

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług w zakresie masażu**

Oznaczenie kwalifikacji: **Z01**

Wersja arkusza: **SG**

Z.01-SG-20.01

Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE

Rok 2020

CZĘŚĆ PISEMNA

**PODSTAWA PROGRAMOWA
2012**

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.

Wspólny przyczep końcowy dla obu głów mięśnia dwugłowego ramienia znajduje się na

- A. wyrostku kruczym łopatki.
- B. wyrostku barkowym łopatki.
- C. guzowatości kości łokciowej.
- D. guzowatości kości promieniowej.

Zadanie 2.

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 3.

Za ruch wyprostu w stawie ramiennym odpowiada mięsień

- A. ramienny.
- B. kruczo-ramienny.
- C. nadgrzebieniowy.
- D. najszerszy grzbietu.

Zadanie 4.

Przyczep końcowy mięśnia zębatego przedniego znajduje się na

- A. wewnętrznej powierzchni 9 żeber.
- B. guzku większym kości ramiennej.
- C. brzegu przyśrodkowym łopatki.
- D. grzebieniu łopatki.

Zadanie 5.

Funkcją mięśnia biodrowo-lędźwiowego jest

- A. pochylanie tułowia ku tyłowi.
- B. spłykanie lordozy lędźwiowej.
- C. zginanie uda w stawie biodrowym.
- D. rotowanie tułowia w stronę przeciwną.

Zadanie 6.

Stosując w trakcie zabiegu masażu głębokie rozcierania należy omijać

- A. występujące obszary obrzęku.
- B. strefy MacKenziego.
- C. miogelozy.
- D. zrosty.

Zadanie 7.

Wskazaniem do zastosowania masażu tensegracyjnego w układzie mięśnia najszerzego grzbietu po stronie lewej jest

- A. wzmożona bolesność okolicy przyśrodkowej lewego stawu łokciowego i przedramienia.
- B. nawracający ból głowy i zwiększone napięcie mięśni podpotylicznych po stronie lewej.
- C. zwiększona wrażliwość na dotyk w okolicy C6-Th3 po stronie lewej.
- D. zaburzenie czucia powierzchownego na bocznej stronie lewego uda.

Zadanie 8.

Które schorzenie z grupy chorób narządów wewnętrznych jest przeciwwskazaniem do wykonania u pacjenta masażu segmentarnego?

- A. Rozedma płuc.
- B. Zapalenie trzustki.
- C. Przewlekły nieżyt żołądka.
- D. Kamica pęcherzyka żółciowego bez powikłań.

Zadanie 9.

Wskazaniem do masażu klasycznego grzbietu i klatki piersiowej jest

- A. zapalenie mięśnia sercowego.
- B. przewlekła obturacyjna choroba płuc.
- C. neuralgia międzyżebrowa w okresie ostrym.
- D. zaawansowana miażdżyca naczyń wieńcowych.

Zadanie 10.

Zabieg masażu segmentarnego kończyny górnej należy zakończyć opracowaniem

- A. ręki.
- B. łopatk.
- C. ramienia.
- D. kręgosłupa.

Zadanie 11.

W trakcie masażu klasycznego twarzy opracowuje się w kierunku węzłów chłonnych

- A. pachowych.
- B. przyusznych.
- C. podpotylicznych.
- D. podobojczykowych.

Zadanie 12.

W przypadku obrzęku pourazowego lewej stopy, masażysta stosując manualny drenaż limfatyczny na tej kończynie dolnej powinien kolejno opracować:

- A. węzły pachwinowe, węzły podkolanowe, stopę, podudzie, udo.
- B. węzły pachwinowe, staw kolanowy, podudzie, staw skokowy, stopę.
- C. węzły podkolanowe, staw kolanowy, podudzie, staw skokowy, stopę.
- D. węzły pachwinowe, udo, staw kolanowy, podudzie, staw skokowy, stopę.

Zadanie 13.

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

Zadanie 14.

Ugniatania w masażu klasycznym w celu relaksacyjnym powinny być wykonywane

- A. szybko i energicznie, podczas pracy wyłącznie na fałdzie skórno-łącznotkankowym.
- B. bardzo szybko i energicznie, podczas pracy na brzuścach mięśniowych.
- C. głęboko i wolno, podczas pracy na brzuścach mięśniowych.
- D. bardzo wolno, przy odkształcaniu skóry i okostnej.

Zadanie 15.

W masażu klasycznym grzbietu głaskanie powierzchowne wykonuje się

- A. od kręgosłupa, w kierunku na oba boki.
- B. wzdłuż kręgosłupa, od wyrostka kolczystego C7 do L5.
- C. w przestrzeniach międzyżebrowych, w kierunku do kątów żeber.
- D. wzdłuż grzebieni łopatek, rozpoczynając od wyrostka barkowego łopatki.

Zadanie 16.

