

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

**Z.01-X-17.01**Czas 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 kratek 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.**

Jednostronny skurcz lewego mięśnia mostkowo-obojęczykowo-sutkowego odpowiada za ruch zgięcia głowy w stronę

- A. lewą z jednoczesną rotacją w stronę lewą.
- B. lewą z jednoczesną rotacją w stronę prawą.
- C. prawą z jednoczesną rotacją w stronę lewą.
- D. prawą z jednoczesną rotacją w stronę prawą.

**Zadanie 2.**

Wykonanie ruchu marszczenia brwi umożliwia unerwienie mięśni z nerwu

- A. odwodzącego.
- B. trójdzielnego.
- C. boczowego.
- D. twarzowego.

**Zadanie 3.**

Pasmo biodrowo-piszczelowe jest strukturą łącznotkankową odchodzącą od mięśni

- A. pośladkowego wielkiego i naprężacza powięzi szerokiej.
- B. pośladkowego małego i naprężacza powięzi szerokiej.
- C. pośladkowego wielkiego i pośladkowego małego.
- D. pośladkowego małego i pośladkowego średniego.

**Zadanie 4.**

Unerwienie kończyny górnej ze splotu ramiennego zawiera między innymi włókna pochodzące z gałęzi brzusznych nerwów rdzeniowych szyjnych z segmentów

- A. C1-C3.
- B. C2-C4.
- C. C3-C5.
- D. C6-C8.

**Zadanie 5.**

Wskazaniem do wykonania u pacjenta serii zabiegów masażu klasycznego, obejmującego całą kończynę dolną, jest

- A. stan po zespoleniu złamania kości piszczelowej w okresie gojenia się rany.
- B. obrzęk stawu skokowego bezpośrednio po urazie.
- C. porażenie nerwu udowego w okresie adaptacji.
- D. zaawansowana postać żylaków podudzi.

**Zadanie 6.**

Masażysta wykonując zabieg całościowego masażu podwodnego natryskiem biczowym labilnym u sportowca skarżącego się na zmęczenie po intensywnym wysiłku fizycznym, powinien

- A. stosować do kąpieli wodę o temperaturze powyżej 38 stopni.
- B. stosować jedynie stabilne, nieruchome źródło natrysku biczowego.
- C. prowadzić strumień wody poprzecznie do przebiegu naczyń żylnych i włókien mięśniowych.
- D. dostosować ciśnienie strumienia wody do masowanej strony ciała, tak by na jego przedniej stronie było ono o połowę niższe niż na tylnej.

**Zadanie 7.**

Który opis odpowiada prawidłowemu, podstawowemu kierunkowi przeprowadzania masażu segmentarnego?

- A. Masaż klatki piersiowej wykonuje się w kierunku od mostka do linii pachowej środkowej i do kręgosłupa.
- B. Masaż grzbietu wykonuje się w kierunku od kręgosłupa do linii pachowej środkowej.
- C. Masaż głowy wykonuje się w kierunku od potylicy do linii środkowej twarzy.
- D. Masaż wzdłuż kręgosłupa wykonuje się w kierunku od głowy do miednicy.

**Zadanie 8.**

Zastosowanie techniki ugniatania podczas wykonywania zabiegu masażu ma na celu

- A. zmniejszenie elastyczności tkanki mięśniowej i ścięgien.
- B. zwiększenie pobudliwości osłabionych mięśni.
- C. wzmożenie napięcia przykurczonych mięśni.
- D. obniżenie napięcia osłabionych mięśni.

**Zadanie 9.**

Wykorzystanie techniki sprężynowania klatki piersiowej podczas wykonywania masażu segmentarnego **nie spowoduje**

- A. poprawy oczyszczania oskrzeli z zalegającej wydzieliny.
- B. zwiększenia ruchomości wentylacyjnej płuc.
- C. wzrostu napięcia mięśni oddechowych.
- D. poprawy ruchomości klatki piersiowej.

**Zadanie 10.**

Która pozycja będzie właściwa podczas opracowywania u pacjenta grzebieni biodrowych podczas masażu segmentarnego?

- A. Siedzenia na leżance z nogami prostymi w stawach kolanowych.
- B. Siedzenia na krześle z nogami zgiętymi w stawach kolanowych.
- C. Leżenia przodem.
- D. Leżenia tyłem.

