higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NASIONALE SERTIFIKAAT (BEROEPSGERIG)

OPENBARE GESONDHEID
NKR VLAK 3

(9020023)

19 November 2024 (X-vraestel)
09:00–11:30

Hierdie eksamenvraestel bestaan uit 9 bladsye.

276Q1N2419

Kopiereg voorbehou

DEPARTEMENT VAN HOËR ONDERWYS EN OPLEIDING
REPUBLIEK VAN SUID-AFRIKA

NASIONALE SERTIFIKAAT (BEROEPSGERIG)
OPENBARE GESONDHEID
NKR VLAK 3
TYD: 2½ UUR
PUNTE: 180

INSTRUKSIES EN INLIGTING

1. Beantwoord al die vrae.
2. Lees al die vrae aandagtig deur.
3. Nommer die antwoorde volgens die nommeringstelsel wat in hierdie vraestel gebruik is.
4. Gebruik slegs ’n swart of blou pen.
5. Skryf netjies en leesbaar.

Kopiereg voorbehou

VRAAG 1

1.1 Kies die korrekte term uit dié tussen hakies. Skryf slegs die antwoord langs die vraagnommer (1.1.1–1.1.10) in die ANTWOORDBOEK neer.

1.1.1 (Anemie/Kwasjiorkor) behels dat die aantal rooibloedselle in die bloed laer as gewoonlik is.

1.1.2 (Bulimia nervosa/Anorexia nervosa) word deur uiterste gewigsverlies gekenmerk.

1.1.3 Die eerste stadium van verdriet is (depressie/ontkenning).

1.1.4 ’n Teken van alkoholisme is die opbou van (toleransie/aanvaarding).

1.1.5 ‘Baby blues’ staan bekend as (premenstruele sindroom/postpartumdepressie).

1.1.6 (Liefde/Verkragting) word omskryf as gedwonge geslagsgemeenskap.

1.1.7 ’n Beendigtheidstoets word gedoen om (menopouse/osteoporose) op te spoor.

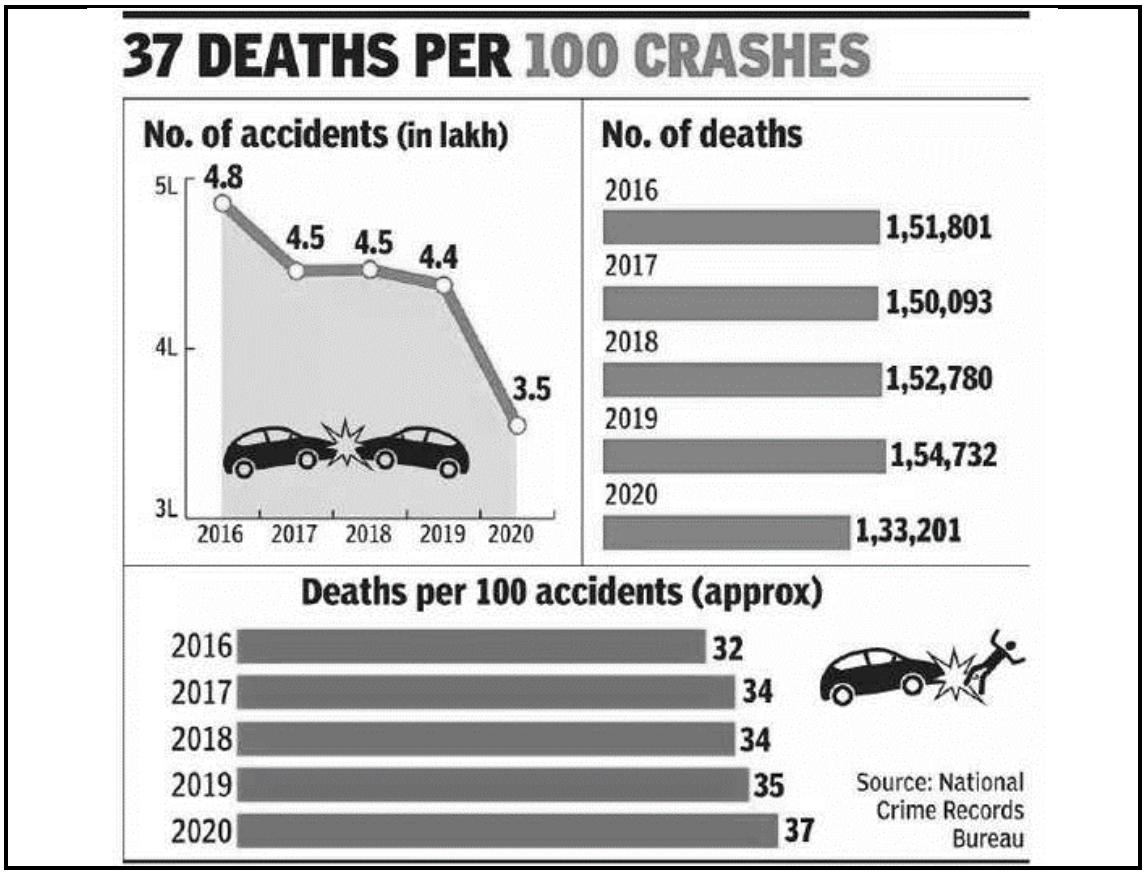
1.1.8 Abnormale groei van uteriene selle (baarmoederselle) staan bekend as (baarmoederkanker/baarmoederfibroïede).

