



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

Z.01-X-16.01

Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE

Rok 2016

CZĘŚĆ PISEMNA

Instrukcja dla zdającego

1. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 10 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”:

■	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.

○■	B	C	■
----	---	---	---

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.

W ruchu zginania uda w stawie biodrowym współpracują ze sobą mięśnie

- A. prosty uda i dwugłowy uda.
- B. biodrowo-lędźwiowy i prosty uda.
- C. dwugłowy uda i pośladkowy wielki.
- D. biodrowo-lędźwiowy i pośladkowy wielki.

Zadanie 2.

W układzie pokarmowym przepływ treści wspomagany zjawiskiem fali perystaltycznej występuje w odcinku

- A. przewodu żółciowego wspólnego i przełyku.
- B. przewodu trzustkowego i jelita grubego.
- C. przełyku i jelita grubego.
- D. żołądka i dwunastnicy.

Zadanie 3.

Odpływ chłonki z obszaru uda prawego do układu żylnego przebiega przez węzły pachwinowe prawe oraz dalej przez przewód

- A. piersiowy do lewego kąta żylnego.
- B. piersiowy do prawego kąta żylnego.
- C. chłonny prawy do lewego kąta żylnego.
- D. chłonny prawy do prawego kąta żylnego.

Zadanie 4.

Przeciwwskazaniem do wykonania silnego masażu ręcznego jest

- A. okres treningowy w przygotowaniu sportowca.
- B. zespół bolesnego barku w stanie przewlekłym.
- C. utrwalony przykurcz mięśniowy w stawie.
- D. zanik mięśniowy w wyniku miopatii.

Zadanie 5.

Masażu klasycznego powłok brzusznych **nie należy** stosować

- A. w przypadku ostrej niedrożności jelit.
- B. w przypadku nawykowego zaparcia jelit.
- C. w normalizacji napięcia skóry i mięśni w połogu.
- D. w terapii wygojonych blizn po operacjach jamy brzusznej.

Zadanie 6.

Wykonanie serii masaży wirowych kończyn górnych wskazane jest w przypadku

- A. występowania zespołu Sudecka po złamaniu przedramienia.
- B. zaostrzenia stanu zapalnego w obrębie stawów nadgarstkowych.
- C. choroby zwyrodnieniowej stawów nadgarstkowych w okresie przewlekłym.
- D. zaburzenia krążenia obwodowego w obrębie rąk ze zmianami ropnymi skóry.

Zadanie 7.

Podczas wykonywania drenażu limfatycznego masażysta powinien stosować zasadę

- A. stopniowego rozgrzewania tkanek w trakcie całego zabiegu masażu.
- B. opracowania zbiorczych pni chłonnych głębokich na początku zabiegu.
- C. intensywnego rozgrzania tkanek na początku i na końcu zabiegu masażu.
- D. opracowania regionalnych węzłów chłonnych na początku i na końcu zabiegu.

Zadanie 8.

W części głównej zabiegu masażu izometrycznego powinna być przestrzegana zasada stosowania

- A. rozluźniających technik masażu w fazie w skurczu mięśni.
- B. pobudzających technik masażu w fazie rozluźnienia mięśni.
- C. różnych technik masażu w fazie skurczu i w fazie rozluźnienia mięśni.
- D. takich samych technik masażu w fazie skurczu i w fazie rozluźnienia mięśni.

Zadanie 9.

Opracowanie odcinków kończyny dolnej podczas masażu segmentarnego powinno być wykonane w kolejności:

- A. staw biodrowy, udo, staw kolanowy, podudzie, staw skokowy, stopa.
- B. staw biodrowy, staw kolanowy, staw skokowy, udo, podudzie, stopa.
- C. stopa, podudzie, udo, staw skokowy, staw kolanowy, staw biodrowy.
- D. stopa, staw skokowy, podudzie, staw kolanowy, udo, staw biodrowy.

Zadanie 10.

Po zastosowaniu masażu podwodnego całego ciała w ciepłej wodzie należy oczekiwać reakcji ogólnoustrojowej w postaci

- A. wzrostu ciśnienia tętniczego krwi.
- B. wzrostu pojemności czynnościowej płuc.
- C. zwiększenia napięcia mięśni szkieletowych.
- D. zwiększenia naprężenia powięzi mięśniowych.

