



نمونه سؤالات:

ماساژ آرومات

کد استاندارد: ۳۲۵۵۳۰۴۷۰۰۱۰۰۵۱

معاونت پژوهش، برنامه ریزی و سنجش مهارت
دفتر سنجش مهارت و صلاحیت حرفه ای

۱- ماساژ آروماتراپی به چه معنا است؟

الف- استفاده از مواد معطر

ب- علم شناخت عطر و بو

ج- شناخت شمع ماساژ

د- ترکیب علم ماساژ با علم رایحه درمانی

۲- کدامیک از نقاط زیر جزء نقاط ممنوعه ماساژ نمی باشد؟

الف- داخل آرنج دست

ب- پشت زانو

ج- زیر بغل

د- کف دست

۳- کدام گزینه نقاط ممنوعه بدن نمی باشد؟

الف- زیر بغل، داخل آرنج

ب- زیر فک، بالای استخوان ترقوه

ج- انتهای کشاله ران، پشت زانو

د- مچ دست، مچ پا

۴- کدام یک از مناطق بدن ماساژ گیرنده باید با احتیاط ماساژ داده شود؟

الف- اطراف غدد لنفاوی

ب- ساعد دست

ج- ساق پا

د- کمر

۵- ماساژ بر روی جریان خون چه تاثیری دارد؟

الف- تاثیری ندارد

ب- جریان خون را کاهش می دهد

ج- باعث افزایش جریان خون می شود

د- باعث لخته شدن خون می شود

۶- ماساژ بر استخوان ها چه تاثیری دارد؟

الف- باعث استحکام استخوان ها می شود

ب- باعث جا افتادن استخوان ها می شود

ج- باعث می شود درد استخوان ها بر طرف شود

د- به طور معمول تاثیر ماساژ روی استخوان نیست

۷- تاثیر ماساژ بر دستگاه گوارش باعث کدامیک از موارد زیر نمی شود؟

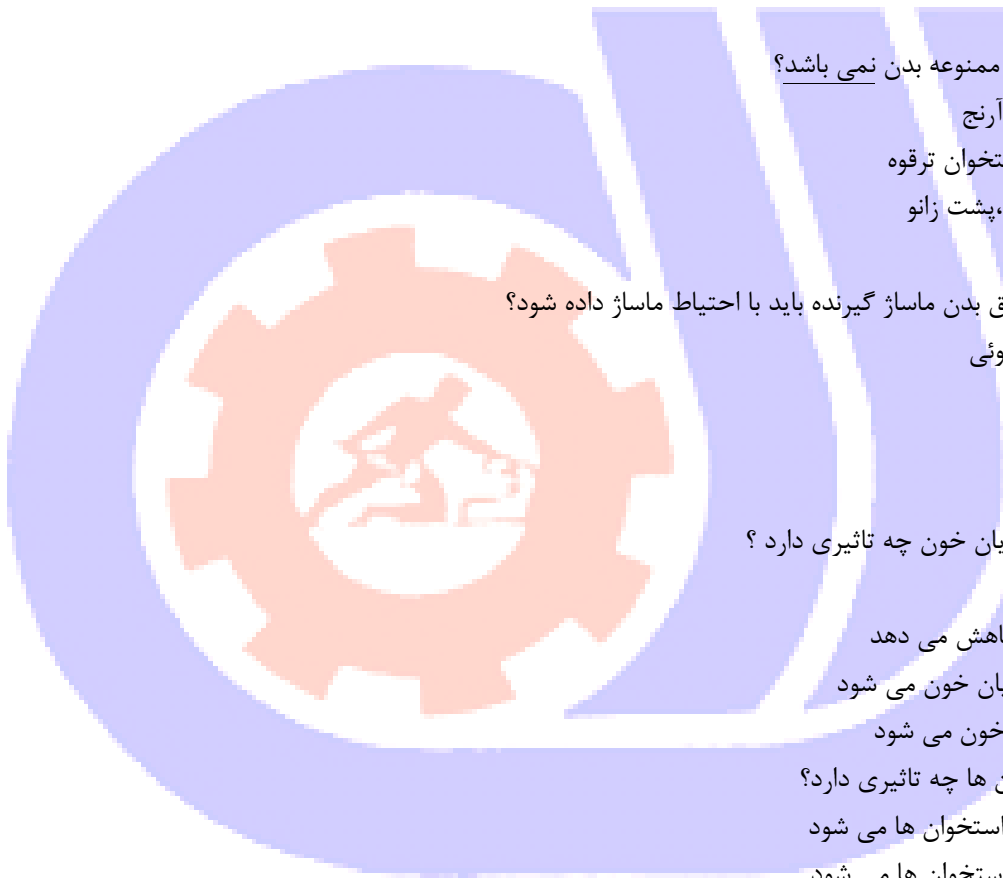
الف- رفع یبوست

ب- هضم بهتر غذا

ج- کمک به بهتر شدن حرکات دودی روده

د- افزایش ترشح اسید معده

۸- کدام تکنیک نوازشی است؟



الف- پتریساز

ب- افلوراژ

ج- فریکشن

د- تاپونمنت

۹- کدام تکنیک زیر جزء تکنیک های ماساژ آروماتراپی نیست؟

الف- افلوراژ

ب- فریکشن

ج- پتریساز

د- وردنه ای

۱۰- برای ورز دادن عضلات از کدام تکنیک در آروماتراپی استفاده می شود؟

الف- افلوراژ

ب- فریکشن

ج- تاپونمنت

د- پتریساز

۱۱- ماساژ خطوط بدن توسط کدام تکنیک انجام می شود؟

الف- افلوراژ

ب- فریکشن

ج- تاپونمنت

د- پتریساز

۱۲- برای کدامیک از پوست های زیر از لوسیون استفاده می شود؟

الف- انواع پوست

ب- پوست مرطوب

ج- پوست خشک

د- پوست معمولی

۱۳- نسبت ترکیب روغن های پایه با روغن حامل چند درصد است؟

الف- ۱ تا ۳ درصد

ب- ۳ تا ۵ درصد

ج- ۵ تا ۷ درصد

د- ۹ تا ۱۱ درصد

۱۴- بهترین روغن ها برای ماساژ آروما کدام است؟

الف- روغن شیمیایی

ب- روغن های حیوانی

ج- روغن ارگانیک و معطر

د- روغن های معدنی

۱۵- کدام گزینه از روغن های پرکاربرد ماساژ می باشند؟

الف- روغن کرچک - روغن مایع کنجد - روغن نارگیل



- ب- روغن کرچک - کره حیوانی - روغن کنجد - روغن نارگیل
 - ج- روغن زیتون - روغن بادام - روغن کنجد - روغن نارگیل
 - د- روغن کرچک - روغن کنجد - روغن نارگیل - روغن گل سرخ
- ۱۶- کدام گزینه خواص روغن فلفل می باشد؟

الف- نیرو بخش و جوان کننده

ب- انرژی زا و آرامش بخش

ج- مسکن و گرمابخش

د- گرما بخش و نیرو بخش

۱۷- کدامیک از روغن های زیر برای ماساژ مناسب نیست؟

الف- روغن بادام شیرین

ب- روغن آوآکادو

ج- روغن بچه

د- روغن آفتابگردان

۱۸- کدامیک از رایحه های زیر برای سردرد مناسب تر است؟

الف- لیمو

ب- پرتغال

ج- نعناع

د- هسته انگور

۱۹- استفاده از روغن بچه برای ماساژ به چه دلیل مناسب نیست؟

الف- اسید لاکتیک

ب- ویتامین E

ج- مواد معدنی

د- پارافین

۲۰- کدامیک از روغن های زیر موجب تمرکز اعصاب می گردد؟

الف- روغن سیاه دانه

ب- روغن گل سرخ

ج- روغن خشخاش

د- روغن نعناع

۲۱- کدام یک از گزینه های زیر صحیح است؟

الف- فرد ماساژور باید ناخن های کوتاه داشته باشد اما در مورد مشتری اندازه ناخن ها تداخلی در کار ندارد.

ب- داشتن ناخن های بلند برای ماساژور بلا مانع است اما مشتری باید ناخن های کوتاه داشته باشد.

ج- ناخن کوتاه برای مشتری و ماساژور لازم است ولی مشکلی در کار ایجاد نمی کند.

د- ماساژور و مشتری هر دو باید ناخن کوتاه داشته باشند.

۲۲- به نظر شما چه رنگ و طرحی برای لباس ماساژور مناسب تر است؟

الف- لباس قرمز رنگ

ب- لباس گلدار

ج- رنگ روشن

د- لباس راه راه با رنگ های تند

۲۳- در آمریکا(مهندس علوم انسانی) مترادف با کدام واژه است؟

الف- آرگونومی

ب- تندرستی

ج- سلامتی

د- بهداشت حرفه ای

۲۴- در صورتی که مشتری درحین انجام کار پر حرفی کند، چه می کنیم؟

الف- تذکر می دهیم که ساکت باشد

ب- پاسخش را می دهیم و با او صحبت می کنیم

ج- صحبت های آرام و جوابهای کوتاه پاسخ می دهیم و درخواست میکنیم از ماساژ لذت ببرد.