1.1.9 (Ondervoeding/Wanvoeding) kom voor indien daar ’n wanbalans tussen die liggaam se voedingsvereistes en die beskikbaarheid van voedingstowwe bestaan.

1.1.10 ’n Ooraktiewe tiroïed staan bekend as (hipertireose/hipotireose).

(10 × 1) (10)

1.2 Bestudeer die statistiek hier onder en beantwoord die vrae.



1.2.1 Definieer die term *besering*. (3)

1.2.2 Identifiseer die tipe besering wat in die bostaande statistiek geïllustreer word. Staaf jou antwoord. (1 + 2 × 1) (3)

1.2.3 Bespreek die impak van 'n ernstige besering ná 'n padverkeerinsident op die gesondheid van 'n gesin. (4 × 2) (8)

1.3 Noem DRIE tipes versteurings of geestesiekte. Gee 'n voorbeeld van elk. (3 × 2) (6)

[30]

VRAAG 2

2.1 Onderskei tussen die volgende terme:

2.1.1 *Kollektiewe geweld* en *interpersoonlike geweld*

2.1.2 *Osteoartritis* en *rumatoïede artritis*

2.1.3 *Vaksinering* en *immunisering*

(3 × 4) (12)

2.2 Kies ’n stelsel uit KOLOM B om by die korrekte fisieke veranderinge in die eerste trimester van swangerskap in KOLOM A te pas. Skryf slegs die letter (A–K) langs die vraagnommer (2.2.1–2.2.10) in die ANTWOORDBOEK neer.

KOLOM A		KOLOM B	
2.2.1	Bloeddruk is gewoonlik laer in swanger vroue	A	skeletstelsel
2.2.2	Asemhalingstempo verhoog normaalweg	B	kardiovaskulêre stelsel
2.2.3	Borste vergroot in omvang en gewig	C	senuweestelsel
2.2.4	Linea nigra kom te voorskyn	D	spierstelsel
2.2.5	Hemorroïede (aambeie) kom algemeen by swanger vroue voor	E	respiratoriese stelsel
2.2.6	Gereelde urinering is ’n algemene verskynsel	F	vel
2.2.7	Pituïtêre klier stel die hormoon prolaktien vry wat noodsaaklik vir borsvoeding is	G	limfstelsel
2.2.8	Bekkengewrigte ontspan, wat die ‘waggelende’ stap veroorsaak	H	spysverteringstelsel
2.2.9	Baie swanger vroue ervaar verlaagde of kort aandagspan	I	urienstelsel
2.2.10	Spierkrampe verskerp oënskynlik tydens swangerskap	J	endokriene stelsel
		K	voortplantingstelsel

(10 × 1) (10)

2.3 Bespreek die oorsake van geweld. Gebruik die ekologiese model vir jou bespreking. (4 × 2) (8)

[30]

VRAAG 3

Lees die scenario en beantwoord die vrae:

DIE RAMOS-FAMILIE

Ava Ramos (34) is ’n enkelouer met twee dogters, 12 (Maria) en 6 jaar oud. Sy versorg ook haar 76-jarige moeder (Claire), wat onlangs ’n beroerte gehad het.

3.1 Dui aan of die volgende stellings WAAR of ONWAAR is deur slegs ‘Waar’ of ‘Onwaar’ langs die vraagnommer (3.1.1–3.1.5) in die ANTWOORDBOEK neer te skryf.

3.1.1 ’n Beroerte word gedefinieer as ’n bloedklont wat in die hart vassit.

3.1.2 Claire word as ’n jong-ou persoon beskou.

3.1.3 Claire kan urinêre inkontinensie as gevolg van die beroerte ervaar.

3.1.4 Hipertensie kan ’n beroerte veroorsaak.

(4 × 1) (4)

3.2 Claire benodig bystand met haar daaglikse aktiwiteite.

Onderskei tussen *basiese aktiwiteite van die daaglikse lewe* en *instrumentele aktiwiteite van die daaglikse lewe*. (2 × 2) (4)

3.3 Lys DRIE aktiwiteite van die daaglikse bestaan onder elke opskrif. Kopieer en voltooi die onderstaande tabel in die ANTWOORDBOEK.

