

# **FITOTERÁPIA**

## **Szóbeli tételsor**

### **I. A FITOTERÁPIA ÁLTALÁNOS ISMERETEI**

- I/1. A fitoterápia története
- I/2. A gyógynövények jellemzői, felosztása
- I/3. Oki és tüneti kezelés a fitoterápiában
- I/4. A receptúra készítésének szabályai a fitoterápiában
- I/5. A gyógynövények ellenjavallatai és mellékhatásai
- I/6. Apiterápia fogalma, javallatai és ellenjavallatai
- I/7. A gyógynövények alkalmazási módjai
- I/8. Az aromaterápia módszerei, az illóolajok általános jellemzői, hatásai
- I/9. Gyógyító fűszernövények
- I/10. Gyógyító tápláléknövények
- I/11. A gyógynövények gyűjtésének, kezelésének alapszabályai
- I/12. Életkori és élettani állapot szerinti javallatok és ellenjavallatok

### **II. A FITOTERÁPIA HATÓANYAG SZERINTI ISMERETEI**

- II/1. Alkaloid tartalmú drogok jellemzése és fő felhasználási területek
- II/2. Glükózid tartalmú drogok jellemzése és fő felhasználási területek
- II/3. Csípős anyagokat és szerves savakat tartalmazó drogok jellemzése és fő felhasználási területe
- II/4. Illóolaj tartalmú drogok jellemzése és fő felhasználási területek
- II/5. Keserűanyag tartalmú drogok jellemzése és fő felhasználási területek
- II/6. Szaponin tartalmú drogok jellemzése és fő felhasználási területek
- II/7. Szénhidrát és kóvasav tartalmú drogok jellemzése és fő felhasználási területek
- II/8. Cserzőanyag tartalmú drogok jellemzése és fő felhasználási területek
- II/9. Festéket, vitamint és ásványi anyagokat tartalmazó drogok jellemzése és fő felhasználási területek

### **III. FITOTERÁPIÁS MÓDSZEREK ALKALMAZÁSA AZ EGYES BETEGSÉGEKNÉL**

- III/1. Légúti betegségekre ható köhögéscsillapító, hurutoldó, gyulladáscsökkentő, lázcsillapító, immunerősítő gyógynövények
- III/2. Étvágy- és emésztést javító gyógynövények
- III/3. Gyomor- és bélnyálkahártya gyulladás kezelésében hatásos gyógynövények
- III/4. Hasmenés esetén alkalmazható gyógynövények
- III/5. Hashajtó hatású fitoterápiás lehetőségek
- III/6. Máj- és epe működését befolyásoló gyógynövények
- III/7. Vizelethajtó és vesekő betegségeknél alkalmazható gyógynövények
- III/8. Húgyúti fertőtlenítő és prosztatata bántalmaknál alkalmazható gyógynövények
- III/9. Idegrendszerre ható és hangulatjavító gyógynövények
- III/10. Szív- és érrendszeri betegségekre ható gyógynövények
- III/11. Reumás betegnél és ízületi bántalmaknál alkalmazható gyógynövények
- III/12. Nőgyógyászati betegségek (menstruációs problémák, kismencedei betegségek, fehérfolyás) esetén alkalmazható gyógynövények
- III/13. Bőrbetegségek esetén alkalmazható gyógynövények
- III/14. A hasnyálmirigy működését befolyásoló gyógynövények és a cukorbetegség fitoterápiás kezelése
- III/15. Immunerősítő és adaptogén gyógynövények

## TÉTELEK

### a fitoterapeuta szak gyakorlati vizsgájához

#### I. ISMERJE FEL ÉS ISMERTESSE A HÚZOTT TÉTELE ALAPJÁN EGY NÖVÉNY FITOTERÁPIÁS ALKALMAZÁSI LEHETŐSÉGEIT!

|                          |                      |
|--------------------------|----------------------|
| Apróbojtorján            | Komló                |
| Aranyvessző              | Kökény               |
| Benedekfű                | Körömvirág           |
| Bodza                    | Közönséges palástfű  |
| Boróka                   | Kutyabenge           |
| Borsmenta                | Len                  |
| Cickafark                | Levendula            |
| Citromfű                 | Libapimpó            |
| Csipkerózsa (gyepürózsa) | Macskagyökér         |
| Diófa                    | Máriatövis           |
| Édesgyökér               | Martilapu            |
| Erdei angyalgökér        | Medveszőlő           |
| Ezerjófű                 | Mezei zsurló         |
| Farkasalma               | Nagybojtorján        |
| Fehér árvacsalán         | Nagycsalán           |
| Fehér fagyöngy           | Nyírfa               |
| Fehérmályva              | Orbánfű              |
| Fekete nadálytő          | Orvosi kálmos        |
| Feketeribizli            | Orvosi somkóró       |
| Fűzfa                    | Orvosi zsálya        |
| Galagonya                | Pásztortáska         |
| Gyermekláncfű            | Pettyegedett tüdőfű  |
| Hársfa                   | Szederlevél          |
| Homoktövis               | Szöszös ökörfarkkóró |
| Kakukkfű                 | Tarack               |
| Kamilla                  | Tölgyfa              |
| Kasvirág                 | Útifüvek             |
| Katáng                   |                      |

