

MEGOLDÓLAP

szakmai írásbeli vizsga

természetgyógyászati alapmodul

2003. június 24.

Maximálisan adható
pontszám:

1. Sorolja fel az anamnézis készítés legfontosabb szabályait! 6 pont

- nyugodt körülmény
- a beteg és állításainak feltétlen elfogadása, empátias légkör teremtése
- kitartó odafigyelés (jegyzetelés és odafigyelés helyes aránya)
- a „szabadon beszélni hagyni” és a célzott kérdésekre adott válaszok időszakának helyes aránya
- összefoglaló következtetéseket leírni, kiemelni
- az anamnézis bizonyos elemeit a következő találkozások alkalmával is meg kell ismételni

(Helyes válaszoként 1-1 pont adható!)

- 2.* Határozza meg a Nap testi-lelki egészséggel kapcsolatos tényezőit! (Írjon négyet /4!/) 2 pont

- aktivitás
- öntudat
- életerő
- szív

(Helyes válaszoként 0,5-0,5 pont adható!)

3. Sorolja fel, mely területeken van kölcsönhatásban a szervezet a környezetével! 3 pont

- energiaáramlás szintjén
- anyagáramlás szintjén
- információáramlás szintjén

(Helyes válaszoként 1-1 pont adható!)

4. Írja le, mit tesz akkor, ha az önhöz fordult kliensnél fennáll a betegség gyanúja, de semmi bizonyosságot nem tud szerezni a kikérdezés és az egészségügyi dokumentumok alapján! 1 pont

További orvosi szakvizsgálatokra küldöm a beteget.

5. Határozza meg az egészség fogalmát a természetgyógyászat szemlélete alapján! 2 pont ☐

A természettel harmonizáló testi (beleértve energetikai is), lelki, szociális és életszemléleti (szellemi) dinamikus egyensúly állapot jó közérzettel egybekötve.

- 6.* Soroljon fel négy-négy /4-4/ indikációt az alábbi természetgyógyászati mozgás- és mozgásterápiák esetén! (Töltse ki a táblázatot!) 6 pont ☐

természetgyógyászati mozgás- és mozgásterápiák	négy-négy /4-4/ indikáció megnevezése
jógaterápia	- gerincfájdalmak - magasvérnyomás - fejfájás - fülzúgás
Qi - gong	- étvágytalanság - depresszió - gyomorfekély - gyomorsüllyedés
lábreflexológia	- migrén - orrmelléküreg betegségek - emésztési zavarok - szorongás

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

7. Válassza ki és húzza alá a felsorolásból, a rostdús táplálkozás relatív ellenjavallatait! Húzza alá a helyes válaszokat! 2 pont ☐

colitis ulcerosa

caries

operált bélrendszer

cukorbetegség

elhízás

magas vérnyomás

gyomor- és nyombélfekély

érelmeszesedés

emésztőrendszeri vérzés

skizofrénia

(Csak a négy helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz esetén a megoldás érvénytelen!)

- 8.* Írjon hat /6/ kezelési (terápiás) lehetőséget magasvérnyomással és érzelmeszedéssel küszködő beteg részére! 6 pont ☐

- diéták, reform étrend
- hőfürők orvosi felügyelettel
- akupunktúra, akupresszúra
- talpmasszázs
- Kneipp kúrák
- autogén tréning

(Helyes válaszunként 1-1 pont adható!)

9. Húzza alá az alábbiakban felsoroltak közül azokat a módszereket, amelyeket a hagyományos kínai gyógyászat alkalmaz! 2 pont ☐

- csakra harmonizálás
- kőpölyözés
- urinoterápia
- moxaterápia
- homeopáthia
- akupunktúra
- eurytmia
- neuráalterápia
- jóga
- qigong

(Csak a négy helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz esetén a megoldás érvénytelen!)

