

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

Z.01-X-15.05
Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE
Rok 2015
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”:

<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.

W czasie pogłębionego wydechu zaangażowane są mięśnie

- A. pochyłe szyi.
- B. piersiowe mniejsze.
- C. skośne zewnętrzne brzucha.
- D. międzyżebrowe zewnętrzne.

Zadanie 2.

Gęsią stopkę ścięgnistą tworzą ścięgna końcowe takich mięśni jak:

- A. krawiecki, półbłoniasty i smukły.
- B. krawiecki, półścięgnisty i smukły.
- C. podkolanowy, podeszwowy i półbłoniasty.
- D. dwugłowy uda, półbłoniasty i półścięgnisty.

Zadanie 3.

Do przewodu piersiowego odprowadzana jest chłonka z obszaru:

- A. tylko prawej kończyny górnej, prawej połowy głowy i szyi, prawej połowy klatki piersiowej.
- B. tylko lewej kończyny górnej, lewej połowy głowy i szyi oraz lewej połowy klatki piersiowej.
- C. obu kończyn dolnych, wszystkich narządów jamy brzusznej i miednicy, całej ściany brzucha, lewej połowy klatki piersiowej, lewej kończyny górnej, lewej połowy szyi i głowy.
- D. obu kończyn dolnych, wszystkich narządów jamy brzusznej i miednicy, całej ściany brzucha, prawej połowy klatki piersiowej, prawej kończyny górnej, prawej połowy szyi i głowy.

Zadanie 4.

W ruchu zginania grzbietowego (prostowania) stopy bierze udział głównie mięsień

- A. trójgłowy łydki.
- B. strzałkowy długi.
- C. piszczelowy tylny.
- D. piszczelowy przedni.

Zadanie 5.

Wskazaniem do wykonania masażu powłok brzusznych jest

- A. okres menstruacji.
- B. zaparcie nawykowe.
- C. ostra kamica wątrobowa.
- D. choroba wrzodowa żołądka z krwawieniem.

Zadanie 6.

Przeciwwskazaniem do wykonywania masażu klasycznego u dzieci jest

- A. kręcz szyi pochodzenia mięśniowego.
- B. boczne skrzywienie kręgosłupa.
- C. mózgowie porażenie dziecięce.
- D. mononukleozą.

Zadanie 7.

Przeciwwskazaniami do wykonywania masażu są

- A. ostre stany zapalne.
- B. zaburzenia odżywcze.
- C. wygojone blizny pourazowe.
- D. zaniki mięśniowe z nieczynności.

Zadanie 8.

W metodyce masażu klasycznego, ruchy bierne w stawach funkcjonalnie związanych z okolicą zabiegową należy wykonać

- A. na początku masażu, jako przygotowanie stawów do zabiegu.
- B. tylko w fazie właściwej masażu, w celu rozciągnięcia mięśni.
- C. tylko na początku masażu, w celu ustalenia zakresu ruchu w stawach.
- D. na zakończenie części głównej masażu, w celu utrwalenia efektów zabiegu.

Zadanie 9.

W masażu klasycznym klatki piersiowej masaż wzdłuż linii pośrodkowej należy wykonać od

- A. łuków żeber do obojczyków i na barki.
- B. wyrostka mieczykowatego do obojczyków.
- C. linii pachowych i dalej wzdłuż przebiegu żeber.
- D. wcięcia jarzmowego mostka do łuków żeber i wzdłuż linii pachowej.

Zadanie 10.

Ruch wyprostu w stawie łokciowym jest efektem głównie pracy mięśnia

- A. ramiennie-promieniowego.
- B. dwugłowego ramienia.
- C. trójgłowego ramienia.
- D. ramiennego.

Zadanie 11.

