

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ

ΕΝΙΑΙΕΣ ΤΕΛΙΚΕΣ ΠΡΟΑΓΩΓΙΚΕΣ ΚΑΙ
ΑΠΟΛΥΤΗΡΙΕΣ ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

20 25 - 20 26

Β' ΤΑΞΗΣ ΤΕΣΕΚ

ΣΕΙΡΑ Α'

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ : Πέμπτη, 21 Μαΐου 2026

ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΣΩΜΑΤΟΣ

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ : thaa 202

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΓΡΑΠΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ: 90' λεπτά

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΕΝΝΕΑ (9) ΣΕΛΙΔΕΣ.

ΤΑ ΜΕΡΗ ΤΟΥ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟΥ ΔΟΚΙΜΙΟΥ ΕΙΝΑΙ ΤΡΙΑ (Α', Β' ΚΑΙ Γ').

ΟΔΗΓΙΕΣ (για τους εξεταζόμενους)

1. Να απαντήσετε **ΟΛΑ** τα ερωτήματα πάνω στο εξεταστικό δοκίμιο.
2. Να μη γράψετε πουθενά το όνομά σας στο εξεταστικό δοκίμιο εκτός του καθορισμένου χώρου στο χαρτονάκι που σας έχει δοθεί.
3. Να απαντήσετε σε όλα τα θέματα μόνο με πένα χρώματος μπλε ανεξίτηλης μελάνης. Μολύβι επιτρέπεται, μόνο αν το ζητάει η εκφώνηση, και μόνο για σχήματα, πίνακες, διαγράμματα κλπ.
4. Απαγορεύεται η χρήση διορθωτικού υγρού και διορθωτικής ταινίας.
5. Επιτρέπεται η χρήση μη προγραμματιζόμενης υπολογιστικής μηχανής.

ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ

ΟΔΗΓΙΕΣ (για την επιτροπή εξετάσεων)

1. Το εξεταστικό δοκίμιο να εκτυπωθεί και στις δύο όψεις.

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΝΑ ΕΚΤΥΠΩΘΕΙ: ΕΓΧΡΩΜΟ

ΜΕΡΟΣ Α΄: Αποτελείται από οκτώ (8) ερωτήσεις.

Κάθε ορθή απάντηση βαθμολογείται με έξι (6) μονάδες.

1. Να γράψετε **έξι (6)** προϊόντα που χρησιμοποιούνται για την διευκόλυνση του θεραπευτή ώστε να εφαρμόσει μάλαξη στο σώμα.

- i.
- ii.
- iii.
- iv.
- v.
- vi.

2. Στον **Πίνακα 1**, να σημειώσετε **τρία (3)** πλεονεκτήματα και **τρία (3)** μειονεκτήματα της στεγνής - ξηρής μάλαξης.

Πίνακας 1

Πλεονεκτήματα	Μειονεκτήματα
i.	i.
ii.	ii.
iii.	iii.

3. Να γράψετε **έξι (6)** σοβαρές αρνητικές σωματικές αντιδράσεις οι οποίες μπορούν να δημιουργηθούν κατά τη διάρκεια της μάλαξης.

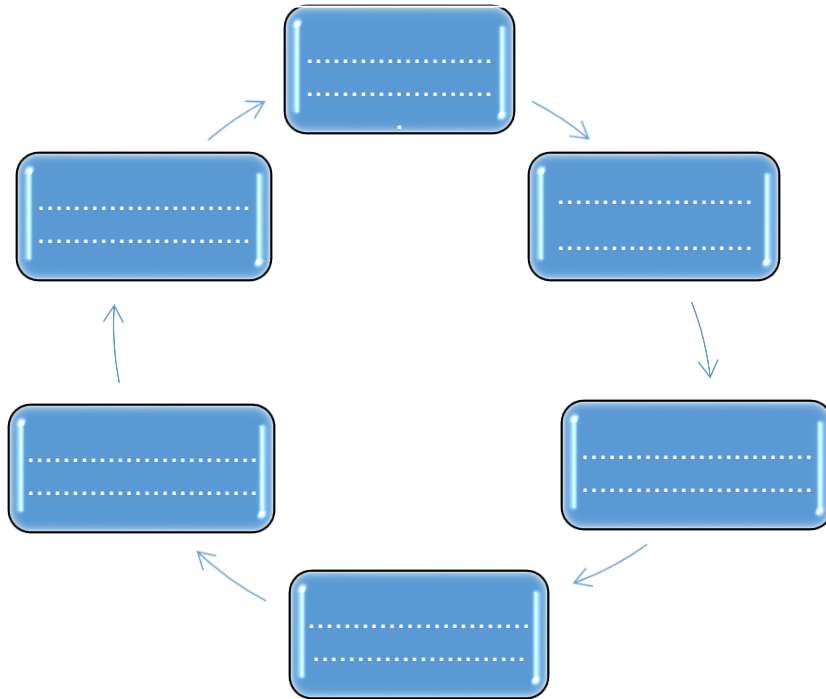
- i.
- ii.
- iii.
- iv.
- v.
- vi.