10. Fogalmazza meg a Gaia filozófia lényegét! 2 pont ☐

- A bolygó, amin élünk nem holt sárgolyó, hanem intelligens – sőt szuperintelligens – élőlény.
- A Föld képes a homeosztázis, az állandó állapot fenntartására, erre pedig csak az élő szervezet alkalmas, a Földnek tudata van!
- Túlzott fogyasztási, terjeszkedési mániánkban ugyanúgy feléljük, elpusztítjuk a környezetünket, ahogyan a rákos sejt teszi.
- A Föld mindenütt megtermi azt, amire a rajta élő embercének és állatoknak akkor és ott szüksége van. Biztosítja számukra a betegségekre való gyógynövényeket is.

11. Sorolja fel azokat az ingereket, melyek az alapregulációt megváltoztatják! 8 pont ☐
- Mindegyikre írjon egy – egy /1-1/ példát!

- Vízfelvonás
Pl. kevés folyadék fogyasztása
- pH-változás
Pl. a sejtközi tér savasodása táplálkozási hibák, rossz légzés következtében
- Biokémiai változások
Pl. enzimek, szignálanyagok, sejt bomlástermékek felszaporodása vagy eltűnése
- Mechanikai inger
Pl. akupunktúrás, moxaterápiás beavatkozás, légkalapács stb.
- Gyógyszer
Pl. szteroidok, hormonok, antibiotikumok stb.
- Környezeti mérgezés
Pl. konzerválószer, amalgám, benzínégéstermékek stb.
- Idegimpulzus
Pl. az idegsejtek aktivitásának egyik neuronról a másikra való terjedése közben kémiai ingerületkövetítők segítik az idegi információ terjedését, amely az egész alrendszer számára jelzést, ingert jelent
- Kémiai szabályozóanyagok
Pl. prosztaglandinok, hormonok stb.

(Helyes válaszonként 0,5-0,5 pont adható!)

12. Határozza meg (számokban kifejezve) a homeopátiában használatos D, C, LM hígítás nagyságrendjét! 3 pont ☐

D = ...10...

C = ...100...

LM = ...50.000...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13. Húzza alá az alábbi felsorolásból a manipulációs kezelésre vonatkozókat!

3 pont ☐

- Inadekvát alkalmazása esetén, a súlyos neurovaszkuláris szövődmények miatt halálesetek is előfordulnak.
- Igen időigényes.
- A nyaki szakaszon kerülni kell az alkalmazását a sok vérszélyforrás miatt.
- A korszerű manuális medicinában a kezeléseknak 80-85 %-át teszi ki.
- Kétely esetén biztonságosabb, mint a mobilizáció.
- Látványosan effektív.
- A terápiás mozgítás túllépi a passzív határt.
- Állandó (obligát) kísérő jelensége az ízületi ropogás („joint snap”).
- Végrehajtását átmeneti izomtónus-csökkenés kíséri, ezért a kezelt ízület azonnali terhelése állapotromláshoz vezethet.

(Csak a hat helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz esetén a megoldás érvénytelen!)

14. Határozza meg röviden az "Alternatív mozgás és masszázsterápia" lényegét!

2 pont ☐

Olyan masszázs és mozgásmódszerek alkalmazását és oktatását jelenti, melyek a szokásos gyógytorna és gyögmasszázs keretében nem ismertek. E terápiák az eredetüket képező gyógyítóparadigma alapján kerülnek alkalmazásra úgy, hogy nagyobb jelentőséget kapnak a belső átélések, a légzőgyakorlatok, illetve a lassú, kitartott szimbolikus jelentőséggel is bíró mozdulatok.

15. Sorolja fel az ember egészségét befolyásoló belső tényezőket!

7 pont ☐

- örökletesség
- aktivitás-passzivitás
- gondolkodásmód
- műveltség
- kommunikációs kultúra
- életmód
- "szerencsefaktor"

16.* Soroljon fel Hippokratész gyógyító filozófiájának alap-
tételi közül hatot /6/ és röviden írja le azok lényegét! 12 pont ☐

(Helyen válaszunként 1-1 pont adható!)

