

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:
az írásbeli vizsga befejezésének
időpontjáig
A minősítő neve: Dr. Páva Hanna
A minősítő beosztása: igazgató

| |
|----------------------------|
| M E G O L D Ó L A P |
|----------------------------|

szakmai írásbeli vizsga

Reflexológus szak

2023. június 8.

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.
- A dolgozatban előforduló esetleges hibákat, tévedéseket kérjük, feltűnően jelöljék!
- A feladatlap egységes értékeléséhez használják fel a rendelkezésükre bocsátott megoldási javaslatot!
- Ponthatáron belül a megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a csillaggal (*) jelölt kérdéseknél.
- Tekintettel az írásmód eltérő gyakorlatára, az értékelésnél ne a helyesírást, hanem a tartalmat értékeljék a tanárok!
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot!
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:

| | |
|----------|-------------|
| 100 - 85 | - jeles |
| 84 - 75 | - jó |
| 74 - 61 | - közepes |
| 60 - 51 | - elégséges |
| 50 - | - elégtelen |

Maximálisan adható
pontszám:

1.*

3 pont

Sorolja fel, mely gyógynövények képezhetik a nyugtató hatású teakeverék alapját! Írjon hármat!

- *orbáncfű*
- *levendula*
- *citromfű*
- *macskagyökér*
- *komló*
- *lóhere*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

2.*

4 pont

Nevezzen meg az aromaterápia gyógyhatásai közül négyet!

- *nyugtató, vagy éppen élénkítő hatás*
- *hangulatjavító hatás*
- *vérnyomás-szabályozás*
- *fertőtlenítő (baktériumölő) hatás*
- *nyákoldó, légzéskönnyítő hatás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

3.

7 pont

Készítsen reflexológiai kezelési tervet prosztatagyulladás esetén!

Kezelendő zónák:

- *vizeletkiválasztó rendszer*
- *nyirokrendszer*
- *nemi szervrendszer (prostata kiemelten)*
- *hipofízis*
- *mellékvese*
- *gerinc lumbális szakasza*
- *altest fellazítása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.*

5 pont

Határozzon meg öt fájdalomcsillapító zónát/területet a lábon!

- *vese zóna*
- *mellékvese zóna*
- *vakbél zóna*
- *vakbél kiegészítő zóna*
- *mellkasi nyirokfőtörzs területe*
- *lágycék nyirokterülete*
- *comb nyirokterülete*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.

12 pont

Nevezze meg az ábrán a sorszámokkal jelzett zónákat! Írja a zóna nevét a sorszám mellé!



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.**6 pont****Nevezze meg az alacsony vérnyomás esetén masszírozandó zónákat!**

- *vese*
- *húgyvezeték*
- *húgyhólyag*
- *agyalap*
- *kisagy*
- *egyensúlyszerv*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.***4 pont****Soroljon fel négy magyar képviselőt, akik a talpmasszázs módszerét alkalmazzák/alkalmazták és oktatják/oktatták!**

- *Szabó Lajos atya*
- *dr. Oláh Andor*
- *Bánszky Judit*
- *dr. Tamasi József*
- *dr. Mótusz János*
- *dr. Palágyi Jolanda*
- *Zolnay Antal*
- *Béky László*
- *dr. Palásti Katalin*
- *dr. Csikai Erzsébet*
- *Nagyné Halász Anna*
- *Szabó Szigfried*
- *Adamovszky István*
- *Major Etelka*
- *Kökény Mária*
- *Hartman Ferenc*
- *Hegedűs Eta*
- *Bődő László*
- *dr. Kelényiné Mészáros Ilona*
- *Sárai Gábor*
- *Sajtos Gizella*

