

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

Z.01-X-17.06Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE
Rok 2017
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”:

■	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.

Zgięcie kręgosłupa w odcinku lędźwiowym lub przodopochylenie miednicy, zachodzące przy ustalonych kończynach dolnych, jest możliwe dzięki pracy mięśnia

- A. gruszkowatego.
- B. prostego brzucha.
- C. biodrowo-lędźwiowego.
- D. pośladkowego wielkiego.

Zadanie 2.

Włókna unerwiające przeponę pochodzą z rdzenia kręgowego z segmentów

- A. L1 – L3
- B. C1 – C4
- C. C5 – C8
- D. Th1 – Th12

Zadanie 3.

Strukturą tkanki łącznej stabilizującą staw obojczykowo-barkowy jest więzadło

- A. międzyobojczykowe.
- B. kruczo-obojczykowe.
- C. żebrowo-obojczykowe.
- D. mostkowo-obojczykowe.

Zadanie 4.

Jednostronny skurcz mięśni międzypoprzecznych umożliwia ruch

- A. skłonu w bok.
- B. wyprostu do tyłu.
- C. zgięcia do przodu.
- D. skrętu w stronę przeciwną.

Zadanie 5.

Mięsień pośladkowy wielki bierze udział w utrzymaniu pionowej postawy ciała oraz

- A. w przywodzeniu i prostowaniu uda.
- B. w nawracaniu i prostowaniu uda.
- C. w odwodzeniu i zginaniu uda.
- D. w odwracaniu i zginaniu uda.

Zadanie 6.

W przypadku zespołu bolesnego barku przeciwwskazaniem do masażu klasycznego obręczy barkowej jest

- A. dysfunkcja kaletki podbarkowej.
- B. zwłóknienie i przykurcz torebki stawowej.
- C. częściowe naderwanie ścięgien stożka rotatorów.
- D. trudno gojąca się rana po zespoleniu przerwanych tkanek.

Zadanie 7.

Techniką masażu klasycznego, która spowoduje uruchomienie blizny skórnej, jest

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

Zadanie 8.

Masażysta wykonując zabieg masażu segmentarnego głowy, powinien zachować kierunek ruchów

- A. od podbródka do szyi.
- B. od potylicy do małżowin usznych.
- C. od linii środkowej czoła do skroni.
- D. od stawów żuchwowych do podbródka.

Zadanie 9.

Wykonywanie masażu w celu pobudzającym układ nerwowy charakteryzuje

- A. szybkie i zmienne tempo.
- B. wolne i zmienne tempo.
- C. szybkie i stałe tempo.
- D. wolne i stałe tempo.

Zadanie 10.

Do wykonania masażu podwodnego całkowitego wskazane jest stosowanie wody o temperaturze

- A. 28 – 30°C
- B. 34 – 36°C
- C. 38 – 40°C
- D. 40 – 42°C

Zadanie 11.

W celu uzyskania rozciągnięcia włókien mięśniowych i obniżenia poziomu napięcia spoczynkowego mięśnia prostownika grzbietu masażyście powinien zastosować technikę

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

Zadanie 12.

W trakcie wykonywania zbyt intensywnego masażu segmentarnego w obszarze segmentów Th10 – Th12 u pacjenta z zaparciami jelitowymi wystąpiły dolegliwości pęcherza moczowego. W celu usunięcia tych przesunięć odruchowych należy zastosować masaż w okolicy

- A. nadbrzusza.
- B. podbrzusza.
- C. kości krzyżowej.
- D. lędźwiowej kręgosłupa.

Zadanie 13.

W celu uzyskania zmniejszenia poziomu pobudzenia układu nerwowego masażysta **nie powinien** stosować w trakcie masażu techniki

- A. głaskania.
- B. ugniatania.
- C. rozcierania.
- D. oklepywania.

Zadanie 14.

W wyniku wykonywania masażu okostnowego dochodzi do pojawienia się odczynu przekrwienia oraz

- A. pobudzenia regeneracji komórek w tkance kostnej.
- B. zahamowania regeneracji komórek w tkance kostnej.
- C. pobudzenia regeneracji komórek w tkance mięśniowej.
- D. zahamowania regeneracji komórek w tkance mięśniowej.

Zadanie 15.

W trakcie wykonywania masażu limfatycznego dochodzi do

- A. zmniejszenia ukrwienia tkanek.
- B. podwyższenia napięcia mięśniowego.
- C. zaburzenia dystrybucji substancji odżywczych.
- D. poprawy przepływów naczyniowych płynów ustrojowych.

Zadanie 16.

Pacjenta z zachowanymi pachwinowymi węzłami chłonnymi do zabiegu drenażu limfatycznego przedniej strony lewej kończyny dolnej należy ułożyć na stole w pozycji leżenia

- A. przodem, z lewą kończyną dolną uniesioną na klinie.
- B. przodem, z kończynami dolnymi wyprostowanymi.
- C. tyłem, z lewą kończyną dolną uniesioną na klinie.
- D. tyłem, z kończynami dolnymi wyprostowanymi.

Zadanie 17.

