

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług w zakresie masażu**
Oznaczenie kwalifikacji: **Z.01**
Wersja arkusza: **X**

Z.01-X-16.08

Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE
Rok 2016
CZEŚĆ PISEMNA

Instrukcja dla zdającego

1. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 9 stron. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
2. Do arkusza dołączona jest KARTA ODPOWIEDZI, na której w oznaczonych miejscach:
 - wpisz oznaczenie kwalifikacji,
 - zamaluj kratkę z oznaczeniem wersji arkusza,
 - wpisz swój numer PESEL*,
 - wpisz swoją datę urodzenia,
 - przyklej naklejkę ze swoim numerem PESEL.
3. Arkusz egzaminacyjny zawiera test składający się z 40 zadań.
4. Za każde poprawnie rozwiązane zadanie możesz uzyskać 1 punkt.
5. Aby zdać część pisemną egzaminu musisz uzyskać co najmniej 20 punktów.
6. Czytaj uważnie wszystkie zadania.
7. Rozwiązania zaznaczaj na KARCIE ODPOWIEDZI długopisem lub piórem z czarnym tuszem/atramentem.
8. Do każdego zadania podane są cztery możliwe odpowiedzi: A, B, C, D. Odpowiada im następujący układ krerek w KARCIE ODPOWIEDZI:

A	B	C	D
---	---	---	---

9. Tylko jedna odpowiedź jest poprawna.
10. Wybierz właściwą odpowiedź i zamaluj kratkę z odpowiadającą jej literą – np., gdy wybrałeś odpowiedź „A”:

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	D
-------------------------------------	---	---	---

11. Staraj się wyraźnie zaznaczać odpowiedzi. Jeżeli się pomylisz i błędnie zaznaczysz odpowiedź, otocz ją kółkiem i zaznacz odpowiedź, którą uważasz za poprawną, np.

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	<input checked="" type="checkbox"/>
-------------------------------------	---	---	-------------------------------------

12. Po rozwiązaniu testu sprawdź, czy zaznaczyłeś wszystkie odpowiedzi na KARCIE ODPOWIEDZI i wprowadziłeś wszystkie dane, o których mowa w punkcie 2 tej instrukcji.

Pamiętaj, że oddajesz przewodniczącemu zespołu nadzorującego tylko KARTĘ ODPOWIEDZI.

Powodzenia!

* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

Zadanie 1.

Obręcz obu kończyn dolnych tworzy zamknięty układ, w skład którego wchodzi kości

- A. udowe i kość krzyżowa.
- B. biodrowe i kość łonowa.
- C. kulszowe i kość biodrowa.
- D. miedniczne i kość krzyżowa.

Zadanie 2.

Jeżeli przyczepy będące w czynnym napięciu mięśnia oddalają się od siebie, to praca tego mięśnia ma charakter

- A. koncentryczny.
- B. ekscentryczny.
- C. izometryczny.
- D. statyczny.

Zadanie 3.

Węzły chłonne, które nazywane są węzłami Sorgiusa, należą do węzłów pachowych

- A. bocznych.
- B. środkowych.
- C. piersiowych.
- D. szczytowych.

Zadanie 4.

Przeciwwskazaniami do stosowania drenażu limfatycznego są obrzęki powstałe

- A. po kontuzjach i urazach mięśni.
- B. po amputacji gruczołu piersiowego.
- C. w efekcie kontuzji i urazów stawów.
- D. w przebiegu ostrych stanów zapalnych.

Zadanie 5.

Przeciwwskazaniami do wykonywania u pacjenta masażu odruchowego są schorzenia

- A. krążeniowe i migrenowe bóle głowy.
- B. czynnościowe i przewlekłe narządów ruchu.
- C. przebiegające bez wystąpienia zmian odruchowych.
- D. czynnościowe i przewlekłe narządów wewnętrznych.

Zadanie 6.

Masaż segmentarny należy rozpocząć od opracowania

- A. mięśni przykręgosłupowych i mięśni grzbietu.
- B. kończyn dolnych, potylicy i głowy.
- C. miednicy i powłok brzusznych.
- D. klatki piersiowej i grzbietu.

Zadanie 7.