- "Nil nocere", azaz "használni, de legalább nem ártani".
- Minden létező, így az emberi test is hideg, meleg, száraz, ill. nedves természetű elemekből áll. Ezek az elemek a test pusztulása után visszatérnek a természetbe.
- Az emberi test négy nedvből: vérből, nyálkából, sárga epéből és fekete epéből áll, ezek alkotják az ember alkatát. Az egészség a négy nedv helyes minőségi és mennyiségi keveredésének kifejlődése, a betegség pedig valamelyik nedv hiányaként, túlsúlyaként vagy a szervezeten belüli elkülönüléseként írható le.
- A nedvek szoros kapcsolatban vannak az évszakokkal. Az évszakok változásával a nedvek mennyisége és keveredési aránya is változik a szervezetben.
- Az emberi szervezet szoros kapcsolatban áll a természettel. Mindenkor állapotát befolyásolják a környezeti és meteorológiai tényezők: az évszakok, a szelek, a vizek, a hideg, a meleg és a földrajzi fekvés.
- "Lazítani azon, ami feszes, és feszíteni azon ami laza". Például a túltáplálásból eredő betegségek hashajtással, a hasmenéses betegségek jöltáplálással, a kimerültség okozta betegségek pihenéssel, a tétlenségből eredők testmozgással gyógyíthatók, stb.

(Az alapsételek megnevezésére: 1-1 pont, a magyarázatra: 1-1 pont adható!)

17. Határozza meg röviden az "Életmódtanácsadás és terápia" lényegét! 2 pont ☐

Az életmódterápia olyan élménycentrikus módszeregyüttes, amely a civilizációs betegségek - testi, lelki ártalmak - csökkentése, ill. kiküszöbölése érdekében a természetgyógyászat, a mentálhigiéne adta életmódbeli elvek felhasználásával segít az egyének életmódja tartós javításában.

18. Húzza alá az alábbi felsorolásból azokat a gyógymódokat, amelyek minden esetben önállóan is választhatók terápiás módszerként! Röviden indokolja meg választását! 5 pont ☐

Neuráalterápia

Antropozófus orvoslás

Bioenergetika

Biológiai fogorvoslás

Manuális medicina

Hagyományos kínai orvoslás

Véroxigenizációs terápiák

Ájurvédikus orvoslás

Mikrobiológiai terápiák

Hagyományos tibeti orvoslás

Enzimterápiák

Ortomolekuláris medicina

Terápiák természet-gyógyászati műszerekkel (elektroakupunktúra, szoflézer, biorezonancia stb.)

Kineziológia

Homeopátia

Indoklás:

E rendszerszerű gyógymódok jellegzetessége, hogy részeik között megtalálhatók a táplálkozási terápiák, mozgásterápiák, gyógyszeres gyógyítás, egyéb speciális gyógymódok, amelyek egyébként a klasszikus gyógymódokhoz tartoznának és minden krónikus betegség terápiájának alapját képezik. Itt azonban a rendszer alkalmazásában bennefoglaltatnak e klasszikus gyógymódok is.

(Csak a négy helyes válasz aláhúzása fogadható el! Több válasz esetén a megoldás érvénytelen!
Az indoklásra 1 pont adható!)

19. Sorolja fel az auriculomedicina módszereit! 6 pont ☐

- szemrevételezés (hámlás, hólyagocskák, kifekélyesedés, göbcske stb.)
- tapintás – ujjakkal, szondával (fájdalmasság, porckeményedés)
- hideg-, meleg ingerlés (érzékenység jelentkezik)
- elektromos pontkeresés (az elektromos ellenállás lecsökken a pontban)
- ACR auriculo-cardialis-reflex (a betegpont igen enyhe ingerlése radiális pulzusváltozást eredményez – amplitúdó csökken vagy nő)
- Omura-teszt alkalmazása