BASIESE AKTIWITEITE VAN DAAGLIKSE LEWE	INSTRUMENTELE AKTIWITEITE VAN DAAGLIKSE LEWE
•	•

(3 × 2) (6)

3.4 Verduidelik die menstruele siklus aan Maria. (5)

3.5 Gee VYF faktore wat Maria se menstruele siklus kan beïnvloed. (5)

3.6 Verduidelik aan Ava waarom dit belangrik is dat haar dogters gereeld fisieke oefening doen. (6)

[30]

VRAAG 4

4.1 Voltooi die volgende sinne deur ’n woord of woorde uit die lys hier onder te kies. Skryf slegs die antwoord langs die vraagnommer (4.1.1–4.1.10) in die ANTWOORDBOEK neer.

onvermydelike aborsie; primêre infertiliteit; dreigende aborsie; dismenorree; ektopiese swangerskap; onwettige aborsie; mammogram; Papsmeer; amenorree; mediese aborsie; sekondêre infertiliteit

4.1.1 Lindiwe se eerste fetale skandeerbeeld het getoon dat die bevrugte embrio in die linkerkantse Fallopiusbuis ingebed is.

4.1.2 Xia, ’n tiener, is 16 weke swanger. Sy het ’n advertensie van dr Lovemore gesien wat ’n ‘agterstraat-aborsie’ kan doen, ongeag die duur van gestasie.

4.1.3 Suveena is 34 jaar oud (gravida 0), en sukkel al die afgelope 12 jaar om swanger te raak.

4.1.4 Candice is 16 weke swanger. Ernstige eklampsie is by haar gediagnoseer en die swangerskap moet beëindig word om haar eie lewe te red.

4.1.5 Bianca kla oor erge pyn tydens menstruasie.

4.1.6 Crystal is 12 weke swanger. Sy het begin bloei, en die mediese span is nie in staat om die swangerskap te red nie.

4.1.7 Melissa het ’n familiegeskiedenis van servikale kanker. Haar familie moedig haar aan om sifting (‘screening’) te ondergaan.

4.1.8 Asandiswa is 20 weke swanger. Sy het vroeg in kraam gegaan, maar die dokter het daarin geslaag om die kontraksies te stop.

4.1.9 Maya is ’n gravida 2. Sy en haar man probeer om weer swanger te raak, maar was die afgelope jaar onsuksesvol.

4.1.10 Phelo het ’n tipe X-straal ondergaan om borskanker op te spoor.

(10 × 1) (10)

4.2 Lees die scenario en beantwoord die vrae:

Jy is ’n gesondheidsorgwerker in die kraameenheid. Zandile (24) het so pas aan haar eerste baba geboorte geskenk.

4.2.1 Verduidelik aan Zandile hoe en wanneer om haar baba se naelstring skoon te maak. (3)

4.2.2 Zandile is nie seker of sy haar baba moet borsvoed of bottelvoed nie.

Stel EEN van hierdie metodes voor wat die beste by haar sal pas. Sluit die voor- en nadele in. (8)

4.2.3 Verduidelik die term *wiegiedood* aan Zandile. (4)

4.2.4 Verduidelik aan Zandile wat sy behoort te doen om die moontlikheid van 'n wiegiedood te minimaliseer. (5)

[30]

VRAAG 5

5.1 Ontwerp 'n klein plakkaat wat in 'n postnatale saal gebruik kan word. Jou plakkaat moet die volgende inligting bevat:

- Definisie van ontwikkelingsmylpale (2 × 1) (2)
- Belangrikheid van die soekrefleks ('rooting reflex') en borsvoeding. (2 × 2) (4)
- Ontwikkelingsmylpale vir 'n 3 maande oue baba (2 × 1) (2)
- Ontwikkelingsmylpale vir 'n 6 maande oue baba (2 × 1) (2)

5.2 Verdedig die volgende stelling:

'Om in armoede te leef, verhoog vroue se risiko om seksueel misbruik te word.' (4 × 2) (8)

5.3 Teken 'n geheuekaart om SES algemene faktore te illustreer wat vroue se gesondheid kan beïnvloed. (6)

5.4 Noem SES fisieke veranderinge in 'n ouer persoon. (6)

[30]

VRAAG 6

6.1 Lees die scenario en beantwoord die vrae:

Jy is ’n gesondheidsvoorligter en besoek Benjamin (13 jaar oud) se skool om oor manlike seksualiteit te praat.

6.1.1 Verduidelik die term *manlike seksualiteit*. (3)

6.1.2 Verduidelik die rol wat elk van die volgende in die manlike voortplantingstelsel speel. Kopieer en voltooi die onderstaande tabel in jou ANTWOORDBOEK.

ASPEK	ROL IN VOORTPLANTINGSTELSEL
Testosteroon	
Prostaatklier	
Sperm	

(3)

6.1.3 Hoe staan die begin van puberteit by seuns bekend? (1)

6.1.4 Lig Benjamin in oor die fisieke veranderinge wat sy liggaam tydens puberteit sal ondergaan. (5)

6.1.5 Lys VIER seksueel oordraagbare siektes waarvan Benjamin bewus moet wees. (4)

6.1.6 Verduidelik aan hierdie skoolgroep die verskil tussen *liefde* en *seks*. (2 × 2) (4)

6.2 Verdedig die volgende stelling:

Oor die afgelope vier jaar het Suid-Afrikaners baie uitdagings ervaar wat ’n uitwerking op hul geestesgesondheid gehad het, soos die Covid-19-pandemie, beurtkrag en verhoogde werkloosheid. (5 × 2) (10)

[30]

TOTAAL: 180

Kopiereg voorbehou