



PROVET I HÄLSOKUNSKAP 22.3.2013 BESKRIVNING AV GODA SVAR

De beskrivningar av svarens innehåll som ges här är inte bindande för studentexamensnämndens bedömning. Censorerna beslutar om de kriterier som används i den slutgiltiga bedömningen.

I förslag beskrivs väsentliga drag och väsentligt innehåll i varje svar. En examinand kan få poäng också för sådan relevant information och sådana relevanta infallsvinklar eller resonemang som inte nämns i förslagen. Ett gott svar är strukturerat, olika påståenden motiveras och begrepp används korrekt. Samband och orsak och verkan undersöks på ett kritiskt och ändamålsenligt sätt.

Ett gott svar är mångsidigt men håller sig till saken. Om uppgiften kräver det ska examinanden kunna tillämpa sin kunskap och placera in den i ett vidare sammanhang. Speciellt i de uppgifter som kräver resonemang måste fakta och motiverade åsikter kunna skiljas från varandra.

Uppgift 1

a)

Sänkingsreaktionen (sänkan) är ett blodvärde som går upp vid inflammationer som kan ha olika orsaker (bakterier, virus, andra orsaker). Sänkan är inte så användbar vid plötsliga inflammationssjukdomar, eftersom den stiger ganska långsamt under flera dagar. Men den är en bra mätare av inflammationsaktiviteten vid kroniska inflammationssjukdomar.

b)

Ischiassmärta strålar från ryggen ut i nedre extremiteten. Smärtan beror på mekanisk irritation (t.ex. att en mellankotskiva buktar ut) eller kemisk irritation (en inflammationsreaktion).

c)

En sexuell handling som en familjemedlem utför mot ett barn eller en ung människa; kan innebära alla slag av sexuell aktivitet. Förövaren utnyttjar förtroende och makt, och parterna är inte jämbördiga när det gäller ålder och ställning. Sexuellt utnyttjande av barn är ett brott.

Uppgift 2

Nytta: Om man äter mindre socker och ren stärkelse blir energiintaget mindre, vilket gör det lättare att hålla vikten och förbättrar tandhälsan. En stram begränsning av kolhydratintaget leder till ketos, som tar bort hungerkänslan och hjälper till att starta en viktminskning. Ibland kan en begränsning av kolhydratintaget också ge lindring vid magbesvär.

Skada: Om man fäster uppmärksamhet enbart vid kolhydraterna kan kvaliteten på födan över lag bli sämre. Det kan t.ex. vara svårt att få tillräckligt med fibrer, vilket kan leda till förstoppning. Det är också troligt att andelen hårda fetter ökar, och då ökar risken för hjärt- och kärlsjukdomar. Om man låter bli att äta frukter och inte ersätter dem med bär eller grönsaker minskar bl.a. intaget av essentiella näringsämnen. Andelen protein i kosten ökar även om det inte finns behov av någon sådan ökning. Ett ökat intag av kött kan öka risken för t.ex. vissa slag av cancer.

Uppgift 3

Det finns tre olika slag av muskelstyrka. Uthållighetsstyrkan kan tränas med mycket lätta vikter eller med hjälp av kroppens tyngd. Upprepningarna är många och återhämtningstiden kort. Att utveckla uthållighetsstyrkan innebär speciellt att förbättra musklernas syreupptagning. Dessutom kan det hända att muskelmassan ökar om man inte har tränat tidigare.

Vill man utveckla snabbstyrkan kräver det större ansträngningar än träning av uthållighetsstyrkan. Rörelserna utförs så snabbt som möjligt, och återhämtningen varar flera minuter. Snabbstyrketräningen förbättrar samarbetet mellan muskler och nervsystem: musklerna drar ihop sig och slappnar av snabbare än tidigare. Också muskelmassan ökar i någon mån.

Vid träning av maximalstyrkan används stora tyngder. Ett fåtal upprepningar görs, och återhämtningstiden är flera minuter. Träningen förbättrar samarbetet mellan muskler och nervsystem, så att allt fler stora muskelfibrer deltar i rörelserna. Dessutom ökar maximalstyrketräningen muskelmassan, så att nya muskelfibrer tas i användning.

Uppgift 4

Tillförlitligheten hos hälsoinformation kan behandlas ur flera olika synvinklar. I ett gott svar beaktas t.ex. följande synvinklar med motiveringar: Vilka kunskaper och vilken expertis har författaren eller utgivaren? Hur objektiv är informationen, dvs. vilket är dess syfte (t.ex. marknadsföring eller påverkan)? Hur djupgående, heltäckande eller begränsad är informationen? I vilken grad håller informationen streck, är felfri och kan kontrolleras, dvs. finns det referensuppgifter och uppgifter om hur materialet ska bedömas? Finns det tillräckliga uppgifter om hur undersökningen genomförts? Hur aktuell och hur varaktig är informationen, dvs. finns det uppgifter om uppdatering och användarstöd för webbplatsen?

Uppgift 5

Viktigt är att visa hur humoralpatologin och miasmateorin förklarar sjukdomar och hälsa samt hur förklaringsmodellerna tar sig uttryck när det gäller att förebygga och behandla sjukdomar och att upprätthålla hälsa. Ett gott svar innehåller också hänvisningar till den period då förklaringsmodellen tillämpades allmänt.

Humoralpatologin anses vara den första rationella förklaringsmodellen. Enligt den beror sjukdomar på obalans mellan kroppsvätskorna, medan hälsa åter innebär balans mellan kroppsvätskorna. Man försökte förbättra balansen t.ex. med hjälp av åderlåtning, diet och bad.