W drenażu limfatycznym obowiązuje kierunek przemieszczania chłonki od

- A. ujść żylnych wzdłuż naczyń limfatycznych w kierunku obwodu.
- B. najbliższych węzłów chłonnych w kierunku obwodu.
- C. ujść żylnych w kierunku węzłów regionalnych.
- D. obwodu w kierunku ujść żylnych.

Zadanie 8.

Głównym celem stosowania techniki rozcierania w masażu klasycznym jest

- A. mechaniczne usunięcie złuszczonego naskórka.
- B. zwiększenie pobudliwości obwodowego układu nerwowego.
- C. przepchnięcie krwi i chłonki z naczyń obwodowych do centralnych.
- D. rozluźnienie i rozdrobnienie złożeń pozapalnych celem ułatwienia ich resorpcji.

Zadanie 9.

Który rodzaj masażu należy zastosować w celu usunięcia zmian odruchowych powstałych w tkankach na skutek zaburzeń narządów wewnętrznych?

- A. Limfatyczny.
- B. Synkardialny.
- C. Segmentarny.
- D. Centryfugalny.

Zadanie 10.

Podczas drenażu limfatycznego transport płynu tkankowego do naczyń chłonnych włosowatych odbywa się dzięki

- A. różnicy ciśnień między przestrzenią pozanacyniową a światłem naczyń.
- B. ruchom oddechowym klatki piersiowej i przepony.
- C. pracy mięśni gładkich ścian naczyń chłonnych.
- D. działaniu siły grawitacji.

Zadanie 11.

Masażem wpływającym na zwiększenie masy i siły mięśniowej jest masaż

- A. centryfugalny.
- B. tensegracyjny.
- C. izometryczny.
- D. ipsilateralny.

Zadanie 12.

Pozycja siedząca **nie może** być zastosowana podczas masażu u pacjentów z rozpoznaniem

- A. kręczu szyi.
- B. przykurczu Volkmana.
- C. porażenia nerwu twarzowego.
- D. przewlekłego stanu rwy kulszowej.

Zadanie 13.

Zmiany demielinizacyjne w ośrodkowym układzie nerwowym są typową cechą charakterystyczną dla

- A. udaru mózgu.
- B. wiału rdzenia.
- C. choroby Parkinsona.
- D. stwardnienia rozsianego.

Zadanie 14.

Ból promieniujący od szyi do ramienia i wzdłuż kończyny górnej, a niekiedy również do łopatki i klatki piersiowej, jest charakterystyczny dla

- A. rwy barkowej.
- B. kręczu szyjnego.
- C. zespołu bolesnego barku.
- D. porażenia splotu ramiennego.

Zadanie 15.

Dla pacjenta z zeszywniającym zapaleniem stawów kręgosłupa, w celu zmniejszenia bolesności i zwiększenia elastyczności mięśni wskazane są zabiegi w kolejności:

- A. ćwiczenia, krioterapia, masaż.
- B. krioterapia, masaż, ćwiczenia.
- C. naświetlanie lampą sollux, masaż, ćwiczenia.
- D. ćwiczenia, naświetlanie lampą sollux, masaż.

Zadanie 16.

Prawidłowa kolejność ambulatoryjnego postępowania usprawniającego w przypadku skręcenia stawu skokowego obejmuje:

- A. działanie przeciwbólowe, likwidację obrzęku, wzmocnienie siły mięśniowej, poprawę zakresu ruchu.
- B. likwidację obrzęku, działanie przeciwbólowe, poprawę zakresu ruchu, wzmocnienie siły mięśniowej.
- C. likwidację obrzęku, poprawę zakresu ruchu, działanie przeciwbólowe, wzmocnienie siły mięśniowej.
- D. działanie przeciwbólowe, poprawę zakresu ruchu, likwidację obrzęku, wzmocnienie siły mięśniowej.

Zadanie 17.

W celu zlikwidowania obrzęku stawu kolanowego u pacjenta po złamaniu okolicy tego stawu, należy zastosować masaż

- A. izometryczny oraz krioterapię.
- B. łącznotkankowy oraz okłady parafinowe.
- C. limfatyczny oraz bandażowanie kompresyjne.
- D. centryfugalny oraz sollux z filtrem czerwonym.

Zadanie 18.