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20. Írja le a cikcafarkkóró jellemzőit az alábbi szempontok szerint! 5 pont

A. A növény drogot tartalmazó részei:

- virág
- virágos leveles hajtás

B.* Gyógyhatása (Írjon kettőt /2/!):

- gyulladáscsökkentés
- görcsoldás
- emésztés javítás

C.* Indikáció (Írjon kettőt /2/!):

- gyomorfekély
- étvágytalanság
- gyomornyálkahártyagyulladás
- bőrgyulladás

(Az „A” részre: 1 pont; a „B” és „C” részre: helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21. Írja le a gyógynövények hatóanyagainak kivonási módjait! 6 pont

- infúzió (forrázat)
- dekoktum (főzet)
- macerátum (áztatás)
- perkoláció (kioldás)
- préseles (lenyérés)
- lepárlás

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22. Párosítsa a betegségeket és a kezelésük során alkalmazható gyógyvizeket! 2 pont
(Írja a számok mellé a megfelelő betűjelet!)

1. érszűkület

A. vasas gyógyvíz

2. struma

B. jódos gyógyvíz

3. székrekedés

C. szulfátos gyógyvíz

4. testi leromlás

D. radioaktív gyógyvíz

1.-...D... 2.-...B... 3.-...C... 4.-...A...

szénsavtartalmú víz: szívbetegségek, perifériás keringési zavarok esetén
konyhasós víz: nőgyógyászati és urológiai gyulladások mérséklésére

(Helyes válaszonként 1 – 1 pont adható!)

- 24.* Soroljon fel három /3/ olyan mozgásterápiát, melyeket funkcionális szívpanaszok esetén javasolna a betegeknek! 3 pont

- tajcsi
- jóga
- csikung
- légzőgyakorlatok

(Helyes válaszonként 1 – 1 pont adható!)

- 25.* Írja le, hogy székrekedésben szenvedő betegének milyen tanácsokat adna az életmódjára vonatkozóan! (Írjon hatot /6/!) 3 pont

- rendszeresen táplálkozzon
- rostús ételeket fogyasszon
- sok folyadékot igyon
- fogyasszon lenmagot, aszalt szilvát, fügét sok folyadékkal
- rendszeresen mozogjon
- lehetőleg mindennap azonos időben ürítse székletét
- relaxáljon

(Helyes válaszonként 0,5 – 0,5 pont adható!)

- 26.* Soroljon fel hat /6/ olyan tényezőt, amelyek a bioenergiát befolyásolják! 6 pont

- lelki állapot
- meditáció, imagináció, szuggestió, autoszuggesztió
- pszichoterápia
- szeretet
- mások negatív gondolatai
- a természetgyógyászat szokásos terápiái
- külső természeti anyagok és más élőlények

(Helyes válaszonként 1 – 1 pont adható!)

- 27.* Soroljon fel a természetgyógyászat lényegét meghatározó tartalmi jellegzetességek közül ötöt /5/! 5 pont

- tradicionális
- természetes módszereket, eszközöket, anyagokat, energiákat használ
- holisztikus szemléletű
- szelíd természetű
- preventív, életmódformáló

- *individuális*
- *ingerterápia, regulációs medicina*
- *mikrorendszereket alkalmaz*
- *a gyógyító-beteg viszony partneri*

(Helyes válaszonként 1 – 1 pont adható!)

28.* Soroljon fel olyan nyolc /8/ képességet, technikát, melyekkel az önismeret fejleszthető!

4 pont

- *átélés, érzékelés, észlelés*
- *autogén tréning és más relaxációs technikák*
- *Gendlin-féle fókuszálás*
- *pozitív önellfogadás*
- *részvétel önismereti csoportban*
- *empátialabor*
- *kommunikációs készségfejlesztő csoportban való részvétel*
- *társismereti készségek javítása*

(Helyes válaszonként 0,5 – 0,5 pont adható!)