Pacjenta z prawostronnym rozstrzeniem oskrzeli do wykonania masażu klatki piersiowej należy ułożyć na stole w pozycji leżenia

- A. na prawym boku, ze zgiętymi lekko kończynami dolnymi i poduszką pod głową.
- B. na lewym boku, ze zgiętymi lekko kończynami dolnymi i poduszką pod głową.
- C. przodem z wyprostowanymi kończynami dolnymi i poduszką pod głową.
- D. tyłem, ze zgiętymi kończynami dolnymi i poduszką pod głową.

Zadanie 18.

Zmiany odruchowe w postaci przeculicy bólowej, wzmożonego napięcia i zaburzenia ukrwienia są charakterystyczne dla tkanki

- A. nabłonkowej.
- B. mięśniowej.
- C. nerwowej.
- D. łącznej.

Zadanie 19.

Mikrourazy wywołujące zwiększone naprężenia ścinające na nasadę bliższą kości udowej, zwłaszcza w odwiedzeniu i rotacji zewnętrznej, mogą prowadzić do

- A. złamania panewki kości miednicznej.
- B. zwichnięcia w stawie biodrowym.
- C. złuszczenia głowy kości udowej.
- D. złamania szyjki kości udowej.

Zadanie 20.

Wymuszone ustawienie kończyny dolnej w lekkim zgięciu w stawie biodrowym, przywiedzeniu i rotacji wewnętrznej, jest charakterystyczne dla

- A. zespołu bólowego odcinka lędźwiowego kręgosłupa.
- B. choroby zwyrodnieniowej stawu biodrowego.
- C. złamania szyjki kości udowej.
- D. choroby Bechterewa.

Zadanie 21.

Prawostronne obwodowe uszkodzenie nerwu twarzowego charakteryzuje się

- A. objawem Bella po stronie lewej.
- B. porażeniem mięśnia żwacza po stronie prawej.
- C. zniesieniem odruchu rogówkowego po stronie prawej.
- D. niemożnością zmarszczenia czoła i uniesienia brwi po stronie lewej.

Zadanie 22.

W przypadku dyskopatii odcinka lędźwiowego może dojść do zaklinowania się fragmentu uszkodzonego jądra miażdżystego pomiędzy tylnymi krawędziami sąsiednich trzonów kręgowych, co prowadzi do

- A. nagłego bólu w odcinku lędźwiowo-krzyżowym kręgosłupa.
- B. zniesienia bólu poprzez unieruchomienie odcinka lędźwiowego kręgosłupa.
- C. zniesienia ruchomości z powodu rozciągnięcia mięśni i więzadeł kręgosłupa.
- D. lokalnego wzrostu temperatury spowodowanej pobudzeniem receptorów czuciowych.

Zadanie 23.

W trakcie masażu kończyn górnych u chorego z zaawansowanym stadiem reumatoidalnego zapalenia stawów masażysta **nie zaobserwuje** takiej zmiany jak

- A. sztywność w obrębie zajętych stawów.
- B. zaniki mięśniowe mięśni międzykostnych.
- C. zwiększona bolesność uciskowa zajętych stawów.
- D. nadmierna ruchomość w obrębie stawów śródrečno-paliczkowych.

Zadanie 24.

W przypadku zmian zwyrodnieniowych stawów kolanowych wskazane jest zastosowanie masażu klasycznego oraz

- A. ćwiczeń oporowych statycznych.
- B. ćwiczeń oporowych dynamicznych.
- C. masażu podwodnego wirowego kończyn dolnych.
- D. masażu izometrycznego mięśni czworogłowych uda.

Zadanie 25.

W celu zmniejszenia zastoju żylnego i obrzęku u pacjenta po chirurgicznym leczeniu żyłaków kończyn dolnych wskazane jest zastosowanie w środowisku wodnym masażu

- A. podwodnego natryskowego.
- B. natryskowego nasiadowego.
- C. podwodnego wibracyjnego.
- D. natryskowego biczowego.

Zadanie 26.

Do gabinetu masażu zgłosił się na zabieg masażu pacjent z rozpoznanymi bólami głowy, u którego masażysta stwierdził występowanie zmian odruchowych w mięśniach mostkowo-obojęczykowo-sutkowych oraz na kresach karkowych potylicy. Takie rozpoznanie jest wskazaniem do wykonania masażu

- A. limfatycznego.
- B. segmentarnego.
- C. izometrycznego.
- D. centryfugalnego.

Zadanie 27.

U pacjenta z wygojoną raną pooperacyjną po amputacji na poziomie uda kończyny dolnej prawej, w celu zapobiegania zniekształceniom i przeciążeniom w obrębie kręgosłupa, powstającym podczas lokomocji o kulach, masażysta powinien wykonać masaż

- A. limfatyczny grzbietu i obu kończyn górnych.
- B. segmentarny grzbietu i kończyny dolnej lewej.
- C. tensegracyjny grzbietu i kończyny dolnej lewej.
- D. klasyczny grzbietu i obręczy obu kończyn górnych.

Zadanie 28.