د- اصلا پاسخ نمی دهیم

۲۵- اگر در حین انجام ماساژ پا کف پای مشتری دچار قلقلک شود چه کاری انجام می دهیم؟

الف- صبر می کنید دوباره ادامه دهید

ب- آن ناحیه را ماساژ نمی دهیم

ج- محکم تر ماساژ می دهیم

د- ماساژ را ادامه نمی دهیم

۲۶- کدام یک از موارد زیر جزء ممنوعیت های ماساژ نمی باشد؟

الف- گرفتگی ناشی از ورزش

ب- شکستگی

ج- عفونت

د- زخم

۲۷- عضوی که رادیوتراپی شده است تا چند مدت نباید ماساژ داده شود؟

الف- ۲ هفته

ب- ۳ هفته

ج- ۱۰ روز

د- ۵ روز

۲۸- به چه دلیل باید حین انجام ماساژ ریلکسی عضله در حال استراحت و بدون انقباض باشد؟

الف- پیشگیری از تنگ شدن ورید ناشی از انقباض

ب- پیشگیری از گرفتگی

ج- پیشگیری از آسیب دیدگی

د- پیشگیری از کوفتگی عضله

۲۹- کدامیک از تکنیک های زیر مناسب بیماران تنفسی می باشد؟

الف- کاردی

ب- فنجان

ج- ضربه با حالت نیشگون

د- چاپ چاپ

۳۰- کدامیک از گزینه های زیر جزء ممنوعیت های ماساژ نمی باشد؟

الف- فتق دیسک حاد

ب- اختلالات روانی شدید

ج- درد ناشی از بیماری قلبی

د- گرفتگی عضلانی

۳۱- کدامیک از موارد زیر جزء ممنوعیت های ماساژ پشت پا نمی باشد؟

الف- اعمال فشار بر واریس

ب- اعمال فشار بر پشت زانو

ج- کار بر نواحی ملتهب

د- رفع گرفتگی عضله

۳۲- اولین کالجی که ماساژ سوئدی در آنجا تدریس شد در کدام کشور بود؟

الف- استکهلم

ب- روسیه

ج- چین

د- هند

۳۳- کدامیک از موارد زیر جزء ممنوعیت های ماساژ صورت نمی باشد؟

الف- ماساژ بر عدسی چشم

ب- ماساژ بر مناطق متورم

ج- ماساژ بر عفونت

د- ماساژ با فشار انگشتان بر پیشانی

۳۴- کدامیک از موارد زیر جزء ممنوعیت های ماساژ پا نمی باشد؟

الف- ماساژ بر زخم تازه

ب- ماساژ بر موضع مبتلا به قارچ

ج- ماساژ بر موضع مبتلا به تاول

د- ماساژ بر موضع مبتلا به گرفتگی

۳۵- کدامیک از موارد زیر منطقه ممنوعه در ناحیه دست می باشد؟

الف- مچ

ب- بند انگشتان

ج- آرنج

د- بازو

۳۶- حین بارداری ماساژ در کدام ناحیه از بدن ممنوع می باشد؟

الف- شکم

ب- دست ها

ج- کمر

د- پاها



۳۷- کدام یک از موارد زیر جزء اصول قبل از شروع ماساژ نیست؟

الف- گرفتن ناخن ماساژور

ب- ضد عفونی کردن تخت

ج- تنظیم دما

د- رعایت اصول draping

۳۸- کدام مورد جزء فواید درمانی ماساژ آروماتراپی نیست؟

الف- بهبودی آسیب های وارده به عضلات

ب- دفع اسیدلاکتیک و اسید اوره

ج- پایین رفتن قابلیت ارتجاعی لیگامانها

د- از بین رفتن تنبلی عضلات

۳۹- کدام تاثیر ماساژ ریلکسی آروماتراپی بر دستگاه عضلانی نیست؟

الف- افزایش تونوس عضلانی

ب- افزایش انعطاف پذیری عضلات

ج- کاهش کوفتگی

د- کاهش دردناکی

۴۰- کدام گزینه شامل ممنوعیت های ماساژ آروماتراپی نمی باشد؟

الف- ماساژ مفصل آرنج

ب- ماساژ زانو

ج- ماساژ نقاط ماشه ای

د- ماساژ روی استخوان درشت نی

۴۱- کدامیک از موارد زیر جزء ممنوعیت های ماساژ نمی باشد؟

الف- گرفتگی ناشی از ورزش

ب- شکستگی

ج- عفونت

د- زخم

۴۲- کدام گزینه در مورد روغن حامل (پایه) صحیح است؟

الف- منشا گیاهی دارد

ب- تصفیه شده است

ج- از مواد شیمیایی ساخته شده است

د- مواد افزودنی دارد

۴۳- به چه دلیل نباید روغن تصفیه شده باشد؟

الف- زیرا محتوی ویتامین کمی را در روغن باقی می گذارد.

ب- ظاهر (رنگ و بو) غیر طبیعی دارد.

ج- روغن تصفیه شده مناسب ماساژ است.

د- روغن تصفیه شده خواص طبیعی و کاملی دارد و باعث تقویت پوست می شود.

۴۴- نحوه استفاده صحیح از روغن های اصلی چگونه است؟



الف- بدلیل غلظت بالا باید با روغن حامل ترکیب شود.

ب- به تنهایی قابل استفاده است

ج- به هیچ عنوان به تنهایی استفاده نمی شود حتی هنگام گزش حشرات، بریدگی یا سوختگی

د- حجم روغن اصلی در مخلوط باید بین ۱۰ تا ۱۰ درصد باشد.

۴۵- املای صحیح تکنیک ناکل استاتیک کدام گزینه می باشد؟

الف- Knucle static

ب- Nucle ststik

ج- Knacle statik

د- Knuacle statik

۴۶- املای صحیح تکنیک اسکوییزینگ کدام گزینه می باشد؟

الف- squeezing

ب- skezzing

ج- skquezzing

د- squaezzing

۴۷- املای تکنیک اسکین رولینگ کدام گزینه است؟

الف- Skin rolinj

ب- Skin rolling

ج- Ckin rolling

د- Ckin rolinj

۴۸- کدام گزینه شامل تکنیک های تاپونتمنت نمی باشد؟

الف- punding

ب- hacking

ج- piencement

د- Fan stroke

۴۹- املای انگلیسی تکنیک نوازشی کدام گزینه است؟

الف- Stroke technic

ب- Comperssion technic

ج- Topontment technic

د- Vibration technic

۵۰- کدام گزینه جزءانواع تکنیک های stroke نمی باشد؟

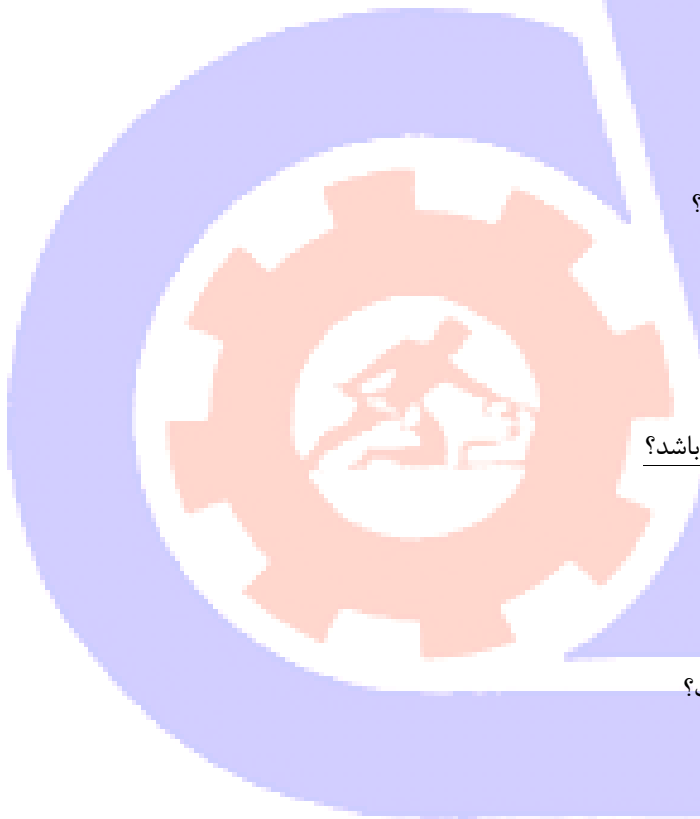
الف- fan

ب- vibration

ج- v

د- circular

۵۱- کدام گزینه شامل تکنیک های kneading نمی باشد؟



الف- Pick up

ب- wringing

ج- rolling

د- Static knucle

۵۲- در تکنیک stroke به ترتیب سرعت و فشار دست چه مقدار می باشد؟

الف- کم-کم

ب- زیاد-کم

ج- کم-زیاد

د- زیاد-زیاد

۵۳- تکنیک skin rolling جزء کدام مرحله از ماساژ سوئدی می باشد؟

الف- vibration

ب- topontment

ج- stroke

د- kneading

۵۴- تاپونتمنت به چه معناست؟

الف- افلاژ

ب- کامپرشن

ج- کوبشی-ضربه ای

د- پتریساز

۵۵- کدام گزینه شامل چهار گروه اصلی انواع پوست نمی باشد؟

الف- خشک

ب- آلرژیک

ج- حساس

د- چرب

۵۶- کدام گزینه جزء ویژگی های پوست معمولی نمی باشد؟

الف- شفاف است

ب- فاقد هرگونه لکه و جوش

ج- کشیدگی طبیعی با منافذ ریز که به سختی قابل رویت می باشد.