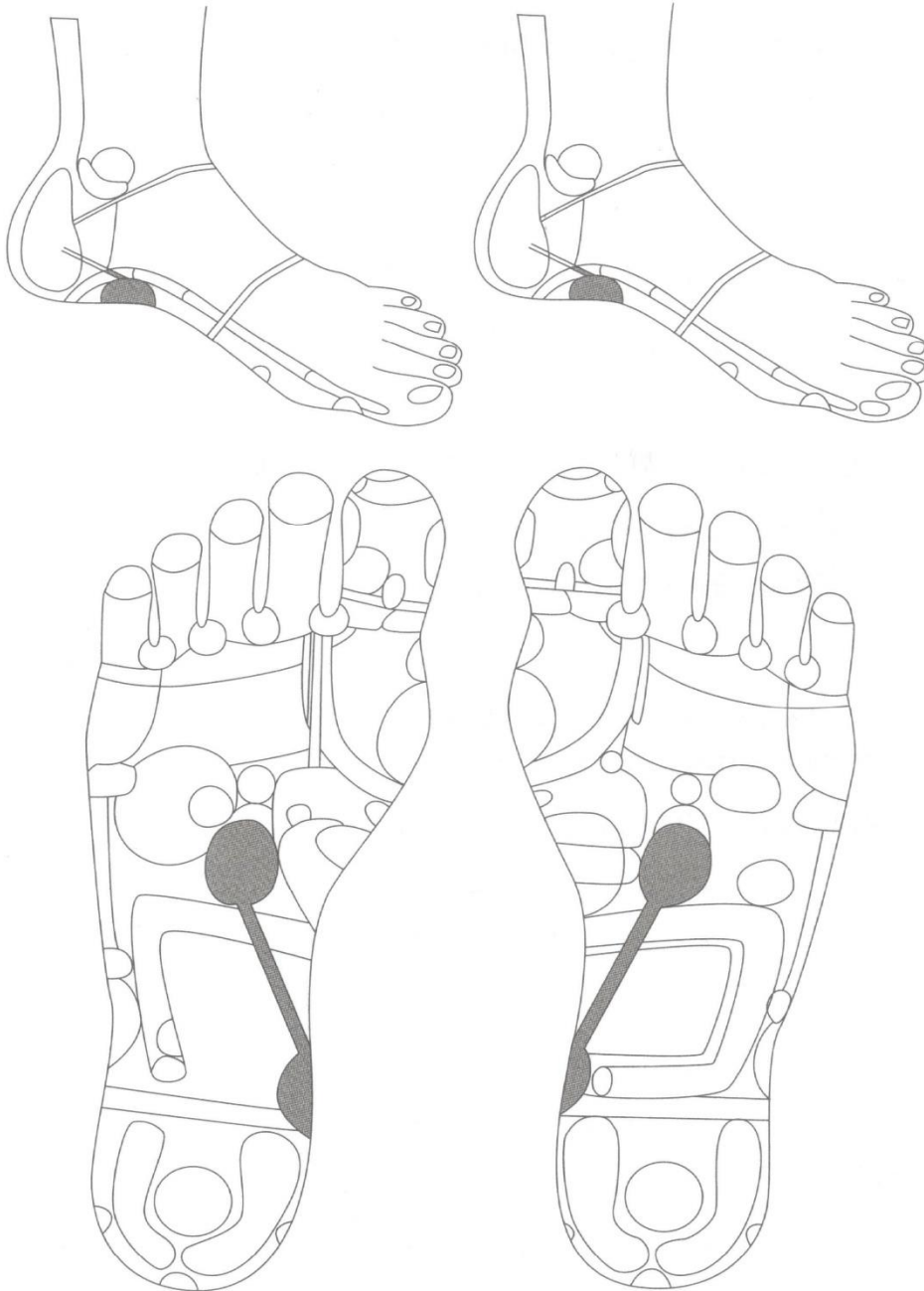
(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.

8 pont

Sorolja fel a vizeletkiválasztó rendszer reflexpontjait! Jelölje be a pontokat az ábrákba!

- *vese*
- *húgyvezeték*
- *húgyhólyag*
- *húgycső*



(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

9.***8 pont**

Írjon le nyolc okot, amely a reflexológia széleskörű elterjedésében szerepet játszott!