Zastosowanie u pacjenta zbyt mocnych, szybkich i energicznych chwytów manualnego drenażu limfatycznego w terapii obrzęku limfatycznego powoduje

- A. wzrost przekrwienia i zwiększenie obrzęku.
- B. odpływ płynu obrzękowego w kierunku dystalnym.
- C. nasilenie i tak zawsze znacznych dolegliwości bólowych.
- D. obkurczenie naczyń i utrudnienie odpływu krwi i chłonniki.

Zadanie 17.

Podczas wykonania masażu segmentarnego masażysta oddziałuje na narządy wewnętrzne, wykorzystując

- A. łuki odruchowe wywołujące wpływ konsensualny.
- B. pobudzenie proprioreceptorów stawowych.
- C. przepływ energii przez meridiany.
- D. łuki odruchowe skórno-trzewne.

Zadanie 18.

Po głębokim opracowaniu części podeszwowych stóp jest możliwe pogłębienie skłonu tułowia przy wyprostowanych stawach kolanowych, ponieważ

- A. pobudzone receptory bólowe podeszwowej strony stopy blokują w ośrodkowym układzie nerwowym dostęp informacji o bólu z innych rozciąganych mięśni.
- B. rozluźnienie struktur na podeszwowej stronie stopy obniża napięcie w pozostałej części łańcucha mięśniowo-powięziowego kończyny dolnej.
- C. za sprawą łuku odruchowego skórno-trzewnego opracowanie stopy rozluźnia proksymalnie leżące mięśnie.
- D. głębokie opracowanie stopy poprawia ukrwienie w mięśniach kulszowo-goleniowych.

Zadanie 19.

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

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

Zadanie 20.

W celu zlikwidowania obrzęku stawu kolanowego u pacjenta po przebytych 6 miesięcy temu złamaniu w 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 21.

Pacjent do masażu grzbietu jest ułożony w pozycji leżenia przodem. Aby maksymalnie rozluźnić mięśnie górnej części grzbietu, do wykonania zabiegu masażysta powinien

- A. podłożyć wałek pod brzuch pacjenta.
- B. podłożyć płaską poduszkę pod czoło pacjenta.
- C. umieścić kliny pod stawami barkowymi pacjenta.
- D. umieścić ręcznik pod kolanami biodrowymi przednimi górnymi.

Zadanie 22.

Aby wykonać masaż klasyczny stawu skokowego, masażysta powinien ułożyć pacjenta

- A. w siadzie na stole do masażu z opuszczonymi podudziami.
- B. w leżeniu tyłem, z wałkiem pod stawami kolanowymi.
- C. w leżeniu tyłem, z wałkiem pod stawami skokowymi.
- D. w siadzie prostym na stole do masażu.

Zadanie 23.

Celem rozluźnienia bolesnych napięć mięśni równoległobocznych masażysta powinien wykonać masaż

- A. dłoniowej strony śródreżcza każdej z rąk.
- B. okolicy między górnymi częściami łopatek.
- C. części dystalnej podeszwowej strony obu stóp.
- D. okolicy między grzebieniami talerzy biodrowych a dolnymi żebrami.

Zadanie 24.

Podczas palpacyjnej lokalizacji wyrostka kruczego łopatki opuszki palców należy przyłożyć w okolicy

- A. powyżej głowy kości ramiennej po stronie bocznej.
- B. poniżej obojczyka w jego części przyśrodkowej.
- C. powyżej grzebienia łopatki w środkowej części.
- D. poniżej obojczyka w jego części bocznej.

Zadanie 25.

Do oceny ograniczenia elastyczności w obrębie tkanki łącznej podskórnej i powięzi należy użyć

- A. kresy diagnostycznej Dicke i rolowania.
- B. techniki igłowej i dotykania grzbietową stroną ręki.
- C. rozcierania pionowo ustawionymi palcami i wibracji.
- D. chwytu na mięsień najdłuższy grzbietu i głaskania powierzchownego.

Zadanie 26.

Aby zbadać u pacjenta z rwą kulszową w stanie przewlekłym wrażliwość nerwu kulszowego na rozciąganie, masażysta powinien wykonać

- A. próbę uniesienia kończyny przeciwko oporowi w leżeniu przodem.
- B. próbę uniesienia kończyny przeciwko oporowi w leżeniu tyłem.
- C. bierne uniesienie całej kończyny w leżeniu tyłem.
- D. bierne uniesienie podudzia w leżeniu przodem.

Zadanie 27.

Akineza, sztywność, drżenie i maskowatość twarzy to objawy charakterystyczne choroby

- A. Heinego-Medina.
- B. Bechterewa.
- C. Parkinsona.
- D. Raynauda.

Zadanie 28.

Wskaż ustawienie łopatek i głowy u pacjenta z hiperkifozą.