Zadanie 11.

Masaż limfatyczny zastosowany w obszarze kończyny dolnej może spowodować

- A. zmniejszenie zakresu ruchomości stawów.
- B. zmniejszenie dopływu krwi tętniczej do tkanek.
- C. zwiększenie parametrów tętna i ciśnienia tętniczego.
- D. zwiększenie poziomu napięcia spoczynkowego mięśni.

Zadanie 12.

Masaż segmentarny wykonany w strefach zmian odruchowych w segmentach C 4 i Th 7-L 4 wywoła działanie stymulujące na

- A. serce.
- B. nerki.
- C. płuca.
- D. żołądek.

Zadanie 13.

Wskaż opis charakteryzujący przebieg kliniczny reumatoidalnego zapalenia stawów.

- A. Stan zapalny i ból w okolicy lędźwiowo-krzyżowej z ograniczeniem ruchomości stawów krzyżowo-biodrowych.
- B. Stan podgorączkowy i ból z ograniczeniem ruchomości stawów barkowych, okołostawowe napięcie mięśni.
- C. Stan podgorączkowy i ból ze sztywnością poranną rąk, obrzmienie tkanki łącznej torebek stawowych i pochewek ścięgnistych.
- D. Stan zapalny i ból ze sztywnością poranną ograniczającą ruchomość kręgosłupa, stopniowy zanik mięśni przykręgosłupowych.

Zadanie 14.

Niedowład połowiczny i afazja to charakterystyczne objawy dla

- A. ataku padaczki.
- B. udaru mózgowego.
- C. choroby Parkinsona.
- D. choroby Alzheimera.

Zadanie 15.

Objawami charakterystycznymi dla przebiegu stwardnienia rozsianego są:

- A. osłabienie siły mięśni, przeculica i bóle kończyn, zaburzenia chodu i widzenia, mowa skandowana.
- B. niedowład połowiczny, osłabienie siły mięśniowej, chód asymetryczny, drętwienie kończyn, zaburzenia mowy.
- C. bóle symetrycznych stawów, zwyrodnienie stawów, ograniczenie ruchomości, osłabienie siły mięśni, zaburzenia motoryki.
- D. zmniejszenie tkanki tłuszczowej, zmniejszenie masy mięśniowej, jadłowstręt psychiczny, utrata wagi, wyniszczenie organizmu.

Zadanie 16.

Zestaw kompleksowych zabiegów terapeutycznych, stosowanych w leczeniu zeszywniającego zapalenia stawów kręgosłupa w okresie remisji, powinien obejmować: masaż

- A. limfatyczny grzbietu, magnetoterapię, ćwiczenia czynno-bierne.
- B. wibracyjny grzbietu, gorące okłady z parafiny, ćwiczenia bierne.
- C. izometryczny grzbietu, naświetlanie lampą Sollux, ćwiczenia oporowe.
- D. klasyczny grzbietu, krioterapię miejscową, ćwiczenia w odciążeniu i oddechowe.

Zadanie 17.

We wczesnym etapie leczenia pourazowego obrzęku stawu skokowego należy zastosować

- A. drenaż limfatyczny i nagrzewania lampą.
- B. drenaż limfatyczny i okłady rozgrzewające.
- C. masaż kostką lodu i chłodne okłady w domu.
- D. masaż centryfugalny stawu i chłodne okłady w domu.

Zadanie 18.

Kompleksowa terapia pacjenta z objawami porażenia nerwu twarzowego powinna uwzględniać takie zabiegi jak:

- A. masaż wibracyjny, krioterapię miejscową, ćwiczenia czynno-bierne mięśni mimicznych.
- B. masaż kostką lodu, elektrostymulację mięśni, ćwiczenia czynne mięśni mimicznych.
- C. masaż uciskowy, naświetlanie lampą Sollux, ćwiczenia czynne mięśni mimicznych.
- D. masaż izometryczny, elektrostymulację mięśni, ćwiczenia oporowe mięśni twarzy.

Zadanie 19.