W wyniku opracowania masażem klasycznym mięśni szkieletowych **nie następuje**

- A. normalizacja napięcia mięśniowego.
- B. poprawa odżywienia tkanki mięśniowej.
- C. usunięcie produktów przemiany materii łącznie z kwasem mlekowym.
- D. gromadzenie produktów przemiany materii łącznie z kwasem mlekowym.

Zadanie 12.

Pod wpływem masażu izometrycznego dochodzi do

- A. zmniejszenia masy i siły mięśniowej.
- B. zwiększenia masy i siły mięśniowej.
- C. zwiększenia masy i zmniejszenia siły mięśniowej.
- D. zmniejszenia masy i zwiększenia siły mięśniowej.

Zadanie 13.

Rytmicznie występujące fazy ucisku i rozluźnienia tkanek dokonywane w masażu limfatycznym

- A. powodują wolniejszy przepływ limfy przez węzły chłonne.
- B. spowalniają motorykę mięśni gładkich kolektorów limfatycznych.
- C. podwyższają temperaturę tkanek wskutek rozszerzenia naczyń krwionośnych włosowatych.
- D. pobudzają występowanie naprzemiennych faz wypełniania i opróżniania się naczyń limfatycznych włosowatych.

Zadanie 14.

Odpowiednią pozycją do wykonania masażu izometrycznego mięśnia trójgłowego łydki jest

- A. leżenie na boku strony masowanej z ugiętym stawem kolanowym.
- B. leżenie przodem, wałek włożony pod stawami skokowymi.
- C. leżenie tyłem z nogami prostymi w stawach kolanowych.
- D. pozycja siedząca z podudziami i stopami zwieszonymi.

Zadanie 15.

Do wykonania techniki sprężynowania całej klatki piersiowej podczas masażu segmentarnego, pacjent powinien przyjąć pozycję

- A. siedzącą.
- B. leżenia przodem.
- C. leżenia na boku lewym.
- D. leżenia na boku prawym.

Zadanie 16.

Masaż limfatyczny kończyny górnej prawej należy wykonywać w pozycji

- A. siedzącej, z kończyną górną prawą położoną poziomo opartą na barku masażysty.
- B. leżącej tyłem, z kończyną górną prawą ułożoną powyżej stawu ramiennego podpartą na kształtkach.
- C. leżącej na boku lewym, z kończyną górną prawą ułożoną na kształtkach na poziomie stawu ramiennego.
- D. leżącej przodem z kończyną górną prawą ułożoną na stole wzdłuż tułowia lekko odwiedzioną i ugiętą w stawie łokciowym.

Zadanie 17.

Objawy w postaci ziębnięcia stóp, chromania przestankowego, zmian troficznych i zgorzeli charakteryzują

- A. chorobę Reynauda.
- B. samoistną sinicę kończyn.
- C. zakrzepowe zapalenie żył.
- D. zakrzepowo-zarostowe zapalenie naczyń.

Zadanie 18.

Powstawanie krystalicznych złogów, stanowiące źródło bólów w stawie śródstopno-paliczkowym palucha, występuje w jednostce chorobowej określanej jako

- A. postrzał.
- B. dystrofia.
- C. dna moczanowa.
- D. zespół algodystroficzny.

Zadanie 19.

Procesem zapalnym, powodującym silny ból w okolicy wyrostka rylcowatego kości promieniowej przy ruchach nadgarstka w stronę łokciową jest

- A. zespół Sudecka.
- B. choroba Raynauda.
- C. porażenie typu Erba.
- D. zespół De Quervaina.

Zadanie 20.

W celu zwiększania siły i masy mięśniowej dla utrwalenia efektu masażu izometrycznego należy polecić pacjentowi ćwiczenia

- A. czynno-bierne.
- B. czynne z oporem.
- C. samowspomagane.
- D. czynne w odciążeniu.

Zadanie 21.

W ramach kompleksowej terapii przeciwobrzękowej, oprócz manualnego drenażu limfatycznego można zastosować różne zabiegi z wyjątkiem

- A. terapii ułożeniowej antygravitacyjnej.
- B. masażu pneumatycznego.
- C. masażu izometrycznego.
- D. bandażowania kończyn.