- A. Łopatki są odsunięte od kręgosłupa, głowa jest wysunięta do przodu.
- B. Łopatki są zbliżone do kręgosłupa, głowa jest wysunięta do przodu.
- C. Łopatki są odsunięte od kręgosłupa, głowa jest cofnięta.
- D. Łopatki są zbliżone do kręgosłupa, głowa jest cofnięta.

Zadanie 29.

Tydzień po zdjęciu opatrunku gipsowego z kończyny, w celu poprawienia elastyczności tkanek oraz zwiększenia ruchomości w stawach objętych wcześniej opatrunkiem gipsowym, zabieg masażu zaleca się połączyć z

- A. ćwiczeniami czynnymi z oporem.
- B. biczami szkockimi.
- C. kąpielą wirową.
- D. krioterapią.

Zadanie 30.

Zaburzenia troficzne w obrębie prawego przedramienia i ręki, występujące pod opatrunkiem gipsowym u pacjenta po złamaniu obu kości przedramienia, stanowią wskazanie do zastosowania masażu

- A. ipsilateralnego prawej kończyny dolnej.
- B. kontralateralnego lewej kończyny górnej.
- C. centryfugalnego prawego stawu barkowego.
- D. tensegracyjnego prawego układu więzadła krzyżowo-guzowego.

Zadanie 31.

W celu usunięcia zmian odruchowych powstałych w tkankach na skutek choroby Raynauda, masażysta powinien zastosować masaż

- A. limfatyczny.
- B. segmentarny.
- C. centryfugalny.
- D. tensegracyjny.

Zadanie 32.

U pacjenta po udarze mózgu, u którego występuje obniżone napięcie mięśniowe, należy zastosować masaż

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

Zadanie 33.

W przewlekłym zapaleniu stawu kolanowego bez obrzęku, w celu usprawnienia ukrwienia i poprawy funkcjonowania stawu, wykonuje się masaż

- A. limfatyczny całej kończyny.
- B. segmentarny chorego stawu.
- C. centryfugalny chorego stawu.
- D. izometryczny całej kończyny.

Zadanie 34.

U pacjenta z zaawansowaną chorobą Buergera, w celu uzyskania poprawy krążenia w kończynach dolnych należy opracować

- A. obie całe kończyny dolne.
- B. wyłącznie dystalne odcinki obu kończyn dolnych.
- C. odcinek lędźwiowy grzbietu i obie kończyny dolne.
- D. wyłącznie grzbiet na wysokości odcinka lędźwiowego kręgosłupa.

Zadanie 35.

U pacjenta z osteoporozą nie należy wykonywać

- A. oklepywania mięśni pośladkowych grzbietową stroną palców.
- B. głębokiego rozcierania przestrzeni międzyżebrowych.
- C. silnego ugniatacia mięśnia czworogłowego uda.
- D. pionowych ucisków w okolicy kręgosłupa.

Zadanie 36.

U pacjenta z rozpoznaniem stanu po zawale mięśnia sercowego, stanowiącego przyczynę skierowania lekarskiego na masaż segmentarny, zabieg masażu należy rozpocząć od opracowania obszaru

- A. kręgosłupa w pozycji siedzącej.
- B. grzbietu w pozycji leżącej przodem.
- C. klatki piersiowej w pozycji siedzącej.
- D. klatki piersiowej w pozycji leżącej tyłem.

Zadanie 37.

W masażu startowym kończyn dolnych u sprintera, biorącego udział w zawodach na otwartym stadionie w chłodny dzień, należy zastosować środki wspomagające masaż o charakterze

- A. przeciwbólowym.
- B. natłuszczającym.
- C. rozgrzewającym.
- D. chłodzącym.

Zadanie 38.

Masaż biurowy „work-site” wykonuje się

- A. na krześle, przez luźną odzież, rozpoczynając od grzbietu.
- B. w leżeniu na brzuchu, rozpoczynając od odsłoniętych kończyn dolnych.
- C. w leżeniu bokiem na macie, rozpoczynając od odsłoniętej kończyny górnej.
- D. na fotelu, przez odzież, rozpoczynając od mięśni międzyżebrowych i przedniej strony uda.

Zadanie 39.

Przed pierwszym masażem aromaterapeutycznym całego ciała należy

- A. przygotować co najmniej trzy rodzaje olejków eterycznych.
- B. przygotować około 10 ml olejku eterycznego do masażu ciała.
- C. wykonać próbę uczuleniową na dobrany olejek bezpośrednio przed zabiegiem.
- D. wykonać próbę uczuleniową na dobrany olejek minimum 12 godzin wcześniej.

Zadanie 40.

Na zabieg masażu gorącymi kamieniami całego ciała zgłasza się pacjentka z niewielkimi obrzękami pod oczami i cerą naczynkową. W trakcie masażu twarzy należy zastosować

- A. gorące kamienie marmurowe.
- B. zimne kamienie marmurowe.
- C. gorące kamienie bazaltowe.
- D. ciepłe kamienie bazaltowe.