

SZEMTRÉNER SZAK

Szóbeli tételsor

I.

1. A látás sportélettana
2. Az ínhártya
3. Az érhártya
4. A sugártest
5. A szivárványhártya
6. Az ideghártya
7. A látóidegfő
8. A szem fénytörő közegei
9. A szemlencse
10. A csarnokvíz
11. A látóideg
12. A látópálya
13. A szemmozgató izmok
14. A szemhéjak
15. A könnykészülék
16. A látószerv élettana

II.

1. A fül, mint reflexterápiás terület szemtréner szemszögéből
2. A fültérkép
3. Íriszreflexológiai alapfogalmak
4. A Fuchs szög jelentősége
5. A pupilla
6. Adaptációs gyűrűk
7. Toxikus elszíneződések a szivárványhártyán
8. Degenerációs jelek az íriszen
9. Sztróma elváltozások az íriszen
10. Szervműködési elégtelenség szivárványhártyán észlelhető jelei
11. A szivárványhártya topográfiája a szemtréner szemszögéből
12. A Fuchs vonal vetületeinek értékelései
13. A Fuchs vonal és az írisz széle közötti terület reflexjei
14. Az arc és a szem összefüggései a szemtréner szemszögéből
15. A nyelv és a szem összefüggései a szemtréner szemszögéből
16. A fej és a szem összefüggései a szemtréner szemszögéből

III.

1. Fényviszonyok
2. Közeli munka
3. Televízió és képernyőmunka
4. Pihenés és nézés
5. Szempihentető szünet
6. Vizualizálás
7. Akkomodáció
8. Vándorlás a szemmel
9. Az ostor
10. Három távolsági pont
11. Közeli és távoli kártya
12. Ujjak képezte kapu
13. A fúzió
14. Hüvelykujjfúzió
15. Jelfúzió
16. Zsinórfúzió

IV.

1. Schneider féle látásterápia elve és mechanizmusa
2. A gyenge látás okai: a szem és az érzelmek
3. A szem, az értelem és a test
4. A Bates módszer lényege
5. A Bálinger szemüveg
6. Koplakov módszer munkahelyen
7. Koplakov módszer otthon
8. Kínai masszáz
9. A munkahely megvilágítása
10. Az ipari munka során a szemet veszélyeztető ártalmak
11. Savak és lúgok maróhatása a szemre
12. A szorongás szemtünetei
13. Célzott szemtréning
14. A táplálkozás szemészeti vonatkozásai
15. Az akupresszúra szemészeti vonatkozásai
16. Veda Vision szemüveg

SZEMTRÉNER SZAK

GYAKORLATITÉTELEK

Minta a vizsgázóknak

**1-20-ig
(anamnézis)**

1. **a.** Egészséges szemű óvodás és iskolás gyerekek rendszeresen végeznek tornafoglalkozások keretében szemtréninget. Mi a jelentősége ennek? Mit tud az eddig elért eredményekről? Milyen gyakorlatokat végeztetne?
- b.** A szemhéjszélbeli árpa és jégárpa tünetei, kezelésének főbb szempontjai.

AJÁNLOTT IRODALOM

dr. Ozsváth Mária	A szemtréning kézikönyve
dr. Ozsváth Mária	Akupunktúra, természetgyógyászat a szemészetben
dr. Vörösmarty Dániel	A látszerészek kézikönyve
dr. Eőry Ajándok	Kínai masszázs
M. Schneider	Az öngyógyítás kézikönyv
Ajánlott weboldal	www.alternativszemdr.hu