Zadanie 22.

Po skręceniu stawu skokowego, w celu poprawy trofiki stawu po zdjęciu unieruchomienia, oprócz masażu centryfugalnego stawu, wskazane jest zastosowanie zabiegów masażu

- A. izometrycznego.
- B. nasiadowego.
- C. biczowego.
- D. wirowego.

Zadanie 23.

U chorych na przewlekły nieżyt oskrzeli wskazane jest stosowanie masażu

- A. pneumatycznego.
- B. segmentarnego.
- C. synkardialnego.
- D. limfatycznego.

Zadanie 24.

U pacjenta po amputacji na poziomie uda, w drugim etapie przygotowania kikuta, z występującym przykurczem zgięciowo-odwiedzeniowego w stawie biodrowym, należy zastosować

- A. pobudzający masaż grupy bocznej i przedniej uda.
- B. rozluźniający masaż grupy bocznej i przedniej uda.
- C. izometryczny masaż grupy bocznej i przedniej uda.
- D. centryfugalny masaż grupy bocznej i przedniej uda.

Zadanie 25.

W okresie ustępowania wysiękowego zapalenia opłucnej powinno się wykonać masaż

- A. klasyczny mięśni powłoki brzusznej.
- B. izometryczny mięśni klatki piersiowej.
- C. limfatyczny klatki piersiowej i grzbietu.
- D. segmentarny grzbietu i klatki piersiowej.

Zadanie 26.

Usuwanie przykurczów w chorobach zwyrodnieniowo-wytwórczych stawów obwodowych, polega na wykonaniu masażu składającego się z pięciu faz. W fazie drugiej należy

- A. wykonać ogólny masaż stawu.
- B. pogłębić przykurcz i w tym ułożeniu wykonać masaż rozluźniający, zarówno po stronie zginaczy, jak i prostowników.
- C. rozciągnąć przykurcz i w tym ułożeniu wykonać masaż rozluźniający po stronie zginaczy oraz intensywny pobudzający po stronie prostowników.
- D. wykonać uciski jednostajne na miejsca przyczepów zginaczy i na przebiegu ich ścięgien oraz uciski przerywane (pobudzające) na przyczepy prostowników i ich ścięгна.

Zadanie 27.

W okresie ostrym zapalenia okołostawowego, określanego jako zespół łokcia tenisisty, występującego po prawej stronie, stosuje się masaż

- A. tylko stawu łokciowego kończyny górnej prawej.
- B. karku, barków oraz całej kończyny górnej lewej.
- C. karku, barków oraz całej kończyny górnej prawej.
- D. obejmujący ramię i przedramię oraz staw łokciowy kończyny górnej prawej.

Zadanie 28.

Pacjentowi z rozpoznaniem biodra szpotawego w drugim etapie stosowania masażu terapeutycznego należy wykonać zabieg o charakterze

- A. pobudzającym mięśnie odwodziciele i zginacze stawu biodrowego.
- B. rozluźniającym mięśnie odwodziciele i zginacze stawu biodrowego.
- C. pobudzającym mięśnie przywodziciele i zginacze stawu biodrowego.
- D. rozluźniającym mięśnie przywodziciele i zginacze stawu biodrowego.

Zadanie 29.

W przypadku ograniczenia wydolności układu krążeniowego obwodowego należy wykonywać masaż

- A. wszystkich czterech kończyn codziennie.
- B. obu kończyn górnych i obu kończyn dolnych co drugi dzień.
- C. kończyn górnych jednego dnia, a kończyn dolnych następnego dnia.
- D. lewej kończyny górnej i dolnej jednego dnia, a prawej kończyny górnej i dolnej następnego dnia.

Zadanie 30.