د- ظاهری براق دارد

۵۷- کدام گزینه شامل ویژگی های پوست خشک نمی باشد؟

الف- ترشح چربی زیادی دارد

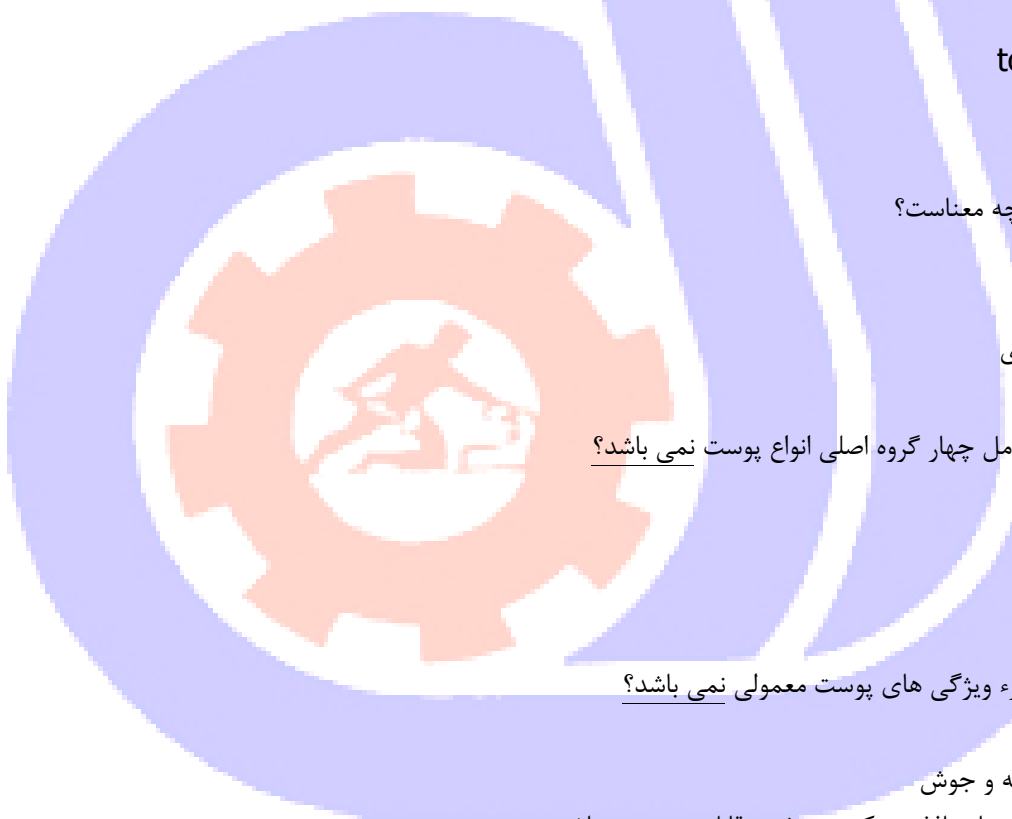
ب- مدام پوسته پوسته می شود

ج- منافذ درشتی دارد

د- رنگ چهره کدر بنظر میرسد

۵۸- کدام گزینه در مورد پوستهای ترکیبی صحیح نمی باشد؟

الف- هر دو ویژگی پوست چرب و خشک را دارد



ب- پیشانی و بینی معمولا چرب ست و اطراف دهان پوست خشک می باشد
ج- مبتلا به آکنه ست

د- کل پوست صورت براق است

۵۹- اگر مراجعه کننده ای دارای پوست براق و جوش دار بود چه نوع پوستی دارد؟

الف- چرب

ب- خشک

ج- معمولی

د- مختلط

۶۰- اگر مراجعه کننده دارای پوستی با منافذ درشت بود احتمالا چه تیپ پوستی دارد؟

الف- خشک

ب- معمولی

ج- چرب

د- حساس

۶۱- اگر فردی دارای پوستی کدر و پوسته پوسته بود چه نوع تیپ پوستی دارد؟

الف- خشک

ب- حساس

ج- معمولی

د- چرب

۶۲- پوستی که در نواحی پیشانی براق است و در نواحی اطراف لب معمولا دچار خشکی می شود از کدام نوع تیپ پوستی می باشد؟

الف- مختلط

ب- چرب

ج- خشک

د- معمولی

۶۳- پوستی که دارای روزه های معمولی بوده و شفاف و صاف می باشد از کدام دسته از تیپ های پوستی است؟

الف- معمولی

ب- چرب

ج- خشک

د- حساس

۶۴- کدام گزینه جزء اصول نگه داری صحیح روغن نمی باشد؟

الف- باید در محل تاریک نگه داری شود

ب- شیشه نگه داری روغن باید به رنگ کهربایی باشد.

ج- شیشه نگه داری روغن باید شفاف باشد تا نور به راحتی از آن عبور کند.

د- بعد از هر بار مصرف باید درب ظرف روغن را محکم ببندیم.

۶۵- از گزینه های زیر کدام روغن در صورت نگه داری صحیح زمان مجاز نگه داری بیشتری دارند؟

الف- روغن خالص

ب- روغن مرکبات

ج- روغن ترکیبی

د- فرقی ندارد

۶۶- به چه دلیل ماساژ با روغن های اصلی (حیاتی) در درمان بیماری ها بسیار قدرتمند است؟

الف- به خاطر ملکول های ریز که به راحتی جذب بدن می شوند.

ب- به خاطر داشتن ملکول درشت به راحتی وارد خون و لنف نمی شوند.

ج- فقط در سطح پوست جذب شده و منافذ را می بندند.

د- غلظت کمی دارند و رقیق هستند.

۶۷- کدام گزینه صحیح ترین و کامل ترین روش های آروماتراپی را بیان کرده است؟

الف- دم عمیق، حمام، دوش، سونا، کمپرس و دهان شویه

ب- حمام، دهان شویه، کمپرس

ج- دوش، قرقره، دهان شویه

د- مالشی پوست، دهان شویه، قرقره

۶۸- کدام گزینه در مورد روغن ترنج صحیح نیست؟

الف- ضد افسردگی

ب- ضد عفونی کننده و گندزدا

ج- متعادل کننده

د- خشک کننده

۶۹- کدام گزینه جهت رفع عفونت ادراری، واژینال و برفک مفید است؟

الف- اسطوخودوس

ب- کنجد

ج- ترنج

د- هسته انار

۷۰- جهت پاکسازی پوست آکنه دار، عفونت آبله مرغان و تبخال کدام گزینه مناسب است؟

الف- زیتون

ب- هسته انگور

ج- نارگیل

د- ترنج

۷۱- در مورد مصرف روغن ترنج چه موارد احتیاطی وجود دارد؟

الف- پس از مصرف نباید بلافاصله در معرض نور خورشید قرار گرفت.

ب- نباید رانندگی و کارهای نیاز به هوشیاری بالا انجام داد.

