

# **REFLEXOLÓGIA**

## **Szóbeli tételsor**

### **I.**

#### **Reflexológiai alapismeretek**

- I/1. Holisztika és reflexológia.
- I/2. Energetika és reflexológia.
- I/3. A reflexológia fogalma, történeti áttekintése.
- I/4. A reflexológia magyarországi kialakulásának folyamata, képviselői.
- I/5. A reflexológia nemzetközi és magyar szakirodalmának áttekintése, értékelése (egy szakirodalom alapján).
- I/6. A reflexológia és az orvostudomány kapcsolata.
- I/7. A reflexológia helye a magyarországi természetgyógyászati módszerek rendszerében.
- I/8. Korporális reflexológia általános alapelvei.
- I/9. A reflexológiai kezelések során használt mikrorendszerek alapvető ismeretei.
- I/10. A reflexológiában ismert mikroterületeken alkalmazható módszerek: köpöly, moxa, fülgyertya, és egyéb kezelési eszközök.
- I/11. A reflexológus rendelő működésének feltételei, felszerelése, higiénés rendszabályok.
- I/12. A reflexológiai kezelést befolyásoló tényezők.
- I/13. Általános elsősegélynyújtási alapismeretek.
- I/14. Elsősegélynyújtás a reflexológiai praxisban.
- I/15. A helyes életmód.
- I/16. Káros szenvedélyek hatása az emberi testre (alkohol, kávé, dohányzás, kóla, csokoládé, mobiltelefon, számítógép, walkman, disckman stb.).

## **II. Reflexológiai alapelvek**

### **Kompetencia**

- II/1. A reflexológia hatásmechanizmusának elméletei.
- II/2. A reflexológia élettani hatása I. Idegrendszeri hatás.
- II/3. A reflexológia élettani hatása II. Hormonegyensúlyt teremtő hatás.
- II/4. A reflexológia élettani hatása III. Vérkeringést, nyirokkeringést szabályozó hatás.
- II/5. A reflexológia élettani hatása IV. Harmonizáló hatás.
- II/6. A reflexológia élettani hatása V. Méregtelenítő, anyagcsere szabályozó hatás.
- II/7. A reflexológia élettani hatása VI. Relaxáló hatás.
- II/8. A reflexológia élettani hatása VII. Fájdalomcsillapító hatás.
- II/9. A reflexológia abszolút kontraindikációi.
- II/10. A reflexológia relatív kontraindikációi.
- II/11. A reflexmasszázs azonnali hatásai.
- II/12. A reflexmasszázs későbbi hatásai.
- II/13. A reflexológus felelőssége.
- II/14. A reflexológus kompetenciája.
- II/15. A reflexológus és konzulens orvos kapcsolata; a reflexológus és háziorvos kapcsolata.
- II/16. A reflexológusok kapcsolata egymással és a többi szakma képviselőivel.
- II/17. A szakma tapasztalati eredményei (újabb kutatási, tudományos eredmények, cikkek, publikációk).
- II/18. A reflexológus magatartása, egészségét védő módszerek, a reflexológus energetikai és jogi védelme.

### **III.**

#### **Állapotfelmérés alapelvei és módszerei**

- III/1. A láb anatómiája.
- III/2. A kéz anatómiája.
- III/3. A láb reflexzónák elhelyezkedésének alapelvei.
- III/4. A kéz reflexzónák elhelyezkedésének alapelvei.
- III/5. Elváltozások a lábon.
- III/6. Elváltozások a kézen.
- III/7. Az egyes kórképek reflexzónában megjelenő képletei.
- III/8. Góckutatás a szervezetben.
- III/9. A góckutatás reflexológiai módszerei.
- III/10. A betegségek lelki okairól általánosságban.
- III/11. A méregtelenítő funkciók, (vizeletkiválasztó-, emésztő-, légzőrendszer) betegségeinek lelki okai.
- III/12. A szállító funkciók (vérkeringés, nyirokkeringés) betegségeinek lelki okai.
- III/13. A központi irányítási funkciók (agy- és idegrendszer, hormonrendszer) betegségeinek lelki okai.
- III/14. Az életminőséget javító funkciók (érezkszervrendszer, mozgásszervrendszer, nemi szervrendszer) betegségeinek lelki okai.
- III/15. A dokumentáció, állapotfelmérés, a páciens követése.
- III/16. A mikrorendszerek ismereteinek felhasználása az állapotfelmérés folyamatában.
- III/17. A kezelési terv elkészítésének elméleti ismeretei.
- III/18. Az esettanulmány elkészítésének követelményei.