W przypadku objawu lumbago w wyniku zmian zwyrodnieniowych krążków międzykręgowych masażysta powinien zastosować masaż

- A. limfatyczny obszaru całego grzbietu.
- B. segmentarny obszaru całego grzbietu.
- C. izometryczny mięśni w odcinku lędźwiowym.
- D. klasyczny relaksujący mięśnie w odcinku lędźwiowym.

Zadanie 20.

U pacjentki po prawostronnej mastektomii z utrwalonym obrzękiem kończyny górnej należy zastosować

- A. masaż klasyczny prawej kończyny górnej.
- B. drenaż limfatyczny lewej kończyny górnej.
- C. drenaż limfatyczny prawej kończyny górnej.
- D. masaż klasyczny lewej strony klatki piersiowej.

Zadanie 21.

U pacjenta po amputacji stopy z utrzymującym się obrzękiem podudzia masażysta powinien wykonać masaż

- A. izometryczny uda.
- B. klasyczny uda i podudzia.
- C. limfatyczny uda i podudzia.
- D. centryfugalny stawu kolanowego.

Zadanie 22.

Pacjentowi z objawem promieniowania bólu do podudzia w przebiegu rwy kulszowej, masażysta powinien wykonać zabieg masażu segmentarnego po ocenie zmian odruchowych, opracowując w pierwszej kolejności obszar

- A. podudzia i uda.
- B. okolicy pośladka.
- C. okolicy kości krzyżowej.
- D. odcinka lędźwiowego grzbietu.

Zadanie 23.

W zabiegu stosowanym w przypadku przykurczu zgięciowego stawu pochodzenia mięśniowego należy wykonać masaż

- A. pobudzający po stronie zginaczy i rozluźniający po stronie prostowników.
- B. rozluźniający po stronie zginaczy i pobudzający po stronie prostowników.
- C. rozluźniający po stronie zginaczy i po stronie prostowników.
- D. pobudzający po stronie zginaczy i po stronie prostowników.

Zadanie 24.

W zabiegu masażu klasycznego pacjentki z pogłębioną kifozą piersiową masażysta powinien w pierwszej kolejności uzyskać

- A. rozluźnienie napięcia mięśni grzbietu.
- B. rozluźnienie napięcia mięśni klatki piersiowej.
- C. pobudzenie napięcia mięśni powierzchownych grzbietu.
- D. pobudzenie napięcia mięśni powierzchownych klatki piersiowej.

Zadanie 25.

Najskuteczniejszymi ćwiczeniami domowymi utrwalającymi efekt masażu relaksacyjnego mięśni będą ćwiczenia

- A. oporowe masowanych mięśni.
- B. dynamiczne masowanych mięśni.
- C. rozciągające masowanych mięśni.
- D. napięć izometrycznych masowanych mięśni.

Zadanie 26.

Mięśnie czworogłowe ud i pośladkowe wielkie skoczka narciarskiego, w chwili wybicia się z progu skoczni wykonują pracę

- A. statyczną izotoniczną.
- B. statyczną izometryczną.
- C. dynamiczną ekscentryczną.
- D. dynamiczną koncentryczną.

Zadanie 27.

Kręgosłup lędźwiowy zawodnika jest najbardziej narażony na uraz przeciążeniowy

- A. w trójskoku, w momencie odbicia z progu.
- B. w skoku wzwyż, w momencie wyskoku w górę.
- C. w skoku w dal, w momencie lądowania w piasku.
- D. w skoku o tyczce, w momencie lądowania na materacu.

Zadanie 28.

W trakcie rozgrzewki zawodnika trenującego skok wzwyż, w celu profilaktyki przed kontuzją ścięgna mięśnia trójgłowego łydki, należy wykonać zabieg masażu

- A. izometrycznego mięśni łydki.
- B. limfatycznego stopy i podudzia.
- C. centryfugalnego stawu skokowego.
- D. klasycznego tylnej strony podudzia.

Zadanie 29.

Gimnastycze odczuwającej nadmierne napięcie nerwowe przed startem, należy zastosować masaż

- A. rozluźniający napięcie mięśni kończyn dolnych.
- B. pobudzający napięcie mięśni kończyn dolnych.
- C. pobudzający napięcie mięśni grzbietu.
- D. rozluźniający napięcie mięśni karku.

