otthoni szabályai
- a rágcsáló fertőzöttség felismerése, szakember bevonás

### 26. B.

Ismertesse a gyermekekkel kapcsolatos háztartási balesetek veszélyforrásait és a megelőzés lehetőségeit!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- pelenkázó asztalról való leesés
- gyermek fejének beszorulása az ágy rácsai közé
- nem korának megfelelő játékok kézbe kerülése
- esés közben létrejövő balesetek (pl.: magára ránt valamit a gyermek)
- magasból való leesés
- szúró-vágó eszköz kézbekerülése
- kávé-teaforró, egyéb konyhai eszközök elérhetősége
- mérgezés tisztítószerrel, olajokkal, cigarettával
- apró tárgyak lenyelése, félrenyelése
- nyitott ablakok, ajtók
- hinták és csúszdák
- leégés

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



### 27. A.

Ismertesse a lelki válságban levők segítésének, támogatásának lehetőségeit az egészségfejlesztési segítői tevékenység során! Mondja el az egészségfejlesztési segítő teendőit tudomására jutott öngyilkossági szándék esetén!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- a szorongás lényege, kialakulásának okai
- testi tünetei, érzelmi komponensei
- speciális megjelenése a segítő foglalkozásúak körében, a kiégés szindróma
- az elkerülés lehetőségei: a szupervízió, a rekreációs lehetőségek
- az öngyilkosság: szándékos cselekmény
- oka: kritikus helyzet, lelki válság
- elkövetés módja nagyon változatos
- öngyilkossági kísérlet
- jellemző: az érzelmi beszűkültség, az emberi kapcsolattartás szegénysége vagy hiánya
- kockázatát több tényező befolyásolhatja, például: fájdalommal, rokkantsággal járó betegségek, egyedüllét, magány, gyász, kábítószeresítés, alkoholizmus, korábbi öngyilkossági kísérlet, mentális zavar
- segélykiáltás (cry for help)
- megelőzése: az öngyilkossági esetek előfordulási gyakoriságának visszaszorítása

### 27. B.

Ismertesse a hőártalmak közül a lehüléssel járó hőártalom tüneteit, kialakulásának jellemzőit! Részletezze a téli időszakban előforduló ártalmakat, azok elkerülésének lehetőségeit!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- hypothermia
- hőtermelési folyamatok fokozása
- elvesztett hő pótlása
- a szervezet védekezőképessége kimerül
- keringés és légzés összeomlás (ritmuszavarok)
- ellátás: védeni kell a további lehüléstől
- a nedves ruházat eltávolítása,
- a beteg bőrét szárazra töröljük,
- pléddel, alkalmi textíliával takarjuk be a beteget
- óvatos mozgatással meleg helyre visszük
- jól kooperáló beteggel itassunk meleg folyadékot
- figyelmet felhívni: alkoholfogyasztás tilos a hidegben
- megfelelő, réteges öltözék
- csak akkor induljon útnak, ha megfelelően felkészült (ruházat, cipő)
- fűtés- fűtött tartózkodási hely

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



**28. A.**

Ismertesse az egészségfejlesztés folyamatát! Fogalmazza meg az egészségfejlesztési segítő feladatait és lehetőségeit a közösségi egészségfejlesztés területén! Mondja el az egészséges életmódhoz kapcsolódó közösségi rendezvények szervezésének indokait és általános célkitűzéseit LHH térségi példán keresztül!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- a lakosság a családok és az egyes személyek tájékozottságát előmozdító lehetőségek, események – civil kezdeményezés: falunap, vallási kezdeményezés: búcsú
- egészségfejlesztés lényege az egészségmagatartás kedvező irányú megváltoztatása
- folyamata: felmérés, probléma feltárása, reális célok kitűzése, segítség a lehetőségek közötti választásban (alternatívák, következmények előrejelzése), közös cselekvési terv kidolgozása, facilitálás – végigkísérés a folyamaton
- feladatok és lehetőségek: az LHH térségeken belül családok, vagy kis csoportok esetén, megfelelő alapismeretek átadása
- egészséges életmódhoz kapcsolódó rendezvények szervezése
- az aktivitás fokozása

**28. B.**

Ismertesse a gyermekkori hiánybetegségeket! Térjen ki a táplálkozás és a hiánybetegségek összefüggéseire és az egészségfejlesztési segítő feladataira gyermekkori alultápláltság észlelése kapcsán!