Enligt miasmateorin var sjukdomar en följd av skämd luft, miasma, som steg upp från avfall och stillastående vatten, medan frisk luft förknippades med hälsa. För att förebygga hälso-problem försökte man förbättra hygien, t.ex. genom att bygga avlopps- och vattenledningsnät.

Uppgift 6

a)

Ett epileptiskt anfall är en tillfällig störning i hjärnans elektriska aktivitet. Symtomens omfattning kan variera från ett kort aktivitetsavbrott till ett anfall av medvetlöshet och kramper som varar några minuter. De vanligaste symtomen är att medvetandet grumlas och att icke-viljestyrda rörelser och sinnesförmimmelser förekommer. Det går inte att kontrollera ett anfall, utan man måste sörja för att patienten inte gör sig själv illa och att andningsvägarna hålls öppna. När anfallet är över ska patienten vändas på sida. Om anfallet varar över fem minuter eller om det upprepas ska man ringa larmnumret.

b)

Ett skärsår vid handleden kan leda till att en ven och/eller handledsartären skadas. Stor blodförlust kan leda till chock (bl.a. snabb och svag puls, blekhet och medvetandestörningar). Första hjälpen går ut på att man placerar patienten i liggande ställning och lyfter upp den skadade armen så att trycket i blodkärlen sjunker och blödningen minskar. Man försöker få blödningen att upphöra genom att trycka på såret. Man lägger ett tryckförband och ringer vid behov efter hjälp. Om blödningen fortsätter trycker man med handflatan mot ådrorna i armhålan. Om ingenting annat hjälper lägger man ett avsnörande förband ovanför såret.

Uppgift 7

Att risken för smittsamma sjukdomar ökar vid naturkatastrofer som den i Haiti har i huvudsak att göra med att vattenförsörjningen slutar fungera, födan förfärs och den allmänna hygien försämras. Sjukdomar sprider sig snabbt via dricksvatten som förorenats av mikrober, och stora folkmängder insjuknar då på en gång. I och med att det blir svårare att kylförvara och transportera maten förfärs den, med den påföljd att sjukdomar sprids. I hett klimat mångfaldigas effekterna. På katastrofområden måste människor ofta bo i trånga och primitiva lägerkåkar där de dåliga hygienförhållandena ökar risken för att smittsamma sjukdomar ska sprida sig. Det kan vara svårt att sköta skadade människor, och nedsatt motståndskraft bidrar ytterligare till att smittsamma sjukdomar sprids. Till de centrala åtgärderna för att förebygga smittsamma sjukdomar hör att trygga vatten- och matförsörjningen och avfallshandlingen, ordna med vård och medicinering av de skadade, trygga boendet och sörja för den allmänna hygien.

Uppgift 8

Arbetsförmågan kan definieras som en balans mellan en persons resurser och personens arbete. Svaret bör omfatta en redogörelse för vad som undersöks och hur undersökningsmaterialet samlas in. Undersökningsobjekt som har att göra med arbetsplatsen är bl.a. fysiska, psykiska och sociala faktorer i arbetsmiljön, de krav som arbetet ställer och faktorer inom ramen för arbetarskyddet. För att få ihop ett tillförlitligt och mångsidigt material borde man samla in materialet med hjälp av kvalitativa och kvantitativa metoder samt utnyttja både subjektiva bedömningar (dvs. arbetstagarnas egna bedömningar) och objektiva bedömningar (dvs. bedömningar som görs av utomstående) när det gäller arbetsförmågan. Svaret ska också beakta hur tidpunkten för materialinsamlingen inverkar på mångsidigheten och tillförlitligheten.

Uppgift +9

Ordet eutanasi har ursprungligen betytt 'en god död'. Nuförtiden avser eutanasi dödshjälp, dvs. att en person får hjälp med att dö efter att ha bitt om det av egen fri vilja. Eutanasi är förknippat med många svåra etiska frågor, t.ex. frågor som rör människans självbestämmanderätt (autonomi), människovärdet, skyddet av liv, livskvalitet, lidande eller världsåskådning. Har människan rätt att bestämma över sitt eget liv och sin egen död? Går det att fastställa när livet inte längre är människovärdigt? Patienten själv, läkaren, de anhöriga och lagstiftaren kan ha olika syn på eutanasi. Läkarna kan i sitt arbete ställas inför värdekonflikter: de har å ena sidan förbundit sig att skydda liv, men å andra sidan hör det till deras uppgifter att lindra lidande. Lidandet, som har förts fram som grund för eutanasin, är svårt att uppskatta. När är lidandet tillräckligt svårt för att döendet ska påskyndas aktivt? Olika världsåskådningar är förknippade med olika värderingar, och frågan om eutanasi ska förbjudas eller accepteras kan granskas utifrån dessa.

Uppgift +10

Vid metabolt syndrom, som har att göra med ämnesomsättningen, är det flera faktorer som samtidigt hotar patientens hälsa. Utöver bukfetma föreligger åtminstone två av följande faktorer: ökad mängd triglycerider i blodet; lågt HDL-kolesterol; förhöjt blodtryck; störd sockeromsättning. Ett fenomen som förenar alla riskfaktorer är en allmän störning i ämnesomsättningen som förorsakas av insulinresistens.

Orsaken är bukfetma förorsakad av levnadsvanorna hos personer som är ärftligt belastade.

Syndromet leder till en tydligt ökad risk för hjärt- och kärlsjukdomar. Sjukdomsrisker beror av svårighetsgraden hos det metabola syndromet.

Syftet med primärpreventionen är att minska sjukdomsrisker genom att stödja hälsosamma levnadsvanor. Detta kan ske bl.a. genom hälsoupplysning, rådgivning och undervisning samt genom hälsopolitiska lösningar. Den viktigaste förebyggande metoden är att människor lyckas behålla normal vikt med hjälp av rätt kost, motion och tillräcklig sömn.