**Zadanie 11.**

Podczas drenażu limfatycznego klatki piersiowej i powłoki brzucha pacjent powinien znajdować się w pozycji leżenia tyłem z kończynami górnymi

- A. odwiedzionymi w stawach ramiennych, zgiętymi w stawach łokciowych, a kończynami dolnymi zgiętymi w stawach biodrowych i ułożonymi na klinie/wałku.
- B. wzdłuż tułowia, a kończynami dolnymi ułożonymi na wałku umieszczonym pod stawami skokowymi.
- C. odwiedzionymi w stawach ramiennych, a kończynami dolnymi wyprostowanymi.
- D. wzdłuż tułowia, a kończynami dolnymi wyprostowanymi.

**Zadanie 12.**

Przyczep końcowy mięśnia naramiennego można zlokalizować palpacyjnie w obrębie kości ramiennej na

- A. guzku mniejszym.
- B. grzebieniu guzka większego.
- C. grzebieniu guzka mniejszego.
- D. guzowatości naramiennej trzonu.

**Zadanie 13.**

Do badania okostnej na potrzeby masażu segmentarnego i usuwania w niej zmian odruchowych wykorzystuje się techniki

- A. termiczną i igłową.
- B. wzrokową i dotykową.
- C. przesuwania i rozcierania.
- D. wywołania przekrwienia i opukiwania.

**Zadanie 14.**

Ocena masy głowy przyśrodkowej mięśnia czworogłowego uda polega na pomiarze obwodu kończyny taśmą centymetrową dokonanego na wysokości

- A. środka rzepki i szpary stawu kolanowego.
- B. 6-12 cm powyżej podstawy rzepki.
- C. 6-12 cm poniżej podstawy rzepki.
- D. 6-12 cm poniżej pachwiny.

**Zadanie 15.**

W trakcie wykonywania masażu tensegracyjnego zmiana sił pociągania w obrębie więzadła pachwinowego wpłynie bezpośrednio na stan napięcia mięśnia

- A. brzuchatego łydki.
- B. półbłoniastego.
- C. krawieckiego.
- D. prostego uda.

**Zadanie 16.**

Ból umiejscowiony w okolicy przyczepu mięśni prostowników nadgarstka i palców do nadkłykcia bocznego kości ramiennej jest objawem wskazującym na zespół

- A. cieśni kanału nadgarstka.
- B. „łokcia tenisisty”.
- C. „łokcia golfisty”.
- D. de Quervaina.

**Zadanie 17.**

Choroba o podłożu autoimmunologicznym, prowadząca do powstawania zmian zwyrodnieniowo-przerostowych oraz upośledzenia funkcji stawów, której jednym z objawów jest sztywność poranna, to

- A. zeszywniające zapalenie stawów.
- B. reumatoidalne zapalenie stawów.
- C. stwardnienie rozsiane.
- D. twardzina układowa.

**Zadanie 18.**

Opracowując przyczep mięśnia w celu obniżenia poziomu jego napięcia, należy zastosować technikę rozciągania

- A. zgodnie z przebiegiem włókien w kierunku do brzuśca.
- B. zgodnie z przebiegiem włókien w kierunku od brzuśca.
- C. poprzecznie w odniesieniu do przebiegu włókien.
- D. spiralnie w odniesieniu do przebiegu włókien.

**Zadanie 19.**

Wadę kończyny dolnej polegającą na ustawieniu stopy w pozycji zgięcia podszwowego, odwrócenia i przywiedzenia, określa się jako stopę

- A. końsko-szpotawą.
- B. płasko-koślawą.
- C. wydrążoną.
- D. piętową.

**Zadanie 20.**

Który z zabiegów wspomagających masaż z zakresu fizykoterapii można zastosować w stanie podostrym zespołu cieśni kanału nadgarstka?

- A. Naświetlanie lampą Sollux.
- B. Diatermię krótkofalową.
- C. Prądy Traberta.
- D. Krioterapię.

**Zadanie 21.**

W przypadku skręcenia prawego stawu skokowego z towarzyszącym uszkodzeniem torebki stawowej, bólem i rozległym obrzękiem oraz ograniczoną ruchomością w stawie, w postępowaniu leczniczym należy zastosować masaż

- A. kontralateralny prawej kończyny dolnej.
- B. segmentarny prawej kończyny dolnej.
- C. limfatyczny prawej kończyny dolnej.
- D. klasyczny prawej kończyny dolnej.

**Zadanie 22.**

Masaż klasyczny grzbietu wykonywany w pozycji leżenia przodem jest przeciwwskazany w przypadku

- A. zagojonych blizn pooperacyjnych klatki piersiowej.
- B. przewlekłych dolegliwości bólowych kręgosłupa.
- C. choroby zwyrodnieniowej stawów kręgosłupa.
- D. niewyrównanych wad i chorób serca.