**Kulcsszavak, fogalmak:**

- mennyiségileg elégtelen és minőségileg hibás
- kóros soványság
- vitaminhiány (C-vitaminra és B-vitamin D-vitamin-hiány)
- megfelelő táplálkozás, sz.e. gyógyszeres készítménnyel pótolható
- feladat: hiánybetegség észlelése, orvoshoz irányítás, családsegítőnek jelzés

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



### 29. A

Sorolja fel a gyógyszer szervezetbe juttatásának módjait! Mondjon egy-egy példát az egyes bejuttatási módokra!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- szájon át történő adagolás
- nyelv alá helyezett adagolás
- a tápcsatorna megkerülésével történő adagolás (injekció formájában, pl.: bőr alá, bőrbe, izomba, vagy vénába juttatva a gyógyszerkészítményt)
- végbélbe vagy hüvelybe juttatás
- bőrre és nyálkahártyára történő juttatás
- inhalálás, a belégzéses gyógyszeradagolás

### 29. B.

Ismertesse a tűzjelzés módjait, jelentőségét és teendőit! Mondja el a tűz bejelentésének szabályait!

#### Kulcsszavak, fogalmak:

- az észlelő köteles késelem nélkül intézkedni, és a tüzet jelezni
- a hivatásos tűzoltóságnak a 105 telefonszámon vagy a 112 nemzetközi segélyhívó számon kell jelezni
- személy által történő tűzjelzésnek tartalmaznia kell:
  - a tüzeset, káreset pontos helyét (címét);
  - emberélet van-e veszélyben;
  - mi ég, milyen káreset történt, mi van veszélyben;
- a bejelentő személy nevét és a jelzésre használt távbeszélő készülék hívószámát.
- jelzést vevő tűzoltó további kérdéseire is egyértelmű és részletes választ kell adni
- jelentősége: tűz időben észlelése, anyagi kár, vagy emberélet kockázatának csökkentése
- tűz megfékezése, áttérjedés elkerülése
- tűzriasztás: kiabálással

*Rauk Edit*

mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF





### 30. A.

Ismertesse az emberi szükségleteket és az egészségfejlesztési segítő teendőit azok felismerésében és kielégítésében!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- az emberi szükségletek érvényesülése (az egymásra épülés – piramis)
- a beteg tárgyi környezete – a beteg szobája
- az ápolást segítő eszközök, az ágyazás alapszabályai
- testi higiéné, ürítés, bőrvédelem, allergiák, pihenés,
- mozgás, aktivitás
- lakáson belüli közlekedés, gyógyászati segédeszközök
- hozzátartozókkal való kapcsolat
- vallásgyakorlás otthon

### 30. B.

Ismertesse az egészség fogalmát, és mondja el az egészségi állapot felmérésének lehetőségeit!

#### **Kulcsszavak, fogalmak:**

- egészségfogalom (WHO/EüTv)
- egészségi állapot felmérése összetett feladat, csak szakember igénybevételével lehetséges
- az életvitel felmérése kiterjed: táplálkozási szokásokra, a mozgáskultúrára, az esetleges káros szokásokra, a munka- és munkakörülményekre, a szabadidő eltöltésére
- az egészségi állapot felméréséhez tartoznak a különböző szűrővizsgálatok: vér-cukorszint ellenőrzés, vérzsír mérése, keringés ellenőrzés (EKG), vérnyomásmérés, csontsűrűség mérése, testtömeg index felvétele,
- fizikai állapot: erőnlét, állóképesség

*Rauk Edit*

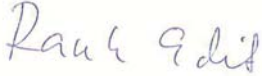
mb. főigazgató-helyettes,  
GYEMSZI EFF



## ÉRTÉKELÉS

Sorszám	NÉV	FELADAT sorszáma	Osztályzat

Hitelesítve:

  
 mb. főigazgató-helyettes,  
 GYEMSZI EFF