Zadanie 30.

W celu zwiększenia siły i masy mięśni obręczy barkowej u sportowca trenującego pływanie masażysta powinien wykonać masaż

- A. punktowy mięśni barku.
- B. izometryczny mięśni barku.
- C. klasyczny pobudzający barku.
- D. centryfugalny obręczy barkowej.

Zadanie 31.

W ramach odnowy biologicznej zawodnik zmęczony długim i wyczerpującym okresem startowym powinien być poddany przede wszystkim zabiegowi masażu

- A. pneumatycznego kończyn.
- B. limfatycznego całego ciała.
- C. podwodnego perełkowego całego ciała.
- D. centryfugalnego stawów obwodowych.

Zadanie 32.

Uprawiającemu tenis zawodnikowi odczuwającemu ból przeciążeniowy stawu łokciowego masażysta powinien zastosować masaż

- A. pneumatyczny kończyny górnej w pozycji antygravitacyjnej.
- B. rozluźniający napięcie mięśni przedramienia.
- C. centryfugalny stawu łokciowego.
- D. izometryczny mięśni ramienia.

Zadanie 33.

W odnowie biologicznej sportowca po długotrwałym wysiłku fizycznym w celu przyspieszenia wydalania produktów przemiany materii z mięśni masażysta powinien wykorzystać masaż

- A. przyrządowy uciskowy na fotelu.
- B. biczowy z katedry natryskowej.
- C. przyrządowy podciśnieniowy.
- D. podwodny perełkowy.

Zadanie 34.

Klientce odczuwającej silne napięcie mięśni karku po długotrwałej pracy przy komputerze masażysta powinien zastosować relaksacyjny masaż

- A. wykonany kostką lodu.
- B. próżniowy bańką chińską.
- C. dźwiękowy misami i gongami.
- D. ciepłymi stemplami ziołowymi.

Zadanie 35.

Klientce zgłaszającej się na masaż relaksacyjny, u której występują objawy zdenerwowania i roztargnienia, masażysta powinien wykonać zabieg z wykorzystaniem

- A. kostek ludu.
- B. głowicy wibracyjnej.
- C. pałeczek bambusowych.
- D. ciepłych olejków aromatycznych.

Zadanie 36.

Klientkę odczuwającą po długim stresie ogólne zmęczenie psychofizyczne, najskuteczniej zrelaksuje masaż z wykorzystaniem

- A. gorących kamieni.
- B. baniek próżniowych.
- C. katedry natryskowej.
- D. aparatu Aquavibron.

Zadanie 37.

W przebiegu każdego zabiegu masażu kosmetycznego twarzy powinna być przestrzegana następująca kolejność czynności masażyisty:

- A. wywiad, ocena stanu skóry, demakijaż, masaż dobrany do rodzaju cery.
- B. ocena stanu skóry, wywiad, demakijaż, masaż dobrany do rodzaju cery.
- C. wywiad, demakijaż, ocena stanu skóry, masaż dobrany do rodzaju cery.
- D. ocena stanu skóry, demakijaż, wywiad, masaż dobrany do rodzaju cery.

Zadanie 38.

Zgodnie z zasadami obowiązującymi w masażu kosmetycznym, przeciwwskazaniem do wykonania masażu są

- A. podskórne obrzęki chłonne.
- B. wygojone blizny po trądziku.
- C. widoczne pajączki naczyniowe.
- D. wyraźne zmarszczki poprzeczne.

Zadanie 39.

W masażu klasycznym stosowanym w profilaktyce odleżyn u obłożnie chorego pacjenta w podeszłym wieku, wykorzystuje się głównie technikę

- A. roztrząsania.
- B. rozcierania.
- C. ugniatania.
- D. uciskania.

Zadanie 40.

W kompleksowej profilaktyce przykurczy okołostawowych kończyn dolnych u leżącego pacjenta, oprócz ćwiczeń biernych należy stosować masaż

- A. izometryczny.
- B. segmentarny.
- C. limfatyczny.
- D. klasyczny.