U pacjenta z dyskopatią w odcinku lędźwiowym kręgosłupa doszło do podrażnienia prawego nerwu udowego. W takim przypadku masażysta powinien wykonać masaż klasyczny w obszarze

- A. przyśrodkowej strony uda prawego.
- B. przedniej strony uda prawego.
- C. bocznej strony uda prawego.
- D. tylnej strony uda prawego.

Zadanie 29.

Masażysta wykonując masaż segmentarny obszaru miednicy w pozycji siedzącej pacjenta, powinien zachować kierunek od

- A. odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa do linii pachowej środkowej.
- B. linii pachowej środkowej do odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa.
- C. spojenia łonowego, wzdłuż pachwin i grzebieni biodrowych do kości krzyżowej.
- D. kości krzyżowej, wzdłuż grzebieni biodrowych i pachwin do spojenia łonowego.

Zadanie 30.

W trakcie wykonywania zabiegu masażu izometrycznego w fazie napięcia mięśniowego masażysta powinien zastosować techniki:

- A. głaskania, rozcierania, zruszania.
- B. rozcierania, uciskania, rolowania.
- C. głaskania, ugniatania, wstrząsania.
- D. rozcierania, ugniatania, oklepywania.

Zadanie 31.

Na zabieg masażu tensegracyjnego zgłosił się pacjent z dolegliwościami bólowymi w obrębie bocznej powierzchni kości piętowej w miejscu przyczepu troczka górnego mięśni strzałkowych. Taki objaw występuje w układzie

- A. mięśnia zębatego przedniego.
- B. mięśnia najszerszego grzbietu.
- C. więzadła krzyżowo-guzowego.
- D. mięśnia piersiowego większego.

Zadanie 32.

Uszkodzenia urazowe aparatu więzadłowego stawów skokowych kończyn dolnych są charakterystyczne dla zawodników uprawiających

- A. koszykówkę.
- B. kolarstwo.
- C. pływanie.
- D. hokej.

Zadanie 33.

W celu szybszego usunięcia kwaśnych metabolitów z tkanek mięśniowych sportowca po wysiłku fizycznym masażysta powinien przeprowadzić masaż

- A. segmentarny, rozpoczynając od techniki rozcierania i zakończyć głaskaniem.
- B. centryfugalny, rozpoczynając od techniki rozcierania i zakończyć uciskaniem.
- C. punktowy mięśni, rozpoczynając od techniki głaskania i zakończyć głaskaniem.
- D. limfatyczny, rozpoczynając od techniki głaskania i zakończyć wyciskaniem mięśni.

Zadanie 34.

W wyniku przetrenowania u zawodnika uprawiającego biegi długodystansowe, obserwuje się objawy parasympatykotoniczne, które są wskazaniem do zastosowania masażu

- A. uspokajającego i kąpeli perełkowej.
- B. uspokajającego oraz zabiegu w kriosaunie.
- C. pobudzającego oraz masażu podwodnego wirowego.
- D. pobudzającego i natrysków wodnych o zmiennej temperaturze.

Zadanie 35.

W celu rozluźnienia napiętych mięśni zawodnika w masażu sportowym należy zastosować powolny masaż całego ciała o średnim natężeniu bodźców z zastosowaniem preparatów o działaniu

- A. odżywczym.
- B. schładzającym.
- C. rozgrzewającym.
- D. przeciwzapalnym.

Zadanie 36.

U sportowca rzucającego oszczepem celem masażu przedstartowego jest

- A. podniesienie sprawności fizycznej zawodnika.
- B. rozgrzanie i mobilizacja organizmu zawodnika.
- C. normalizacja pracy układu oddechowego zawodnika.
- D. pobudzenie czynności hormonalnej organizmu zawodnika.

Zadanie 37.

W przypadku zwichnięcia stawu skokowego u zawodnika piłki ręcznej we wczesnym okresie po urazie, z zastosowanym unieruchomieniem stawu, należy zastosować masaż

- A. centryfugalny.
- B. segmentarny.
- C. ipsilateralny.
- D. punktowy.

Zadanie 38.

Który z wymienionych rodzajów masażu **nie jest** masażem relaksacyjnym?

- A. Energetyzujący.
- B. Synchroniczny.
- C. Izometryczny.
- D. Rytmiczny.

Zadanie 39.

Masaż kosmetyczny twarzy masażysta powinien poprzedzić

- A. ustaleniem celu zabiegu zależnie od rodzaju cery.
- B. ustaleniem celu zabiegu niezależnie od rodzaju cery.
- C. zastosowaniem naświetlania niezależnie od rodzaju cery.
- D. zastosowaniem preparatów wspomagających zależnie od rodzaju cery.

Zadanie 40.

Masaż relaksacyjny aromaterapeutyczny całego ciała w pozycji leżenia przodem wykonuje się z zachowaniem następującej kolejności opracowania części ciała:

- A. tylne strony kończyn dolnych z pośladkami, grzbiet, kręgosłup.
- B. grzbiet, kręgosłup, tylne strony kończyn dolnych z pośladkami.
- C. kręgosłup, grzbiet, pośladki, tylne strony kończyn dolnych.
- D. tylne strony kończyn dolnych, pośladki, kręgosłup, grzbiet.