**Zadanie 23.**

U pacjenta z rwą ramienną występującą po stronie lewej w okresie podostrym należy wykonać masaż

- A. kontralateralny kończyny górnej prawej.
- B. izometryczny kończyny górnej lewej.
- C. segmentarny kończyny górnej lewej.
- D. klasyczny kończyny górnej prawej.

**Zadanie 24.**

U pacjentki po zabiegu chirurgicznym w obrębie powłok brzusznych, we wczesnym okresie bezpośrednio po wygojeniu się rany pooperacyjnej **nie można** podczas masażu wykonać techniki takiej jak

- A. głaskanie i rozcieranie wzdłuż brzegów blizny.
- B. głaskanie i rozcieranie w poprzek blizny.
- C. rolowanie w poprzek blizny.
- D. ugniatanie esowate blizny.

**Zadanie 25.**

U 8-miesięcznego pacjenta z lewostronnym wrodzonym kręcem szyi pochodzenia mięśniowego masażysta w celu rozluźnienia, a następnie rozciągnięcia przykurczonych mięśni powinien wykonać masaż

- A. klasyczny uzupełniony masażem punktowym.
- B. klasyczny uzupełniony masażem stawowym.
- C. segmentarny uzupełniony elektroterapią.
- D. segmentarny uzupełniony krioterapią.

**Zadanie 26.**

U pacjenta skarżącego się na ogólne zmęczenie psychofizyczne, zaburzenia snu i nadmierny stres, masażysta w celu poprawy stanu ogólnego powinien wykonać masaż

- A. gorącymi kamieniami całego ciała.
- B. izometryczny kończyn dolnych.
- C. limfatyczny kończyn górnych.
- D. segmentarny grzbietu.

**Zadanie 27.**

Pacjentowi ze stopą cukrzycową i współtowarzyszącymi żylakami w obrębie podudzi, aby przywrócić fizjologiczny rytm skurczowy naczyń krwionośnych i poprawić ukrwienie obwodowe, masażysta powinien wykonać masaż

- A. izometryczny kończyn dolnych.
- B. synkardialny kończyn dolnych.
- C. limfatyczny kończyn dolnych.
- D. klasyczny kończyn dolnych.

**Zadanie 28.**

U kobiety po zabiegu mastektomii, masażysta wykonując drenaż limfatyczny kończyny górnej „metodą niemiecką”, opracowuje kolejno:

- A. dół pachowy, staw ramienny, ramię, staw łokciowy, przedramię, rękę.
- B. dół pachowy, staw ramienny, staw nadgarstkowy, ramię, przedramię, rękę.
- C. węzły nadobojczykowe, ramię, staw ramienny, przedramię, staw łokciowy, staw nadgarstkowy, rękę.
- D. węzły nadobojczykowe, staw ramienny, ramię, staw łokciowy, staw nadgarstkowy, dół pachowy.

**Zadanie 29.**

U pacjentki skarżącej się na migrenowe bóle głowy, po stwierdzeniu zmian odruchowych w tkankach masażysta w pozycji leżenia na brzuchu powinien opracować kolejno

- A. potylicę, głowę, mięśnie mostkowo-obojęczykowo-sutkowe.
- B. potylicę, głowę, kręgosłup, okolicę łopatkową po obu stronach.
- C. kręgosłup, grzbiet po obu stronach, pośladki, mięśnie czworoboczne i mięśnie karku.
- D. kręgosłup, grzbiet po obu stronach, okolicę łopatkową po obu stronach, mięśnie czworoboczne i mięśnie karku.

**Zadanie 30.**

Masaż stawowy centryfugalny znajdzie zastosowanie u pacjenta będącego

- A. po zabiegu usunięcia węzłów chłonnych pachowych z współtowarzyszącym masywnym obrzękiem limfatycznym kończyny górnej.
- B. we wczesnym okresie po złamaniu szyjki kości udowej leczonym zachowawczo bez unieruchamiania kończyny w opatrunku gipsowym.
- C. po urazie stawu kolanowego w okresie po ustąpieniu obrzęku i stanu zapalnego.
- D. we wczesnym okresie po skręceniu stawu skokowego z wylewem i obrzękiem.

**Zadanie 31.**

U zawodników uprawiających narciarstwo charakterystycznym urazem będącym następstwem upadku do przodu przy zgiętych stawach kolanowych jest

- A. naderwanie więzadła właściwego rzepki stawu kolanowego.
- B. naderwanie ścięgna Achillesa i mięśnia trójgłowego łydki.
- C. złamanie kręgosłupa z uszkodzeniem rdzenia kręgowego.
- D. złamanie kości nadgarstka, śródrezcza i palców.