ج- باعث بالا رفتن فشار خون می شود

د- باعث ازدیاد نفخ می شود

۷۲- کدام گزینه جزء ویژگی های روغن بابونه نمی باشد؟

الف- متعادل کننده

ب- آرام بخش



ج- باعث قرمزی، سوزش و تحریک کنندگی پوست

د- خنک کننده

۷۳- کدام روغن مناسب استعمال رده سنی زیر هفت سال جهت رفع آسم و کولیک می باشد؟

الف- بابونه

ب- ترنج

ج- اکالیپتوس

د- خشخاش

۷۴- خاصیت ضد التهابی بابونه برای کدام بیماری مناسب است؟

الف- گاستریت و درماتیت

ب- میگرن

ج- ورم معده

د- یبوست

۷۵- جهت رفع بی خوابی و افزایش آرامش کدام گزینه پیشنهاد می شود؟

الف- خشخاش

ب- نعناع

ج- بابونه

د- هسته انگور

۷۶- برای رفع بی نظمی قاعدگی، فیبروم و درد قاعدگی کدام گزینه صحیح است؟

الف- بابونه

ب- سرو

ج- هسته انار

د- مازو

۷۷- کدام گزینه در مورد خواص روغن سرو صحیح نیست؟

الف- قابض

ب- کاهنده مایعات

ج- مسکن

د- تجدید یا مسترد کننده

۷۸- روغن مناسب برای بهبود ورم و شب ادراری کدام است؟

الف- نعناع

ب- کنجد

ج- زیتون

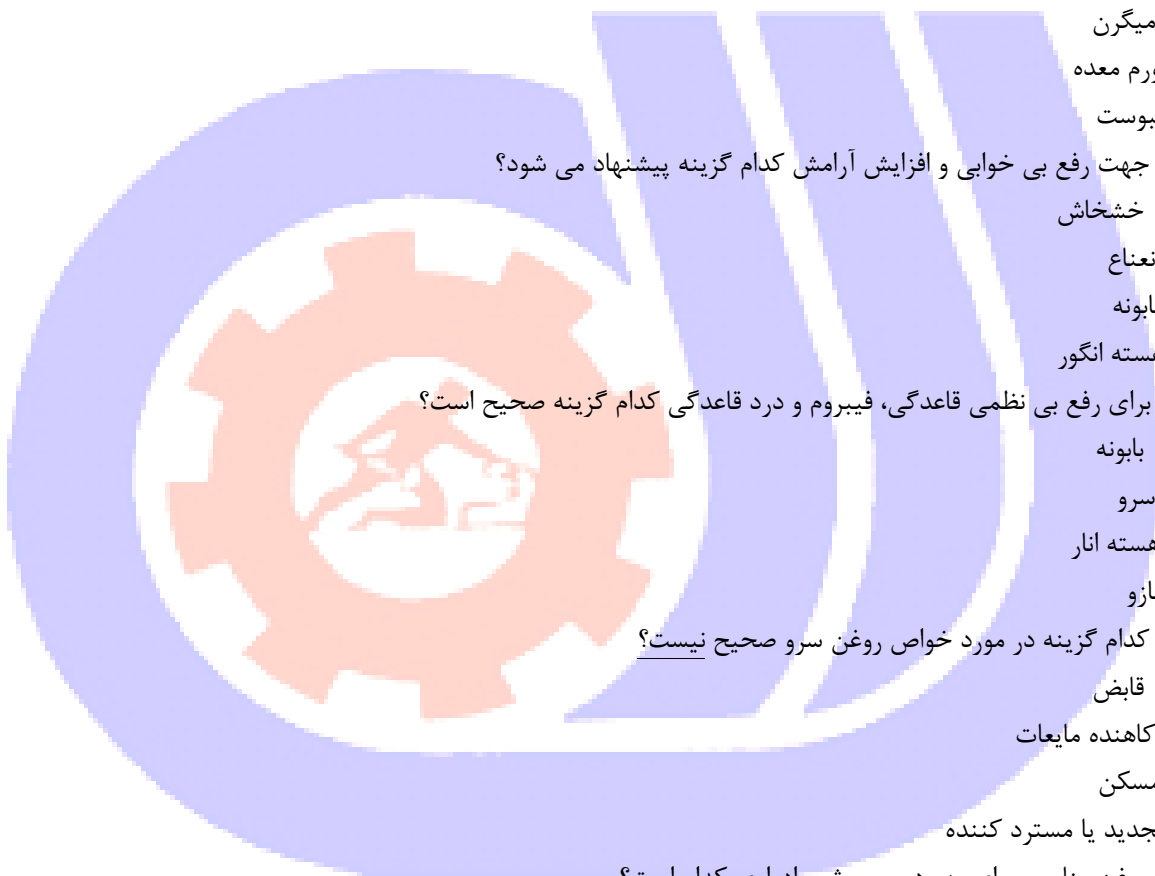
د- سرو

۷۹- روغن مناسب برای رفع واریس کدام است؟

الف- سرو

ب- زیتون

ج- بادام شیرین



د- اسطوخودوس

۸۰- از احتیاط های مصرف روغن سرو چیست؟

الف- محرک

ب- حساسیت زا

ج- سمی

د- بی خطر و بدون محدودیت

۸۱- مناسب ترین گزینه جهت رفع اختلالات تنفسی، سرماخوردگی و سینوزیت چیست؟

الف- اکالیپتوس

ب- ترنج

ج- زیتون

د- بادام

۸۲- روغن برطرف کننده دردهای آرتريت و روماتیسمی کدام است؟

الف- مازو

ب- کندش

ج- نارگیل

د- اکالیپتوس

۸۳- ممنوعیت استفاده از اکالیپتوس کدام است؟

الف- نامناسب جهت خردسالان و کودکان

ب- حساسیت زا برای همه گروه های سنی

ج- خشک کننده پوست

د- مسهل

۸۴- از خواص کندر کدام یک صحیح نمی باشد؟

الف- خلط آور

ب- نشاط آور

ج- جوان کننده

د- خواب آور

۸۵- از کدام روغن حین دعا و مدیتیشن استفاده کنیم؟

الف- زنجبیل

ب- دارچین

ج- سیاه دانه

د- سرو

۸۶- کدام گزینه را سلطان روغن های اصلی (حیاتی یا پایه) می گویند؟

الف- یاسمن

ب- بابونه

ج- اسطوخودوس

د- گل سرخ



۸۷- روغنی که سبب سهولت زایمان و بالا برنده انقباضات رحمی است و سبب کاهش درد زایمان می شود کدام است؟

الف- یاسمن

ب- اکالیپتوس

ج- مازو

د- اسطوخودوس

۸۸- کدام گزینه تاثیر کمتری بر بهبود پوست های دچار ترک ناشی از چاقی و لاغری یا بارداری دارد؟

الف- هسته انار

ب- مازو

ج- یاسمن

د- سیاه دانه

۸۹- کدام یک فقط برای استعمال خارجی می باشد؟

الف- کنجد

ب- زیتون

ج- بادام

د- یاسمن

۹۰- روغنی که بی اختیاری و عفونت ادراری را بهبود می دهد کدام است؟

الف- سرو کوهی

ب- لیمو

ج- کندش

د- هسته انگور

۹۱- روغن برطرف کننده مسمومیت و تصفیه کننده روح و جسم کدام است؟

الف- لوندر

ب- آلوئه ورا

ج- سرو کوهی

د- اکالیپتوس

۹۲- از موارد احتیاطی مصرف روغن سرو کوهی کدام است؟

الف- عدم مصرف در دوران بارداری

ب- بالا برنده فشار خون

ج- مسمومیت زا

د- خواب آور

۹۳- روغن تسکین دهنده و کنترل کننده فشار خون کدام است؟

الف- اسطوخودوس

ب- زیتون

ج- نارگیل

د- بادام

۹۴- کدامیک از ویژگی های روغن لیمو ترش نمی باشد؟



الف- ضدعفونی کننده

ب- تصفیه شده

ج- محرک

د- خواب آور

۹۵- روغن مکملی با روغن سرو که جهت بهبود واریس استفاده می شود کدام است؟

الف- لیمو ترش

ب- زیتون

ج- بادام

د- نارگیل

۹۶- اقدام احتیاطی پس از مصرف روغن لیمو کدام است؟

الف- قرار نگرفتن در برابر نور شدید آفتاب

ب- عدم انجام فعالیت هایی که نیاز به تمرکز دارند

ج- مورد احتیاطی خاصی ندارد

د- نامناسب برای گروه سنی زیر ۱۰ سال

۹۷- کدامیک از گزینه های زیر جهت آرام بخشی و رفع مشکلات روحی و افسردگی اثر کمتری دارد؟

الف- اسطوخودوس

ب- گل گاوزبان

ج- بهار نارنج یا شکوفه پرتقال

د- گل سرخ چینی

۹۸- کدام گزینه جزء بارزترین خواص روغن نعناع است؟

الف- خنک کننده

ب- گرم کننده

ج- لیفت کننده

د- تحریک رویش مو

۹۹- کدام روغن برای بهبود اسهال، یبوست و اسپاسم معده مناسب است؟

الف- لیمو ترش

ب- زیتون

ج- نارگیل

د- بادام

۱۰۰- جهت کاهش حرارت و التهاب منطقه آفتاب سوخته کدام گزینه بهتر است؟

الف- بادام

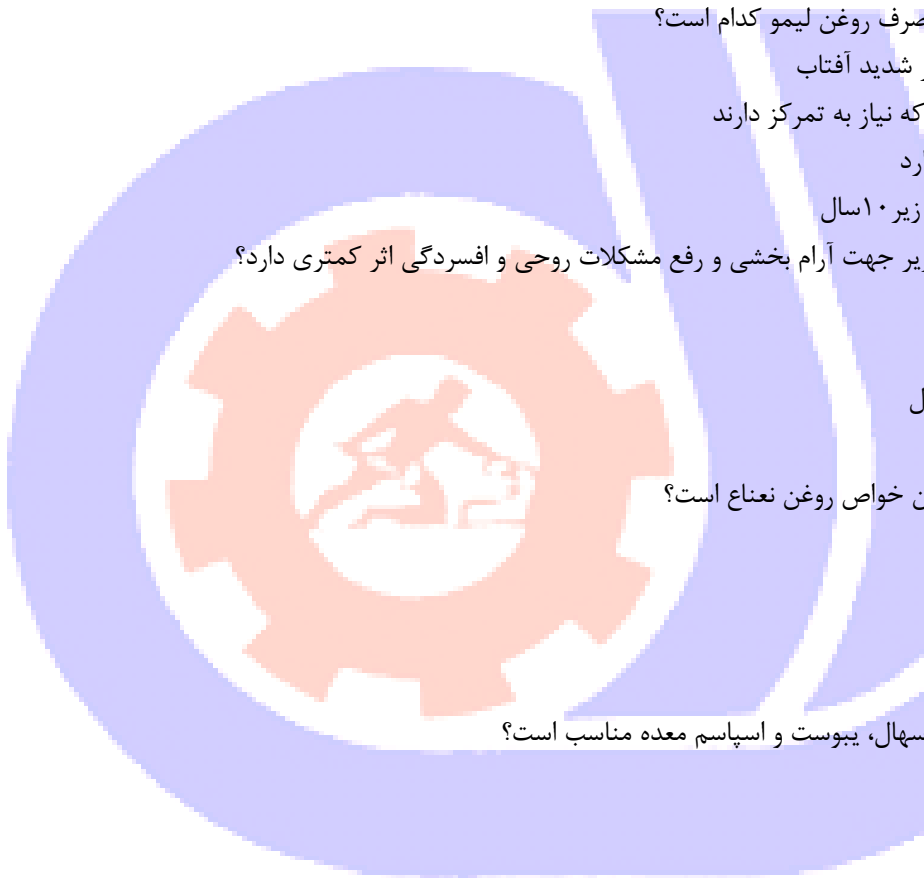
ب- لیمو

ج- هسته انار

د- نعناع

۱۰۱- کدام گزینه از موارد احتیاطی مصرف روغن لیمو نیست؟

الف- احتیاط مصرف برای پوست های حساس



- ب- عدم مصرف در دوران شیردهی
- ج- مصرف با مشورت پزشک در افراد مبتلا به سرطان پوست
- د- اقدام احتیاطی خاصی ندارد