- *ez áll legközelebb a materialista szemléletű emberekhez*
- *jól körülhatárolt zónák jelzik az egyes szervek visszatükröződését*
- *a törődés és odafigyelés egyik legszebb példája*
- *napszaktól függetlenül bármikor alkalmazható*
- *nemcsak testi, hanem lelki síkon is hat*
- *a talp már jelez, amikor a beteg még panaszmentes, illetve a vizsgálati eredmények még negatívak*
- *kiterjedt, jól hozzáférhető nemzetközi és hazai szakirodalommal rendelkezik*
- *semmilyen eszköz nem kell hozzá*
- *jól felkészült szakember által végezve nincs mellékhatása*
- *elősegíti más természetgyógyászati módszer hatékonyságát*
- *állapotfelmérésre, prevencióra, utókezelésre és az orvosi terápia kiegészítésére alkalmas*
- *a reflexológiai speciális masszázsprogramok komplex hatást fejtenek ki*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.***5 pont**

Sorolja fel az alacsony vércukorszint tüneteit! Írjon ötöt!

- *émelygő éhségérzet*
- *fejfájás*
- *ideges feszültség*
- *sápadtság, hideg verejtékezés*
- *fesztes pulzus*
- *remegés*
- *súlyos esetben eszméletvesztés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.**3 pont**

Húzza alá az önmasszázs előnyeit!

- bármikor alkalmazható
- a masszázs erőssége nehezen szabályozható
- lassabban vehetőek észre az elváltozások
- nem kíván alkalmazkodást másokhoz
- egy zónát naponta csak egyszer kell kezelni
- időtakarékos

(Csak a 3 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

12.**12 pont** **Ismertesse a relaxáló masszázsprogram célját és menetét!**

Célja*:

- *pozitív pszichés változások megteremtése*
- *a fizikai és lelki diszharmónia megszüntetése*
- *a stresszhatások megszüntetése, ellazulás, a belső nyugalom biztosítása*

Menete:

1. *ráhangoló fogások*
2. *lábujj technikák*
3. *gerinckezelő technikák*
4. *nyirok speciális technika (CsiAn)*
5. *hernyózás*
6. *csontkezelési fogások*
7. *belső elválasztású mirigyek harmonizálása*
8. *bokalazító technika*
9. *energiarendezés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.***5 pont** **Sorolja fel, milyen masszírozási technikák tartoznak az alapfogások közé!
Írjon ötöt!**

- *finom szaggatott érintés*
- *simító masszázs*
- *váltott hüvelykujj masszázs*
- *körkörös, spirálmassázs*
- *egyenes és ívelt kihúzó masszázs*
- *dagasztó masszázs*
- *pontnyomó masszázs*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.***3 pont** **Nevezze meg a köpölyözés pozitív hatásait! Írjon hármat!**

- *növeli a szervezet ellenálló képességét*
- *salakanyagok távoznak el a szervezetből*
- *izomlazító hatású*
- *javítja a vér pH-értékét*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.***8 pont**

Soroljon fel nyolc tünetet/betegséget, amelyek a szervezetben jelenlévő góccra hívják fel a figyelmet!

- *fejfájás*
- *égő érzés a szemek területén*
- *fogágybetegség*
- *nehézlégzés*
- *heves szívdobogás*
- *puffadás*
- *vizelési panaszok*
- *láz, tartós hőemelkedés*
- *nyirokcsomó-megnagyobbodás*
- *bőrtünetek*
- *duzzanat*
- *ízületi panaszok*
- *fáradékonyság*
- *gyulladás jelenléte bárhol a szervezetben*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.***4 pont**

Nevezze meg a vénatágulat (varicositas) lehetséges okait és tüneteit! Írjon kettőt-kettőt!

Okai:

- *a felületes vénák falának gyengesége*
- *fokozott terhelés*
- *a hasűri nyomás fokozódása (pl. terhesség, ascites)*

Tüneteit: Írjon kettőt!

- *fájdalom*
- *fáradt láb érzése*
- *hangyamászásszerű tompa nyomásérzés*
- *viszketés, kivörösödés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.***3 pont**

Írjon le a hormonok jellemzői közül hármat!

- *belső elválasztású mirigyek termelik*
- *a vér útján jutnak el a rájuk specifikusan érzékeny sejtekhez*
- *kis mennyiségben is kifejtik hatásukat*
- *bonyolult szerkezetű szerves vegyületek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)