**Zadanie 32.**

Masaż sportowy podtrzymująco-kondycyjny całego ciała stosowany u zawodników będących przed sezonem startowym wykonywany jest

- A. dwa razy w tygodniu.
- B. raz w tygodniu.
- C. co drugi dzień.
- D. codziennie.

**Zadanie 33.**

Rozluźniający masaż klasyczny sportowy karku, obręczy barkowej, klatki piersiowej i przestrzeni międzyżebrowych wykonywany u zawodnika w „gorączce przedstartowej” ma na celu

- A. zwolnienie częstości i zwiększenie głębokości oddychania.
- B. zwolnienie częstości i zmniejszenie głębokości oddychania.
- C. zwiększenie częstości i zwiększenie głębokości oddychania.
- D. zwiększenie częstości i zmniejszenie głębokości oddychania.

**Zadanie 34.**

W masażu treningowym zawodników uprawiających tenis, masażysta powinien przede wszystkim opracowywać mięśnie:

- A. tułowia, kończyn dolnych.
- B. kończyn dolnych, pośladków, obręczy barkowej.
- C. karku, obręczy barkowej, kończyn górnych i dolnych.
- D. kończyn dolnych, okolicy krzyżowo-lędźwiowej kręgosłupa.

**Zadanie 35.**

Którą technikę masażu i jaki rodzaj ćwiczeń powinien zastosować masażysta wykonując masaż kończyn dolnych u sportowca będącego w okresie intensywnych przygotowań do startu w zawodach, by poprawić jego wydolność motoryczną podczas wysiłku?

- A. Rolowania i głaskania z ćwiczeniami czynnymi stawów biodrowych.
- B. Wyciskania z ćwiczeniami biernymi stawów kolanowego i biodrowego.
- C. Wałkowania z ćwiczeniami czynnymi stawów skokowych, kolanowych i biodrowych.
- D. Głaskania i rozcierania z ćwiczeniami biernymi stawów skokowych, kolanowych i biodrowych.



**Zadanie 36.**

Wykonując zabieg masażu treningowego u zawodnika podnoszącego ciężary, masażysta powinien przede wszystkim położyć nacisk na przeprowadzenie

- A. głaskania i rozcierania mięśni karku.
- B. głaskania i rozcierania mięśni kończyn górnych.
- C. głaskania, rozcierania i oklepywania mięśni kończyn dolnych.
- D. głaskania, rozcierania i ugniatania mięśni grzbietu i mięśni przykręgosłupowych.

**Zadanie 37.**

U zawodnika, u którego doszło do rozerwania ścięgna Achillesa prawej kończyny dolnej, w postępowaniu leczniczym we wczesnej fazie po urazie masażysta powinien wykonać

- A. masaż segmentarny prawej stopy i podudzia wraz z ćwiczeniami czynnymi w stawie skokowym prawym.
- B. masaż izometryczny prawej stopy i podudzia wraz z ćwiczeniami biernymi w stawie skokowym i kolanowym prawym.
- C. masaż kontralateralny lewej stopy i podudzia wraz z ćwiczeniami kontralateralnymi w stawie skokowym i kolanowym lewym.
- D. masaż klasyczny lewej stopy i podudzia wraz z ćwiczeniami czynnymi wspomaganymi prawego stawu kolanowego i skokowego.

**Zadanie 38.**

Masażysta chcąc osiągnąć w trakcie masażu silny efekt przekrwienia i zaczerwienienia w obrębie masowanych tkanek, powinien zastosować podczas wykonywania zabiegu preparat na bazie

- A. melisy.
- B. kapsaicyny.
- C. olejku lawendowego.
- D. niesterydowych leków przeciwzapalnych.

**Zadanie 39.**

W masażu kosmetycznym wykonywanym metodą plastyczną Jacqueta wykorzystuje się przede wszystkim techniki

- A. głaskania i ugniatania.
- B. głaskania i rozcierania.
- C. szczypania i ugniatania.
- D. szczypania i rozcierania.

**Zadanie 40.**

Według zasady Armdta-Schultza najkorzystniejsze w masażu jest stosowanie bodźców

- A. o słabym natężeniu, gdyż wpływają hamująco na procesy życiowe.
- B. o silnym natężeniu, gdyż wywołują w organizmie reakcje paradoksalne.
- C. o bardzo silnym natężeniu, gdyż przez swoje silne oddziaływanie przynoszą najlepsze efekty lecznicze.
- D. o średnim natężeniu, gdyż dostosowane indywidualnie do reaktywności organizmu pacjenta działają pobudzająco na organizm.