۱۰۲- کدام گزینه تقویت کننده احساس عشق است؟

- الف- زیتون
- ب- اسطوخودوس

ج- رز

د- سیاه دانه

۱۰۳- روغنی مناسب جهت برطرف سازی کلیه مشکلات بانوان از جمله تنظیم کننده قاعدگی و ناباروری کدام است؟

الف- دارچین

ب- زنجبیل

ج- زیتون

د- رز

۱۰۴- کدام روغن محرک رشد مو می باشد؟

الف- کندر

ب- رزماری

ج- لیمو

د- رز

۱۰۵- کدام گزینه جهت آرامش و کاهش تنش مناسب نیست؟

الف- اسطوخودوس

ب- صندل

ج- بهار نارنج

د- کندش

۱۰۶- روغن مناسب جهت پوست دهیدراته شده ترک دار و خشک کدام است؟

الف- لیمو

ب- صندل

ج- هسته انار

د- کندش

۱۰۷- کدام گزینه اگر با روغن حامل مخلوط شود افتر شیو مناسبی است؟

الف- زیتون

ب- کندر

ج- صندل

د- لاواندر

۱۰۸- کدام گزینه از خواص روغن درخت چای نیست؟

الف- ضد عفونی کننده

ب- ضد قارچ



ج- ضد عفونت

د- خواب آور

۱۰۹- جهت رفع عفونت و قارچ کدام روغن موثرتر است؟

الف- درخت چای

ب- بابونه

ج- نعناع

د- رز

۱۱۰- جهت رفع سوزش سردل زنان باردار کدام مناسب تر است؟

الف- ۱ قطره نارنج+ ۱ قطره دارچین+ ۲ قطره صندل در ۱۰ میلی لیتر روغن حامل

ب- ۱ قطره دارچین+ ۲ قطره زنجبیل+ ۳ قطره اسطوخودوس در ۱۵ میلی لیتر روغن حامل

ج- ۱ قطره رز+ ۲ قطره لیمو+ ۲ قطره صندل در ۳۰ میلی لیتر روغن حامل

د- ۲ قطره نعناع+ ۱ قطره فلفل+ ۱ قطره زنجبیل در ۱۰ میلی لیتر روغن حامل

۱۱۱- جهت رفع افسردگی بعد از زایمان ترکیب چه روغن هایی مناسب است؟

الف- رز+ نارنج+ گل شمعدانی

ب- یاس+ دارچین+ لیمو

ج- لیمو+ کندر+ رزماری

د- زنجبیل+ کندش+ مازو

۱۱۲- ترکیب روغن مناسب جهت ماساژ قبل از ورزش کدام است؟

الف- فلفل سیاه+ زنجبیل+ رزماری

ب- رزماری+ نعناع+ اسطوخودوس

ج- بادام+ فلفل+ کنجد

د- سیاه دانه+ بابونه+ هسته انار

۱۱۳- جهت بازگشت به حالت اولیه یا ریکاوری ورزشکاران ترکیب کدام اسانس ها مناسب است؟

الف- بابونه+ سرو+ کندر+ سرو کوهی

ب- کندر+ سرو کوهی+ مرزنگوش+ فلفل

ج- اسطوخودوس+ بهار نارنج+ فلفل+ زنجبیل

د- بابونه+ رز+ زنجبیل+ دارچین

۱۱۴- روغن مناسب برای کشیدگی تاندون کدام است؟

الف- کندر+ نعناع

ب- زنجبیل+ فلفل

ج- آلوئه ورا+ رز

د- نعناع+ آلوئه ورا

۱۱۵- ترکیب اسانس مناسب جهت رفع قارچ پای ورزشکار کدام است؟

الف- زیتون+ بادام+ گل سرخ

ب- اسطوخودوس+ لیمو+ درخت چای

ج- بادام شیرین+ فلفل+ زنجبیل



د- دارچین+مازو+کندش

۱۱۶- مناسب ترین روغن جهت برطرف کردن جوش و اگزما چیست؟

الف- نارگیل

ب- آلوئه ورا

ج- آویشن

د- جوجوبا

۱۱۷- مهم ترین اثر روغن جوجوبا بر بدن چیست؟

الف- ضد میکروبی

ب- رفع گرفتگی

ج- آب رسان

د- قابض

۱۱۸- کدام گزینه جزء شرایط یک اتاق ماساژ ایده آل نمی باشد؟

الف- دمای اتاق می بایست ۲۰ الی ۲۵ درجه باشد

ب- نور اتاق بهتر است ملایم باشد

ج- تختهای ماساژ هفته ای دو بار ضدعفونی گردند و لزوما نیاز به ضدعفونی بعد از هر بار استفاده نیست

د- اتاق ماساژ تا حد ممکن باید در سکوت کامل قرار داشته باشد.

۱۱۹- دمای مناسب و رنگ نور لامپ اتاق ماساژ چگونه باید باشد؟

الف- ۲۵ درجه-زرد

ب- ۲۵ درجه-نور ملایم

ج- ۳۰ درجه-زرد

د- ۳۰ درجه-سبز ملایم

۱۲۰- کدام یک از موارد زیر جهت آماده سازی محیط ماساژ قبل از شروع ماساژ انجام نمی شود؟

الف- تنظیم نور مناسب

ب- تنظیم دمای مناسب

ج- رعایت سکوت

د- draping

۱۲۱- استاندارد طول و عرض تخت ماساژ به ترتیب چند سانتی متر می باشد؟

الف- ۲۰۰-۷۰

ب- ۱۵۰- ۱۶۰ الی ۵۰

ج- ۴۰-۱۱۵۰ الی ۴۵

د- ۱۹۰-۱۶۰ الی ۵۵

۱۲۲- کدام گزینه شامل چهار گروه اصلی انواع پوست نمی باشد؟

الف- خشک

ب- آلرژیک

ج- حساس

د- چرب

۱۲۳- کدام گزینه جزء ویژگی های پوست معمولی نمی باشد؟

الف- شفاف است

ب- فاقد هرگونه لکه و جوش

ج- کشیدگی طبیعی با منافذ ریز که به سختی قابل رویت می باشد.

د- ظاهری براق دارد

۱۲۴- کدام گزینه شامل ویژگی های پوست خشک نمی باشد؟

الف- فاقد ترشح چربی می باشد

ب- مدام پوسته پوسته می شود

ج- منافذ درشتی دارد

د- رنگ چهره کدر بنظر میرسد

۱۲۵- کدام گزینه در مورد پوستهای ترکیبی صحیح نمی باشد؟

الف- هر دو ویژگی پوست چرب و خشک را دارد

ب- پیشانی و بینی معمولاً چرب ست و اطراف دهان پوست خشک می باشد

ج- مبتلا به آکنه ست

د- کل پوست صورت براق است

۱۲۶- حین شروع ماساژ مراجعه کننده باید چگونه روی تخت خوابیده باشد؟ نحوه چیدمان حوله ها چگونه است؟

الف- به شکم-تمامی بدن به غیر از کف پا با حوله پوشده شده است

ب- به پشت- تمامی بدن به غیر از کف پا با حوله پوشده شده است

ج- به شکم- تمامی بدن به غیر از کل یک پا با حوله پوشده شده است

د- به پشت- تمامی بدن به غیر از کف پا با حوله پوشده شده است

۱۲۷- روغن نارگیل برای کدام نوع پوست مناسب نیست؟

الف- حساس

ب- چرب

ج- خشک

د- معمولی

۱۲۸- اگر فردی دارای پوست خشک باشد هنگام ماساژ روی ساق پا باید چگونه روی تخت خوابیده باشد و برای ماساژ وی از چه

روان کننده ای استفاده کنیم؟

الف- به پشت-روغن

ب- به شکم-کرم

ج- به پشت-پودر تالک

د- به شکم-لوسیون

۱۲۹- شرایط اتاق ماساژ باید چگونه باشد؟

الف- دارای مبلمان راحتی باشد

ب- محیط آرام و پاکیزه باشد

ج- رنگ آمیزی اولویت دارد

د- دارای دما، نور، تهویه ، رنگ آمیزی و آرامش مناسب باشد

۱۳۰- در وضعیت دمر برای راحتی فرد ماساژگیرنده سالم می توان از بالشت در نواحی استفاده کرد.