4. Να συμπληρώσετε τα κενά χρησιμοποιώντας τις λέξεις που σας δίνονται στην παρένθεση (**γρήγορο, εκτέλεση, ομαλή, ήπια, αργό, ένταση**).

- i. Η και ελαφριά ένταση των χειρισμών στο ξεκίνημα της συνεδρίας είναι κανόνας για όλες σχεδόν τις περιπτώσεις.
- ii. Η των χειρισμών πρέπει απαραίτητα να μειωθεί πάλι σταδιακά, επιτρέποντας την επαναφορά του οργανισμού.
- iii. Ο ρυθμός στη θεραπεία με μάλαξη αφορά στη χρήση διαφορετικών ταχυτήτων κατά την των χειρισμών.
- iv. Το διεγερτικό αποτέλεσμα απαιτεί ρυθμό ενώ το κατευναστικό αποτέλεσμα επιτυγχάνεται με ρυθμό.

5. Να συμπληρώσετε στο πιο κάτω σχεδιάγραμμα τα κενά με τις λέξεις που σας δίνονται στην παρένθεση, έτσι ώστε να σχηματιστεί ο κύκλος αποκατάστασης του ανθρώπου. (πρώτες βοήθειες, αποκατάσταση, διάγνωση, ασθένεια ή τραύμα, άνθρωπος, θεραπευτική παρέμβαση)

Κύκλος αποκατάστασης ανθρώπου



6. α) Στον **Πίνακα 2**, σας δίνονται διάφορες περιοχές του σώματος. Να συμπληρώσετε την ενδεικτική κατανομή του χρόνου που απαιτείται σε ένα πρόγραμμα γενικής μάλαξης.

Πίνακας 2

Περιοχή Σώματος	Ενδεικτική Κατανομή Χρόνου
(α) Ραχιαία επιφάνεια θώρακα	(α)
(β) Κάτω άκρα (πρόσθια επιφάνεια)	(β)
(γ) Κάτω άκρα (οπίσθια επιφάνεια)	(γ)
(δ) Άνω άκρα	(δ)
(ε) Στερνική επιφάνεια θώρακα και υπογάστριο	(ε)

β) Να αναφέρετε τα **δύο (2)** απαραίτητα προσόντα που πρέπει να έχει η αισθητικός, για την αποτελεσματική εφαρμογή της μάλαξης. (1 μονάδα)

- i.
- ii.

7. Να επιλέξετε το **Σωστό** για κάθε σωστή πρόταση και το **Λάθος** για κάθε λανθασμένη πρόταση που σας δίνεται στον **Πίνακα 3**.

Πίνακας 3

(α)	Σε ένα πρόγραμμα μάλαξης οι βασικοί χειρισμοί εφαρμόζονται με μια συγκεκριμένη σειρά.	Σωστό/Λάθος
(β)	Μια περιοχή με έντονο πόνο και ερεθισμό καλό είναι να αντιμετωπίζεται στην αρχή του προγράμματος μάλαξης.	Σωστό/Λάθος
(γ)	Το πρόγραμμα μάλαξης πρέπει να αρχίζει και να τελειώνει με ολίσθηση και θωπείες.	Σωστό/Λάθος
(δ)	Ο ασθενής πρέπει να διατηρείται χαλαρός σε όλη τη διάρκεια της μάλαξης.	Σωστό/Λάθος
(ε)	Οι κινήσεις των χεριών του θεραπευτή σε όλους τους χειρισμούς πρέπει να έχουν φορά από το κέντρο του σώματος προς την περιφέρεια.	Σωστό/Λάθος
(στ)	Κατά τη διάρκεια της μάλαξης πρέπει να προκαλείται πόνος κατά τον χειρισμό.	Σωστό/Λάθος

8. Να γράψετε **έξι (6)** είδη βασικών χειρισμών της μάλαξης.