Pacjentowi po rozległym urazie kończyny górnej unieruchomionej opatrunkiem gipsowym, w celu przyspieszenia zrostu kostnego, pobudzenia krążenia krwi oraz przeciwdziałania zanikom mięśniowym wskazane jest zastosowanie masażu

- A. kontralateralnego.
- B. tensegracyjnego.
- C. izometrycznego.
- D. centryfugalnego.

Zadanie 19.

W masażu dziecka ze spastyczną postacią mózgowego porażenia dziecięcego **nie należy** stosować technik

- A. głaskania odsercowego i wibracji labilnej.
- B. rozcierania podłużnego i głaskania dosercowego.
- C. głaskania poprzecznego i delikatnego ugniatania podłużnego.
- D. rozcierania poprzecznego i delikatnych ucisków wykonanych całą dłonią.

Zadanie 20.

Masaż leczniczy, który należy wykonać w przypadkach stanów po skręceniu lub zwichnięciu stawów oraz w urazach tkanek okołostawowych bez współistniejącego obrzęku okolicy stawu, to masaż

- A. kontralateralny.
- B. centryfugalny.
- C. synkardialny.
- D. ipsilateralny.

Zadanie 21.

W czasie zabiegu masażu wirowego kończyn dolnych temperatura wody w wannie powinna mieścić się w zakresie

- A. 30-32°C
- B. 33-35°C
- C. 36-38°C
- D. 39-41°C

Zadanie 22.

U pacjenta z przykurczem zgięciowym stawu kolanowego, powstałym w przebiegu gonartrozy, należy wykonywać masaż według schematu:

- A. pobudzenie mięśni grupy przedniej uda, rozluźnienie grupy zginaczy stawu kolanowego, opracowanie stawu.
- B. rozluźnienie grupy zginaczy stawu kolanowego, opracowanie stawu, pobudzenie mięśni grupy przedniej uda.
- C. opracowanie stawu, rozluźnienie mięśni grupy przedniej uda, pobudzenie grupy zginaczy stawu kolanowego.
- D. opracowanie stawu, pobudzenie grupy zginaczy stawu kolanowego, rozluźnienie mięśni grupy przedniej uda.

Zadanie 23.

W masażu segmentalnym pacjenta z rwą kulszową okolice ciała powinny być opracowane w kolejności:

- A. palce stopy, stopa, staw skokowy, podudzie, staw kolanowy, udo, mięśnie miednicy, korzenie nerwowe odcinka L-S.
- B. korzenie nerwowe odcinka L-S, mięśnie miednicy, udo, staw kolanowy, podudzie, staw skokowy, stopa, palce stopy.
- C. staw kolanowy, udo, mięśnie miednicy, korzenie nerwowe odcinka L-S.
- D. korzenie nerwowe odcinka L-S, mięśnie miednicy, udo, staw kolanowy.

Zadanie 24.

Podczas masażu według Shantal kończyny dolne opracowuje się w ułożeniu dziecka na

- A. plecach, wzdłuż kończyn dolnych masażysty.
- B. brzuchu, wzdłuż kończyn dolnych masażysty.
- C. plecach, w poprzek kończyn dolnych masażysty.
- D. brzuchu, w poprzek kończyn dolnych masażysty.

Zadanie 25.

Mięśnie obręczy kończyny górnej oraz mięśnie brzucha sportowca odgrywają zasadniczą rolę w mechanice ruchu

- A. w biegach krótkich.
- B. w biegu przez płotki.
- C. w zapasach w stylu klasycznym.
- D. w skoku w wwyż stylem grzbietowym.

Zadanie 26.

Przyczep końcowy mięśnia piersiowego większego znajduje się na

- A. grzebieniu guzka mniejszego kości ramiennej.
- B. grzebieniu guzka większego kości ramiennej.
- C. guzku mniejszym kości ramiennej.
- D. guzku większym kości ramiennej.

Zadanie 27.

Rodzajem masażu sportowego, w którym dominuje technika ugniatania, zajmując nawet do 70% czasu zabiegu, jest masaż

- A. podtrzymujący.
- B. przedstartowy.
- C. treningowy.
- D. startowy.

Zadanie 28.