الف- زیر سر و زیر زانو

ب- زیر مچ (ساق) و زیر پیشانی و شکم

ج- زیر سر و زیر مچ پا

د- زیر زانو و زیر پیشانی

۱۳۱- به منظور تمیز نگه داشتن و ضد عفونی کردن تخت توصیه می شود.

الف- روکش لاستیکی

ب- روکش پارچه ای

ج- روکش پلاستیکی

د- فقط ملحفه قابل شستشو

۱۳۲- بهترین روش جهت پی بردن به بیماری های شخص ماساژ گیرنده چیست؟

الف- پرسشنامه

ب- مصاحبه حضوری

ج- حین ماساژ

د- حالت ظاهری فرد ماساژ گیرنده

۱۳۳- کدامیک از موارد زیر جزء ویژگی های فرم شرح حال مشتری نمی باشد؟

الف- اطلاعات کامل درباره بیماری ها

ب- اطلاعات کامل درباره قیمت انواع خدمات

ج- اطلاعات درباره میزان فشار دست ماساژور

د- اطلاعات درباره قد، سن و اطلاعات فردی

۱۳۴- کدام گزینه در مورد کارت سوابق سلامت مراجعین صحیح نیست؟

الف- اطلاعات کامل در مورد بیماری ها در آن ذکر می گردد.

ب- اطلاعات در مورد مصرف داروها در آن ذکر می گردد

ج- اطلاعات در مورد نوع ماساژ مورد علاقه مشتری ذکر می گردد

د- اطلاعات در مورد پرداخت هزینه ها در آن ذکر می گردد

۱۳۵- کدام گزینه در مورد دلایل خشکی پوست صحیح نمی باشد؟

الف- کمبود آب بدن

ب- کوچک بودن روزه ها پوست

ج- بزرگ بودن روزه های پوست

د- کم بودن ترشحات غدد چربی پوست

۱۳۶- کدام گزینه از اقدامات قبل از شروع ماساژ نمی باشد؟

الف- پوشش دهی بدن مراجعه کننده با حوله

ب- پر کردن فرم سوابق سلامت

ج- شستشوی دست های ماساژور

د- کوتاه بودن و آراستگی ناخن های ماساژور

۱۳۷- در مورد اولین برخورد با مشتری و پذیرش وی کدام گزینه صحیح نیست؟

- الف- با چهره ای مهربان و خندان از او استقبال و پذیرائی کنیم.
- ب- فضای نشستن را برای مشتریان فراهم کنیم تا احساس کند مورد احترام ماست.
- ج- با احترام با او صحبت کنیم.
- د- ابتدا به عنوان اولین صحبت در مورد نوع خدمات و قیمت‌های آن صحبت کنیم.
- ۱۳۸- در تماس تلفنی و یا حضوری با مشتری کدام گزینه صحیح است؟
- الف- در زمان تعطیلی مرکز به مشتری بگوییم بعلت تعطیلی کمکی نمی‌توانیم بکنیم
- ب- در صورت عدم اطلاع از هر موردی میتوانیم به مشتری بگوییم که نمی‌توانیم کمکی بکنیم
- ج- ابتدا رضایت پرسنل مجموعه باید در نظر گرفته شود سپس رضایت مشتری
- د- در برخورد با مشتری مهربان و مثبت باشیم و به مشتریان انرژی مثبت بدهیم.
- ۱۳۹- در تماس تلفنی و یا حضوری با مشتری کدام گزینه صحیح است؟
- الف- در زمان تعطیلی مرکز به مشتری بگوییم بعلت تعطیلی کمکی نمی‌توانیم بکنیم
- ب- در صورت عدم اطلاع از هر موردی میتوانیم به مشتری بگوییم که نمی‌توانیم کمکی بکنیم
- ج- ابتدا رضایت پرسنل مجموعه باید در نظر گرفته شود سپس رضایت مشتری
- د- در برخورد با مشتری مهربان و مثبت باشیم و به مشتریان انرژی مثبت بدهیم.
- ۱۴۰- در ماساژ پشت کدام گزینه در گروه تکنیک های کامپرشن قرار نمی‌گیرد؟

الف-ROLLING KNUCLE

ب-PUNDING

ج-STATIC KNUCLE

د-SQUEZZING

- ۱۴۱- کدام گزینه مناسب ترین جهت تکنیک کامپرشن در ناحیه قدامی ساق پا می باشد؟

الف-CIRCULAR KNUCLE

ب-SQUEZZING

ج-PICK UP

د-WRINGING

- ۱۴۲- کدام گزینه برای تکنیک های تاپونتمنت برای ماساژ صورت مناسب می باشد؟

الف-taping

ب-punding

ج-hacking

د-bitting

- ۱۴۳- حرکات تاپونتمنت در پشت چگونه انجام می شود؟

الف- حرکات ساطوری دست و وارد آوردن ضربات سبک و تند

ب- قرار دادن شصت دست با لرزش بر روی بدن

ج- مشت و مال دادن

د- انجام حرکات چرخشی و دایره ای با دو دست

- ۱۴۴- کدام گزینه برای برطرف کردن نقاط ماشه ای ناحیه کمر مناسب می باشد؟

الف- تکنیک های افلوراژ

ب- تکنیک های استروک

ج- تکنیک های تاپونتمنت

د- تکنیک های کامپرشن

۱۴۵- کدام گزینه برای ایجاد آماده سازی و پخش روغن در ناحیه دست مناسب ترین تکنیک می باشد؟

الف- تکنیک T

ب- تکنیک PICK UP

ج- تکنیک WRINGING

د- تکنیک PUNDING

۱۴۶- به ترتیب فشار در تکنیک های ماساژ صورت به چه مقدار است و سرعت حرکات چگونه می باشد؟

الف- کم- زیاد

ب- زیاد- کم

ج- زیاد- زیاد

د- کم- کم

۱۴۷- کدام گزینه برای رفع نقاط ماشه ای در ناحیه کف دست صحیح می باشد؟

الف- CIRCULAR KNUCKLE

ب- T STROKE

ج- PUNDING

د- VIBRATION

۱۴۸- میزان فشار افلوراژ در پشت بدن چگونه است؟

الف- کم

ب- متوسط

ج- شدید

د- بدون فشار

۱۴۹- تکنیک آغازین ماساژ در ناحیه کمر کدام یک از گزینه های زیر می باشد؟

الف- نوازشی

ب- فشاری

ج- ضربه ای

د- لرزشی

۱۵۰- ترتیب ماساژ دادن در ماساژ سوئدی به چه صورت است ؟

الف- سرو گردن- کمر- دست و پا

ب- کمر- دست- پا- سرو گردن

ج- پا- دست- کمر- سرو گردن

د- کمر- سرو گردن- دست و پا

۱۵۱- در ماساژ سوئدی فشار در شروع و در ادامه ماساژ پشت به چه صورت است؟

الف- فشار کم- فشار به مرور زیاد

ب- فشار کم- فشار کم



ج- فشار به مرور زیاد- فشار به مرور زیاد

د- فشار به مرور زیاد- فشار کم

۱۵۲- ترتیب دسته بندی تکنیک های سوئدی پشت چیست؟

الف- استروک- کامپرشن- پتریساز- شیکینگ

ب- استروک- کامپرشن- شیکینگ- ویبریشن

ج- کامپرشن- استروک- پتریساز- شیکینگ

د- پتریساز- استروک- شیکینگ- کامپرشن

۱۵۳- در ماساژ سوئدی پشت، دست ها به حالت عادی روی پشت یه موازات ستون فقرات تا روی کتف ها پیش می روند و به

تدریج انگشتان از هم باز شده و از پهلو به نقطه شروع بر می گردند. شرح کدام تکنیک است؟

الف- V

ب- T

ج- FAN

د- CIRCULAR

۱۵۴- در ماساژ ران، این تکنیک به صورت عرضی و رفت و برگشت در خلاف جهت هم با تمامی کف دست انجام

می شود؟

الف- ناکل استروک

ب- کراس فایبر

ج- V استروک

د- T استروک

۱۵۵- در ماساژ پا برجستگی هایی که در پشت دست ها هنگام مشت کردن دست ظاهر می شود نام کدام تکنیک است؟

الف- ناکل استروک

ب- کراس فایبر

ج- V استروک

د- T استروک

۱۵۶- در این تکنیک در ماساژ عضله دوقلو، دست ها در دو طرف عضله در هم قفل شده و به سمت هم فشار داده و بافت بین

دستان فشرده می شود.

الف- اسکیزینگ کامپرشن

ب- سیرکولار کامپرشن

ج- رولینگ

د- کریس کراس

۱۵۷- کدامیک از تکنیک های زیر جزء تکنیک های ضربه ای کمرنمی باشد؟

الف- (CUPPING)

ب- (WRINGING)

ج- (PIENCEMENT)

د- (BITTING)

۱۵۸- در ماساژ پهلوها، در این تکنیک انگشت شست و اشاره به سمت هم حرکت کرده و عضله را گرفته و بلند کرده و رها می

کند؟

الف- پیکینگ آپ

ب- کامپرشن

ج- پتریساز

د- ناگل

۱۵۹- کدام گروه تکنیکی زیر در شروع ماساژ پشت استفاده می شود؟

الف- استروک

ب- پتریساز

ج- تیوتمنت

د- فریکشن

۱۶۰- در پشت ، در این تکنیک تیوتمنت از لبه داخلی دست و انگشت کوچک به صورت متناوب استفاده می شود.