Przewlekłe zaburzenia czynnościowe narządów wewnętrznych są wskazaniem do zastosowania masażu

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

Zadanie 31.

Masaż startowy zawodników uprawiających biegi średnie, długie i chód sportowy obejmuje

- A. mięśnie grzbietu (mięsień najszerszy grzbietu i mięsień prostownik grzbietu) i kończyn dolnych.
- B. mięśnie grzbietu (mięsień najszerszy grzbietu i mięsień prostownik grzbietu) i kończyn górnych.
- C. mięśnie oddechowe (mięśnie międzyżebrowe i piersiowe większe), karku i barków oraz mięśnie kończyn dolnych.
- D. mięśnie oddechowe (mięśnie międzyżebrowe i piersiowe większe), karku i barków oraz mięśnie kończyn górnych.

Zadanie 32.

Wadę postawy typu plecy wklęsło-wypukłe charakteryzuje

- A. zniesiona kifoza piersiowa i zniesiona lordoza lędźwiowa.
- B. pogłębiona kifoza piersiowa i pogłębiona lordoza lędźwiowa.
- C. pogłębiona kifoza piersiowa i prawidłowa lordoza lędźwiowa.
- D. prawidłowa kifoza piersiowa i pogłębiona lordoza lędźwiowa.

Zadanie 33.

Masażysta podczas części wstępnej toku zabiegu masażu powinien

- A. zapoznać się ze zleceniem lekarskim oraz informacjami wynikającymi z wywiadu przeprowadzonego z pacjentem i przygotować stanowisko pracy.
- B. zapoznać się z informacjami wynikającymi z wywiadu, wykonać zlecony zabieg i uporządkować stanowisko pracy.
- C. zapoznać się ze zleceniem lekarskim, przygotować stanowisko pracy i wykonać zlecony zabieg.
- D. przygotować stanowisko pracy, wykonać zlecony zabieg i uporządkować stanowisko pracy.

Zadanie 34.

Program odnowy biologicznej piłkarza po stłuczeniu stawu skokowego powinien obejmować wykorzystanie masażu

- A. wirowego.
- B. biczowego.
- C. nasiadowego.
- D. segmentarnego.

Zadanie 35.

Utrzymanie mięśni w optymalnej gotowości do startu to cel masażu

- A. treningowego.
- B. powysiłkowego.
- C. przed zawodami.
- D. podtrzymującego.

Zadanie 36.

Masaż startowy u zawodnika trenującego biegi krótkie będzie polegał na przeprowadzeniu

- A. energicznego masażu całkowitego.
- B. energicznego masażu kończyn dolnych.
- C. masażu limfatycznego kończyn dolnych.
- D. masażu kończyn dolnych wykonywanego w wolnym tempie.

Zadanie 37.

Masaż sportowy pełni funkcje:

- A. regenerującą, rozluźniającą, leczniczą.
- B. rozgrzewającą, regenerującą, leczniczą.
- C. rozgrzewającą, podtrzymującą, rozluźniającą.
- D. regenerującą, przeciwzapalną, przeciwbólową.

Zadanie 38.

Wchłanianie się obrzęków i wysięków w okresie przewlekłym następuje na skutek zastosowania u pacjenta masażu

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

Zadanie 39.

W profilaktyce powstawania cellulitu wskazane jest stosowanie

- A. tylko właściwej diety i masażu klasycznego.
- B. masażu i ograniczenia aktywności ruchowej.
- C. masażu oraz diety i aktywności ruchowej.
- D. masażu tylko po aktywności ruchowej.

Zadanie 40.

Pacjentce z występującym uczuciem napięcia i niepokoju, należy zastosować masaż z wykorzystaniem olejków aromatycznych w kompozycji

- A. pobudzającej przy dynamicznej muzyce.
- B. antystresowej przy dynamicznej muzyce.
- C. antystresowej przy spokojnej muzyce.
- D. pobudzającej przy spokojnej muzyce.