- i.
- ii.
- iii.
- iv.
- v.
- vi.

ΤΕΛΟΣ ΜΕΡΟΥΣ Α΄
ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΤΟ ΜΕΡΟΣ Β΄

ΜΕΡΟΣ Β΄: Αποτελείται από τέσσερις (4) ερωτήσεις.

Κάθε ορθή απάντηση βαθμολογείται με δέκα (10) μονάδες.


9. Στον **Πίνακα 4**, σας δίνεται ο χειρισμός μάλαξης Δονήσεων.

Να συμπληρώσετε τα ακόλουθα:

α) **τέσσερις (4)** περιπτώσεις εφαρμογής του χειρισμού (ενδείξεις)

β) **έξι (6)** περιπτώσεις που δεν εφαρμόζεται ο χειρισμός (αντενδείξεις)

Πίνακας 4

Χειρισμός Μάλαξης: Δονήσεις	
α) Περιπτώσεις εφαρμογής του χειρισμού (ενδείξεις)	β) Περιπτώσεις που δεν εφαρμόζεται ο χειρισμός (αντενδείξεις)
i. ii. iii. iv.	i. ii. iii. iv. v. vi.

10. α) Να αναφέρετε τα **πέντε (5)** είδη μετρήσεων του σώματος.

- i.
- ii.
- iii.
- iv.
- v.

β) Να αναφέρετε **πέντε (5)** παράγοντες που ρυθμίζουν την κατανομή λίπους στο ανθρώπινο σώμα.

- i.
- ii.
- iii.
- iv.
- v.

11. Οι πιο κάτω προτάσεις αποτελούν θεραπευτικούς σκοπούς χειρισμού μάλαξης. Να καταχωρήσετε στον ακόλουθο **Πίνακα 5**, ποια από τα παρακάτω ανήκουν στις θωπείες και ποια στις πλήξεις.

- (α) Αύξηση της αιματικής παροχής
- (β) Βοηθούν στη διατήρηση της καλής διάθεσης
- (γ) Βοηθούν στη συνεργασία του ασθενή
- (δ) Αποσυμφόρηση του αναπνευστικού συστήματος
- (ε) Στη χαλάρωση του ασθενή
- (στ) Ερεθισμός και τόνωση των μυών
- (ζ) Βοηθούν στην ευεξία
- (η) Ερεθισμός των επιφανειακών νευρικών απολήξεων
- (θ) Βοηθούν σε αγχώδεις ή ψυχοσωματικές παθήσεις
- (ι) Ερεθισμός των βαθύτερων κατασκευών

Πίνακας 5

Θεραπευτικοί Σκοποί	
Θωπείες	Πλήξεις
i.	i.
ii.	ii.
iii.	iii.
iv.	iv.
v.	v.

12. Να αναφέρετε **δέκα (10)** μεθόδους που μπορεί να προτείνει η αισθητικός στον πελάτη, για αντιμετώπιση της κυτταρίτιδας.

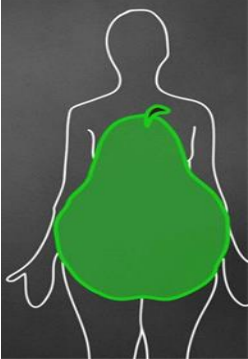
- i.
- ii.
- iii.
- iv.
- v.
- vi.
- vii.
- viii.
- ix.
- x.

**ΤΕΛΟΣ ΜΕΡΟΥΣ Β΄
ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΤΟ ΜΕΡΟΣ Γ΄**

ΜΕΡΟΣ Γ': Αποτελείται από μία (1) ερώτηση.
Βαθμολογείται με δώδεκα (12) μονάδες.

13. α) Στον Πίνακα 6, σας δίνεται ο σωματότυπος Αχλάδι. Να συμπληρώσετε **τέσσερα (4)** χαρακτηριστικά του σωματότυπου αυτού.

Πίνακας 6

Σωματότυπος Αχλάδι	Χαρακτηριστικά
	i.
	ii.
	iii.
	iv.

β) Να αναφέρετε **τέσσερα (4)** σημεία εμφάνισης κυτταρίτιδας στο σώμα.

- i.
- ii.
- iii.
- iv.

γ) Να αναφέρετε τις **τέσσερις (4)** τεχνικές που χρησιμοποιούνται για εύκολη διάγνωση της κυτταρίτιδας στο σώμα.

- i.
- ii.
- iii.
- iv.