الف- هکینگ

ب- اسلپینگ

ج- بیتینگ

د- تپینگ

۱۶۱- کدامیک از موارد زیر جزء فواید ماساژ پشت پا نمی باشد؟

الف- بهبود گردش خون

ب- رفع واریس

ج- دفع مواد زاید از طریق لنف

د- برطرف سازی درد ناشی از گرفتگی

۱۶۲- کدامیک از گزینه ها جزء تاثیرات مثبت تکنیک (WRINGING) در ساق پا نمی باشد؟

الف- دفع سموم بافت عمقی

ب- انتقال مواد غذایی به عضلات

ج- تسهیل در گردش خون

د- درمان واریس

۱۶۳- در بین تکنیک های ضربه ای زیر کدام مناسب منطقه سرینی می باشد ؟

الف- (CUPING)

ب- Static knucle

ج- Rolling knucle

د- pickup

۱۶۴- ماساژ مناسب کشکک چگونه است؟

الف- حرکات مدور کوچک

ب- ((WRINGING

ج- (ROLLING)

د- (PICKUP)

۱۶۵- ماساژ شکم هر گاه از سمت آپاندیس و در مسیر کولون به سمت مخرج باشد در درمان چه نوع بیماری کمک کننده است؟

الف- یبوست

ب- آپاندیس

ج- اسهال

د- عفونت روده

۱۶۶- برای استفاده از اثر مهاری ماساژ سوندی بر سیستم عصبی- عضلانی از کدام گزینه در ماساژ پشت استفاده می شود؟

الف- سرعت کم - از تپوتمنت استفاده می شود

ب- سرعت زیاد- از تپوتمنت استفاده می شود

ج- سرعت کم- از تپوتمنت استفاده نمی شود

د- سرعت زیاد- از تپوتمنت استفاده نمی شود.

۱۶۷- برای استفاده از اثر تحریکی ماساژ سوندی بر سیستم عصبی- عضلانی از کدام گزینه استفاده می شود؟

الف- سرعت کم - از تپوتمنت استفاده می شود

ب- سرعت زیاد- از تپوتمنت استفاده می شود

ج- سرعت کم- از تپوتمنت استفاده نمی شود

د- سرعت زیاد- از تپوتمنت استفاده نمی شود.