## **II. ISMERTESSE A HÚZOTT TÉTEL ALAPJÁN AZ APITERÁPIÁS VAGY AROMATERÁPIÁS ANYAG HATÁSAIT!**

### **Apiterápia és aromaterápia**

- II/1. Ismertesse a méz apiterápiás jelentőségét!
- II/2. Ismertesse a virágor apiterápiás jelentőségét!
- II/3. Ismertesse a méhviasz apiterápiás jelentőségét!
- II/4. Ismertesse a propolisz apiterápiás jelentőségét!
- II/5. Ismertesse a méhkenyér apiterápiás jelentőségét!
- II/6. Ismertesse a méhméreg apiterápiás jelentőségét!
- II/7. Ismertesse a méhpempő apiterápiás jelentőségét!
- II/8. Ismertesse a kamilla aromaterápiás jelentőségét!
- II/9. Ismertesse a levendula aromaterápiás jelentőségét!
- II/10. Ismertesse a citrom aromaterápiás jelentőségét!
- II/11. Ismertesse a bergamott aromaterápiás jelentőségét!
- II/12. Ismertesse a borókaolaj aromaterápiás jelentőségét!
- II/13. Ismertesse a bazsalikom aromaterápiás jelentőségét!
- II/14. Ismertesse az eukaliptusz aromaterápiás jelentőségét!
- II/15. Ismertesse a borsosmenta aromaterápiás jelentőségét!
- II/16. Ismertesse a rozmaring aromaterápiás jelentőségét!
- II/17. Ismertesse a teafa aromaterápiás jelentőségét!
- II/18. Ismertesse az ylang-ylang aromaterápiás jelentőségét!
- II/19. Ismertesse az ánizs aromaterápiás jelentőségét!
- II/20. Ismertesse az édeskömény aromaterápiás jelentőségét!
- II/21. Ismertesse a kakukkfű aromaterápiás jelentőségét!
- II/22. Ismertesse a narancsvirág aromaterápiás jelentőségét!
- II/23. Ismertesse a zsálya aromaterápiás jelentőségét!
- II/24. Ismertesse a kömény aromaterápiás jelentőségét!
- II/25. Ismertesse a szegfűszeg aromaterápiás jelentőségét!
- II/26. Ismertesse a fahéj aromaterápiás jelentőségét!

### III. FITOTERÁPIÁS KEZELÉS KONKRÉT ANAMNÉZIS ALAPJÁN

**Egy közismert betegség felismerése, megnevezése, általános természetgyógyászati terápiás beállítása, speciális fitoterápiás kezelés vagy kezelési sor kidolgozása, gyógynövények arányainak, mennyiségének ismertetése, a szükséges teamennyiség meghatározása, egyéb, a betegség jellegétől függő fitoterápiás módszerek javallata.**

Pl.:

Ismertesse az alábbi tünetekkel rendelkező beteg teljes természetgyógyászati és fitoterápiai kezelésének módját, lehetőségeit:

Túlsúlyos férfibeteg, 59 éves, nő, mezőgazdasági dolgozó, aki maga maga műveli meg a földjét, szőlőt is termeszt, egész évben fizikai munkát végez a szabadban.

Miután állattenyésztést is folytat, étkezésének nagy része a saját nevelésű sertés, illetve saját szőlőjéből származó bor, illetve pálinka. Cigarettazik, néha pipázik.

Panaszai:

Sokszor az elviselhetetlenségig tartó tarkó és fejtetői fájdalom, ilyenkor megcsordul az orra vére is, mely nehezen áll el. Melegfrontkor bokái ödémásak, ajkai lividek, nehezen veszi a levegőt, arca kipirul.

**Ajánlott irodalom a FITOTERAPEUTA szakmai vizsgához**

|   |   |
|---|---|
| Babulka Péter                                     | Ismerjük fel a vadontermő gyógynövényeket! – h.n. GABO 2001.                                      |
| Dr. Báthory Gábor                                 | Hatóanyag ABC Gyógynövények hatóanyagai A-tól Z-ig – Szerzői magánkiadás, 2015.                   |
| Biegelbauer Pál                                   | Gyógyító illatok – Bp. Bioenergetic kiadó, 1994. 2. kiadás  |
| Dános Béla  | Farmakobotanika 3. Gyógynövényismeret.- Bp. Semmelweis Kiadó 1998.                                |
| Gillich István                                    | Apiterápia – Bp. Herczeg-Szita Bt. 2002.  |
| Kéry Ágnes (szerk.)                               | Gyógynövényekkel az egészségért.- h.n..KIT 2000.  |
| Ladocsi Teréz                                     | Fűszerkalauz – Bp. Mezőgazdasági Kiadó 1991.  |
| Maggie Tisserand                                  | Aromaterápia nőknek.- Sanitas, 1992.  |
| Michael Kraus                                     | Aromalexikon – Ökoszervíz 1997.   |
| Dr. Nagy Géza                                     | Betegségek gyógyítása gyógynövényekkel – Komárom, saját kiadás, 2001.                             |
| Dr. Nagy Géza                                     | Gyógynövények ismertetése, felismerése és gyógyászati felhasználása - Komárom saját kiadás, 1995. |
| Petri Gizella                                     | Fitoterápia az orvosi gyakorlatban. – Bp. Springer, 1999.   |
| Rácz Gábor – Rácz Kotilla Erzsébet – Szabó László | Gyógynövény ismeret – A fitoterápia alapjai - Sanitas, 1992.                                      |
| Rácz Gábor – Rácz Kotilla Erzsébet                | Aromaterápia mindenkinek – Bp. Aromax 2000.   |
| Rápoti Jenő – Romváry Vilmos                      | Gyógyító növények – Bp. Medicina 1987. 8. kiadás  |
| Romváry Vilmos                                    | Fűszerek könyve. – Bp. Mezőgazdasági Kiadó, 1981.   |
| Dr. Szabó László                                  | Fitoterápiai útmutató - MELINUS Kiadó, 1991.  |
| Dr. Szalay László                                 | Méhdoktor – Bp. Hungaprint 1992.  |