

**Arkusz zawiera informacje prawnie chronione do momentu rozpoczęcia egzaminu**

Układ graficzny © CKE 2016

**CENTRALNA  
KOMISJA  
EGZAMINACYJNA**

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”:

<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 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 masażu 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 oddechow.

### 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 pajęczki 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.

[www.EgzaminZawodowy.info](https://www.EgzaminZawodowy.info)