۱۶۸- در ماساژ پشت کدام تکنیک بر روی کلیه ها محدودیت اجرا دارد؟

الف- پتریساز

ب- تپوتمنت

ج- کامپرنشن

د- استروک

۱۶۹- برای شروع ماساژ قسمت قدامی پا از کدام تکنیک می توان استفاده کرد؟

الف- تکنیک T

ب- تکنیک PICK UP

ج- تکنیک های پتریساز

د- تکنیک CHOP CHOP

۱۷۰- از کدام تکنیک زیر برای انجام مرحله کامپرنشن در ناحیه پشت استفاده می کنیم؟

الف- ناکل استاتیک static knucle

ب- تکنیک T

ج- تکنیک PICKUP

د- تکنیک WRINGING

۱۷۱- مرحله آغازین ماساژ کدام یک از گزینه های زیر می باشد؟

الف- نوازشی

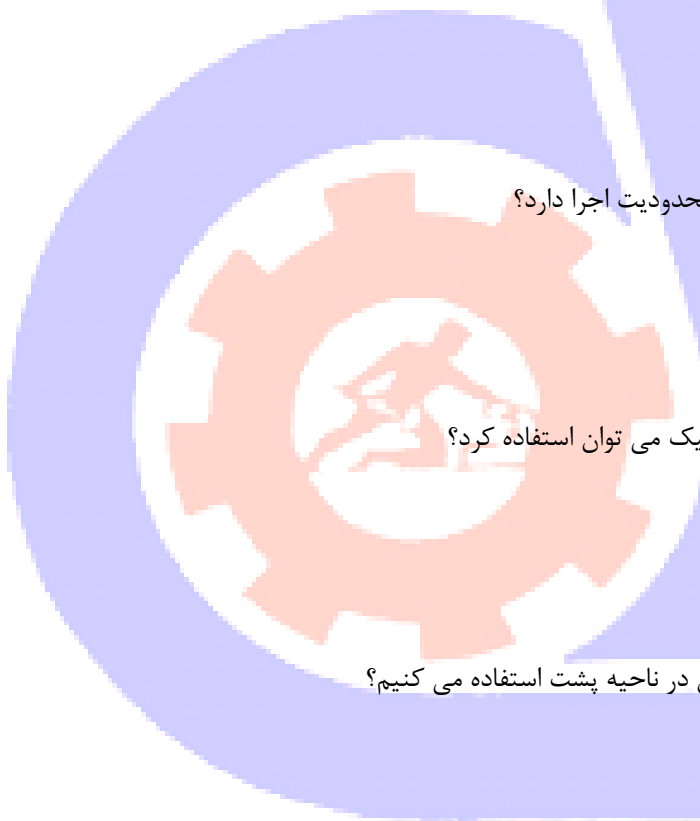
ب- فشاری

ج- ضربه ای

د- لرزشی

۱۷۲- بیش ترین اثر مرحله نوازشی بر بدن چگونه است؟

الف- آرام بخشی



ب- رفع گرفتگی

ج- بیداری عضله

د- دفع مواد زائد

۱۷۳- کدامیک از موارد زیر جزء اثرات تکنیک افلوراژ نمی باشد؟

الف- تسریع جریان خون به سمت قلب

ب- تسریع جریان تخلیه و لنف

ج- تحریک گیرنده های فشاری و لمس در پوست

د- رفع گرفتگی

۱۷۴- در کدامیک از موارد زیر انجام تکنیک افلوراژ مناسب نمی باشد؟

الف- تورم بدنبال ضربه

ب- تورم بدنبال قطع عضو

ج- تورم بلافاصله بعد از شکستگی

د- تورم بعد از برداشتن گچ و بی حرکتی طولانی

۱۷۵- کدامیک از موارد زیر جزء تکنیک کامپرشن نمی باشد؟

الف- Pick up

ب- linear

ج- kneading

د- broadening

۱۷۶- کدامیک از موارد زیر جزء نکات ضروری جهت اثرگذاری بیشتر مرحله فشاری نمی باشد؟

الف- وضعیت راحت بیمار

ب- انجام حرکت با سرعت کم و ریتمیک

ج- قالب شدن دست با منطقه تحت درمان

د- انجام حرکت سریع و سطحی

۱۷۷- کدامیک از موارد زیر جزء اثرات مثبت ماساژ ضربه ای نمی باشد؟

الف- تحریک رفلکس انقباضی عضله

ب- افزایش گردش خون

ج- درمان آسیب دیدگی

د- بیدار سازی عضله

۱۷۸- تکنیک بیتینگ در کدام گروه از افراد مناسب تر است؟

الف- ورزشکاران

ب- بیماران سرطانی

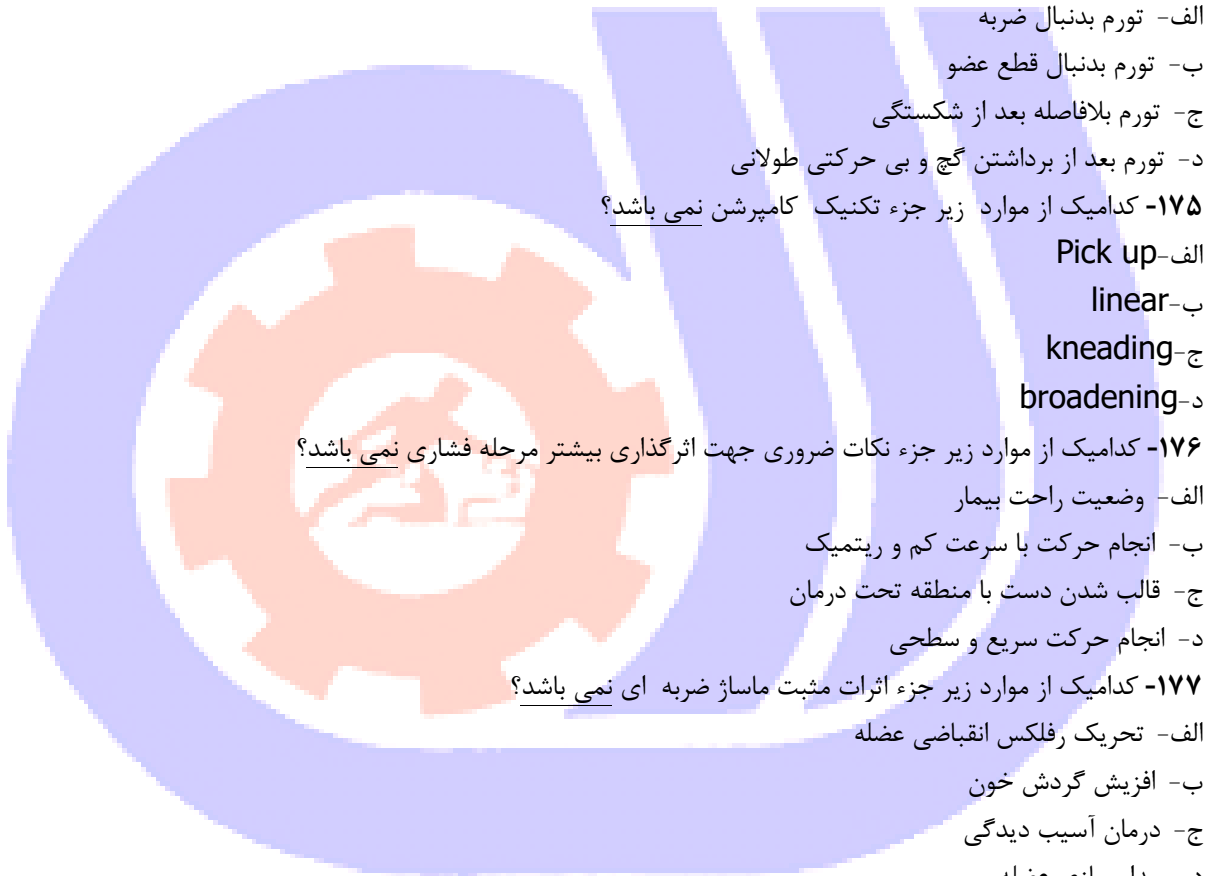
ج- افراد سالم و عادی

د- افراد سالخورده

۱۷۹- کدامیک از گزینه های زیر جزء موارد استفاده از تکنیک لرزشی نمی باشد؟

الف- ناراحتی تنفسی

ب- گرفتگی ناشی از ورزش



- ج- ریلکس کردن عضلات
- د- کوفتگی حاد بلافاصله بعد از ضربه
- ۱۸۰- تکنیک مناسب کشکک چگونه است؟

الف- حرکات مدور کوچک

ب- ((WRINGING))

ج- (ROLLING)

د- (PICKUP)

۱۸۱- عضلات شکم در کدامیک از موارد نقش کمتری دارند؟

الف- تخلیه شکم

ب- تولد نوزاد

ج- تنفس اجباری

د- تنفس ارادی

۱۸۲- کدامیک از حرکات ضربه ای مناسب برای ماساژ سر و گردن نمی باشند؟

الف- (HACKING)

ب- (CUPPING)

ج- (BITTING)

د- (PIENCEMENT)

۱۸۳- جهت ماساژ بر گونه ها چگونه می باشد؟

الف- خارج به داخل

ب- داخل به خارج

ج- پایین به بالا

د- بالا به پایین

۱۸۴- حرکت نوازشی از نظر سرعت و فشار دست به چه صورت می باشد؟

الف- کم-زیاد

ب- زیاد-کم

ج- زیاد-زیاد

د- کم-کم

۱۸۵- در مورد اثرات حرکت افلوراز(تخلیه لنف) کدام یک گزینه صحیح نمی باشد؟

الف- گرم کردن سطح پوست

ب- دفع مواد زاید و برطرف کردن ورم

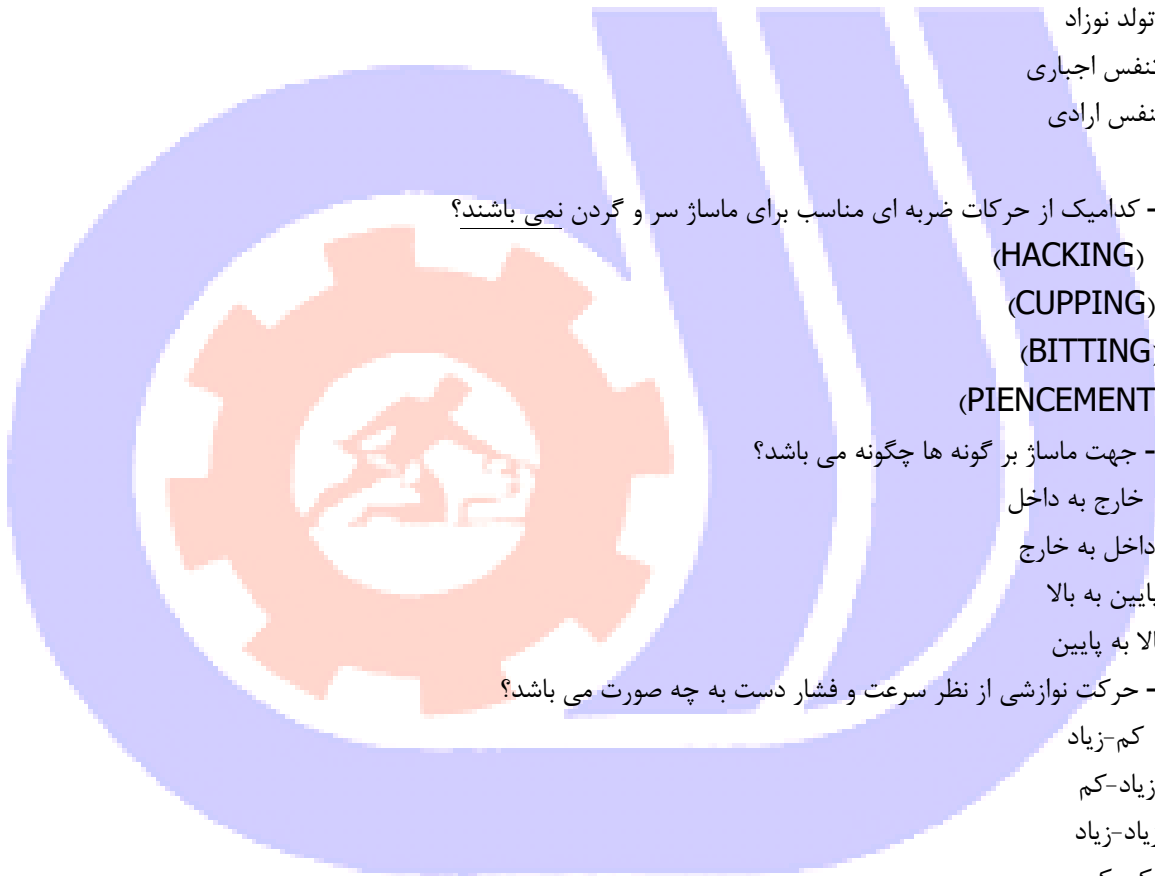
ج- رفع گرفتگی

د- آماده سازی پوست

۱۸۶- برای انجام ماساژ کدام عضو از بدن، دست ها را شسته و ضدعفونی می کنیم؟

الف- سر و صورت

ب- پشت



ج- دستها

د- پاها

۱۸۷- حرکت لرزشی به چه منظور انجام می شود؟

الف- بیدار کردن عضله

ب- رفع گرفتگی

ج- تخلیه لنف

د- آماده سازی عضله جهت شروع ماساژ

۱۸۸- کدام یک از حرکات زیر جزء تکنیک های ضربه ای نمی باشد؟

الف- (CUPING)

ب- (HACKING)

ج- (PUNDING)

د- (WRINGING)

۱۸۹- کدامیک از گزینه های زیر جزء انواع استروک ها است؟

الف- j-reverse

ب- Knucle static

ج- effelurage

د- (WRINGING)

۱۹۰- کدام یک از گزینه های زیر جزء تکنیک های استروک نمی باشد؟

الف- V

ب- FAN

ج- pickup

د- T

۱۹۱- کدام یک جزء تکنیک های پتری ساژ یا نیدینگ (KNEDING) نمی باشد؟

الف- PICKUP

ب- ROLLING

ج- WRINGING

د- STATICK NAKULE

۱۹۲- کدام گزینه در مورد تکنیک های فشاری یا فریکشن صحیح نیست؟

الف- از این تکنیک با نام کامپرشن نیز یاد می شود.

ب- تکنیک ها با سرعت کم و فشار زیاد انجام میشود.

ج- از تکنیک های فشاری ناکل استاتیک را میتوان نام برد.

د- تکنیک ها با سرعت زیاد و فشار کم انجام میشود.

۱۹۳- در مورد تکنیک های نوازشی کدام گزینه صحیح نیست؟

الف- با نام استروک STROKE نیز از این تکنیک یاد می شود

ب- از جمله تکنیک های نوازشی PICK UP را میتوان نام برد

ج- جهت آماده سازی عضله و پخش روغن از آن استفاده میکنند

د- با سرعت کم و فشار کم انجام میشود

۱۹۴- کدام گزینه برای انجام مرحله کامپرسن در ناحیه خلفی یا پشتی ساق پا صحیح است؟

الف- تکنیک V

ب- تکنیک static knucle

ج- تکنیک افلوراژ

د- تکنیک fan

۱۹۵- کدام گزینه از تکنیک های پتری ساژ قابل استفاده در ناحیه بازو نمی باشد؟

الف- Pick up

ب- Wringing

ج- rolling

د- تکنیک T

۱۹۶- کدام یک از تکنیک های تاپونتمنت زیر مناسب ترین تکنیک برای ناحیه جلویی ساق پا است؟

الف- Chop chop

ب- cupping

ج- piencement

د- bitting

۱۹۷- کدام یک از تکنیک های زیر مناسب ترین برای پخش روغن و آماده سازی ناحیه پهلو مناسب می باشد؟

الف- تکنیک FAN

ب- تکنیک V

ج- افلوراژ

د- تکنیک T