## **IV.**

### **Reflexterületek masszázstecnikák, masszázsprogramok**

- IV/1. Az egészséges láb ismérvei.
- IV/2. Az egészséges kéz ismérvei.
- IV/3. Az egészséges láb és kéz megőrzésének módszerei.
- IV/4. A láb előkészítése masszírozáshoz. A láb előkészítésénél használható anyagok, eszközök.
- IV/5. A masszázsfogások elméleti tudnivalói – alapfogások.
- IV/6. A masszázsfogások elméleti tudnivalói – speciálisfogások.
- IV/7. A masszázs sorrendje.
- IV/8. A masszázs iránya, erőssége, időtartama.
- IV/9. Önmasszázs előnyei, hátrányai.
- IV/10. Partnermasszázs előnyei, hátrányai.
- IV/11. Bevezető masszázsprogram.
- IV/12. Levezető masszázsprogram
- IV/13. Relaxáló masszázsprogram.
- IV/14. Méregtelenítő masszázsprogram.
- IV/15. Immunműködésre ható masszázsprogram.
- IV/16. Harmonizáló masszázsprogram.

## V.

### Reflexológiai klinikum

- V/1. A vizeletkiválasztó rendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/2. Az emésztőrendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/3. A légzőrendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/4. A nyirokkeringés betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/5. A vérkeringési szervrendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/6. Az agy és idegrendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/7. A hormonrendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/8. Az érzékszervek betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/9. A nemi szervrendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/10. A mozgásszervrendszer betegségeinek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/11. A geriátriai betegségek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.
- V/12. Az onkológiai betegségek reflexológiai vonatkozásai, alternatív megoldásai.

## **Reflexológus szak**

### **Gyakorlati tételsor**

1. Állapot felmérési térkép és kezelési térkép készítése.
2. Bemelegítő és levezető masszázs.
3. A kiválasztó rendszer zónáinak masszírozása.
4. Kezelési terv készítése allergiás megbetegedések esetén.
5. Méregtelenítő masszázsprogram.
6. A vérkeringés és nyirokkeringési rendszer zónáinak masszírozása.
7. Immunműködésre ható masszázsprogram.
8. Az agy és idegrendszer és a hormonrendszer zónáinak masszírozása.
9. Kezelési terv készítése fejfájás és szédülés esetén.
10. Az anyagcserét befolyásoló zónák masszírozása.
11. Harmonizáló masszázsprogram.
12. Relaxációs masszázsprogram.
13. Az érzékszervek, nemi szervrendszer zónáinak masszírozása.
14. Masszázs lehetősége terhesség esetén, felkészítés a szülésre, szoptatásra.
15. Masszázsprogram férfi és női klimax esetén.
16. A mozgásszervrendszer zónáinak masszírozása. Masszázs program csontritkulás esetén.

## **REFLEXOLÓGUS SZAK**

### **MINTAANAMNÉZIS A REFLEXOLÓGUS SZAK GYAKORLATI VIZSGÁJÁHOZ**

Készítsen terápiás tervet a beteg kezelésére!

Kezelési módszer megnevezése, időtartam meghatározása, a beavatkozás sorrendjének megállapítása, a kúra megállapítása - étkezés, pihenés bejelölésével - kúra időtartamának javaslatával. Amennyiben utókezelést is indokoltnak tart, tegyen javaslatot annak módjára és gyakoriságára.

Esetleírás:

45 éves asthenias alkatú férfi hajnalonként befulladás, halálfélelme van. Csak ülve tud pihenni, légzése akadozó, orrszárnnyi légzés is megfigyelhető.

Dg: Asthma bronchiale

### **AJÁNLOTT IRODALOM**

- |  |  |
|--|--|
| Dr. Csikai Erzsébet – Nagyné Halász Anna | A reflexológia alapjai<br>Magánkiadás Debrecen, 2005.                |
| Dr. Csikai Erzsébet—Nagyné Halász Anna   | Reflexológiai klinikum<br>Magánkiadás Debrecen, 2007.                |
| Dr. Csikai Erzsébet—Nagyné Halász Anna   | Reflexológiai kezelési útmutató<br>Magánkiadás Debrecen, 2014.       |
| Dr. Csikai Erzsébet                      | Talpra állított egészség<br>Magánkiadás Debrecen, 2002.              |
| Bánszky Judit                            | A reflexológia elmélete és gyakorlata<br>Magánkiadás Budapest, 1991. |