Czas trwania masażu sportowego przedstartowego u zawodnika startującego w sztafecie na 400 metrów powinien trwać maksymalnie do

- A. 5 minut.
- B. 10 minut.
- C. 15 minut.
- D. 20 minut.

Zadanie 29.

Spośród różnych rodzajów masażu przyrządowych w odnowie biologicznej sportowców **nie można** wykorzystać masażu

- A. próżniowego bańką.
- B. podciśnieniowego.
- C. pneumatycznego.
- D. synkardialnego.

Zadanie 30.

Dla osób cierpiących na bezsenność i stany pobudzenia nerwowego zalecane jest zastosowanie masażu

- A. podwodnego natryskowego.
- B. natryskowego biczowego.
- C. w kąpeli perełkowej.
- D. wirowego.

Zadanie 31.

Środek poślizgowy **nie posiadający** działania wspomagającego masaż sportowy to

- A. żel Fastum.
- B. maść Ben-Gay.
- C. olejek eteryczny.
- D. oliwka do masażu.

Zadanie 32.

Aby wspomóc masaż sportowy zawodnika wykonywany bezpośrednio przed zawodami, należy zastosować środki

- A. odżywcze.
- B. rozgrzewające.
- C. przeciwzapalne.
- D. przeciwbólowe.

Zadanie 33.

Masażu izometrycznego mięśnia czworogłowego uda **nie można** wykonać w pozycji

- A. leżącej tyłem na stole, z podudziami wyprostowanymi w kolanach i umocowanymi pasem do konstrukcji stołu.
- B. leżącej na boku niemasowanym, z kończyną masowaną wyprostowaną, opartą na podkładkach i umocowaną pasami do konstrukcji stołu.
- C. leżącej tyłem na stole, z podudziami ugiętymi w kolanach i opuszczonymi w dół oraz umocowanymi pasem do konstrukcji stołu poniżej blatu.
- D. siedzącej na brzegu stołu, z podudziami ugiętymi w kolanach i opuszczonymi w dół oraz umocowanymi pasem do konstrukcji stołu poniżej blatu.

Zadanie 34.

Technika diagnostyczna tkanek metodą Grugurina polega na

- A. rozcieraniu głębokim skóry pacjenta powierzchnią dłoniową opuszki palca III.
- B. głaskaniu głębokim skóry pacjenta powierzchnią dłoniową opuszki palca III.
- C. opukiwaniu skóry pacjenta powierzchnią dłoniową opuszki palca III.
- D. uciskaniu skóry pacjenta powierzchnią dłoniową opuszki palca III.

Zadanie 35.

Środki wspomagające masaż kosmetyczny należy dobierać w zależności od

- A. rodzaju skóry.
- B. techniki masażu.
- C. preferencji klienta.
- D. preferencji masażysty.

Zadanie 36.

Masażem kosmetycznym przyrządowym, wykonywanym w celu zmniejszenia cellulitu **nie jest** masaż

- A. taśmowy wibracyjny.
- B. rolkowo-próżniowy.
- C. pneumatyczny.
- D. synkardialny.

Zadanie 37.

Chwyty określane jako: stojące koło, pompowanie i czerpanie, to podstawowe techniki pracy w masażu

- A. powięziowym.
- B. limfatycznym.
- C. centryfugalnym.
- D. łącznotkankowym.

Zadanie 38.

Techniką masażu znajdującą największe zastosowanie w terapii w przypadku reumatoidalnego zapalenia stawów /RZS/ jest

- A. wibracja.
- B. głaskanie.
- C. ugniatanie.
- D. rozcieranie.

Zadanie 39.

Symetryczność wykonywania stosowanych podczas zabiegu technik jest cechą charakterystyczną dla masażu

- A. higieniczno-kosmetycznego całego ciała.
- B. kosmetyczno-leczniczego twarzy.
- C. relaksacyjnego grzbietu.
- D. relaksacyjnego twarzy.

Zadanie 40.

Z wymienionych wyrostków kolczystych najbardziej wysunięty ku tyłowi jest wyrostek

- A. drugiego kręgu szyjnego.
- B. siódmego kręgu szyjnego.
- C. szóstego kręgu piersiowego.
- D. pierwszego kręgu piersiowego.