higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NASIENRIGLYN

NASIONALE SERTIFIKAAT (BEROEPSGERIG)

OPENBARE GESONDHEID
NKR VLAK 3

14 NOVEMBER 2022

Hierdie nasienriglyn bestaan uit 10 bladsye.

Kopiereg voorbehou

VRAAG 1

1.1 1.1.1 C
1.1.2 C
1.1.3 B
1.1.4 D
1.1.5 A
1.1.6 D
1.1.7 A
1.1.8 B

(8 × 1) (8)

1.2 1.2.1 Nee.✓ 'n Swangerskap is lewensvatbaar vanaf 28 weke van swangerskap. Thandi was 23 weke swanger.✓

(Enige gepaste 2 × 1) (2)

1.2.2 (a) Onwaar
(b) Waar
(c) Onwaar
(d) Waar

(4 × 1) (4)

1.2.3
- Ontkenning.✓ In hierdie stadium sal Thandi in ongeloof wees dat sy die swangerskap verloor het.✓
- Woede.✓ In hierdie stadium sal Thandi ontsteld wees dat sy die swangerskap verloor het ✓
- Bedinging.✓ In hierdie stadium kan Thandi haarself afvra, 'Wat as sy vroeër dokter toe gegaan het?'✓
- Depressie.✓ In hierdie stadium sal Thandi diep bedroef wees en nie in staat wees om die miskraam te hanteer nie.✓
- Aanvaarding.✓ In hierdie stadium aanvaar Thandi die miskraam en is sy in staat om vorentoe te beweeg of selfs 'n volgende swangerskap te beplan.✓ (Enige gepaste 4 × 2) (8)

Kopiereg voorbehou

1.2.4 (a)

	VOORBEHOEDPIL	IUA (INTRA-UTERIENE APPARAAT)
Werkwyse	• Keer ovulasie ✓ • Verdik die slym in die serviks • Verdun die baarmoedervoering	• Verdik slym van serviks✓ • Skep 'n ongunstige omgewing vir sperm
Voordele	• • Gewilde metode ✓ • 99% effektief • Gerieflik • Maak voorsiening vir spontaneïteit in liefdesverhoudings • Omkeerbaar • Goedkoop	• 99% effektief✓ • Maak voorsiening vir spontaneïteit in liefdesverhoudings • Kan verwyder word indien swangerskap verlang word • Diskresie van die gebruik van voorbehoedmiddels word verseker • Dit word goed getolereer • Kan vir 5–7 jaar ingesit word
Nadele	• Nie veilig vir almal nie, hang af van mediese geskiedenis ✓ • Het newe-effekte: naarheid, gewigstoename, hoofpyn, depressie, verhoogde bloeddruk, bloedklonte • Bied geen beskerming teen SOI of MIV nie • Benodig 'n voorskrif van 'n mediese dokter of kan by 'n kliniek verkry word	• Newe-effekte: pyn, bloeding, vaginale afskeiding en pelviese inflammatoriese siekte ✓ • Kan verkeerd geposisioneer word • Geen beskerming teen SOI of MIV nie

(Enige gepaste 3 × 2) (6)

(b) Beveel IUA aan, ✓ aangesien dit minder newe-effekte as die orale pil het. Diskresie van voorbehoedmiddelgebruik en kan vir 5–7 jaar ingeplant word.✓

OF (2)

Mondelikse voorbehoedmiddel, ✓ aangesien dit makliker is om te verkry, en dit is goedkoop.✓

(Enige gepaste 2 × 1)

[30]

VRAAG 2

2.1

2.1.1	G
2.1.2	I
2.1.3	K
2.1.4	H
2.1.5	E
2.1.6	F
2.1.7	B
2.1.8	A
2.1.9	C
2.1.10	D

(10 × 1) (10)

2.2 2.2.1 Dehidrasie is die oormatige verlies van vloeistof✓ uit die liggaam as gevolg van aanhoudende braking,✓ diarree,✓ sweet, of gebrek aan vloeistofinname.

(Enige gepaste 3 × 1) (3)

2.2.2
- Droë mond en tong
- Klewerige speeksel
- Verminderde urine-uitset met donkergeel urine
- 'n Afwesigheid van trane
- Verlies aan robuustheid van die vel
- Vinnige asemhaling
- Skielike gewigsverlies
- Gesonke oë
- Los vel
- Verlaagde vlakke van bewussyn
- 'n Swak polsslag
- Lae bloeddruk (Enige gepaste 4 × 1) (4)

2.2.3
- Siekte
- Laktose onverdraagsaamheid
- 'n Sensitiewe derm
- Sensitiwiteit vir formulemelk
- Verkeerde vermenging van formulemelk-voedings – soos om die melk te verdun of te kondenseer
- Die gebruik van ongesuiwerde/onrein water

(Enige gepaste 4 × 1) (4)

Kopiereg voorbehou

2.2.4
- Gaan voort om eksklusief te borsvoed
- Gee dun sop of baie dun pap
- Oorblywende water van die kook van rys of stampmielies
- Skoon water
- Sportdrankies
- Flou, swart tee
- Tuisgemaakte rehidrasie resepte (8 gelyke teelepels suiker; ½ teelepel sout; 1 liter afgekoelde kookwater; of 2 gelyke teelepels suiker; 2 knippies sout; 1 koppie afgekoelde kookwater)
- Gee gereeld klein hoeveelhede vloeistof
- Kan met 'n spuit, lepel, koppie met 'n strooitjie of 'n bottel gegee word

(Enige gepaste 4 × 1) (4)

2.3 Geestesgesondheid is 'n toestand van voorspoed✓ waarin die individu sy of haar eie vermoëns verwesenlik,✓ die normale spanning van die lewe kan hanteer,✓produktief en doelmatig werk✓ en in staat is om 'n bydrae tot die gemeenskap te maak.✓

(Enige gepaste 5 × 1) (5)
[30]

VRAAG 3

3.1

OPSETLIKE BESERING		ONOPSETLIKE BESERING	
3.1.2	Seksuele aanranding ✓	3.1.1	Brand jou hand op die stoof terwyl jy kook ✓
3.1.3	Oordosis slaaptablette na 'n egskeiding	3.1.4	'n Breinbesering wat tydens 'n motorongeluk opgedoen word as gevolg van die onklaarraking van die remme ✓
		3.1.5	'n Baba wat in die badwater verdrink omdat die ma op haar selfoon besig was ✓

(5 × 1) (5)

3.2 3.2.1 Menarg (1 × 1) (1)

3.2.2
- Dramatiese toename in lengte en gewig, asook
- liggaamsvet.
- Groei langer en die kontoere van haar lyf verander, en die heupe en bekken word breër.
- Aanvang van borsontwikkeling.
- Groei van skaam- en okselhare.
- Genitalieë ontwikkel (Enige 5 × 1) (5)

3.2.3
- Liefde sluit 'n emosionele reaksie in✓ soos 'n gevoel van behoort; dit sluit geduld, welwillendheid, verdraagsaamheid, aanvaarding, respek en ’n bereidwilligheid om na ander uit te reik, in.✓
- Terwyl seks na 'n fisiese reaksie verwys;✓ ingesluit seksuele omgang, begeerte, wellus, ens.✓ (Enige gepaste 2 × 2) (4)

3.2.4 Ja✓
- Britney ervaar dalk groepsdruk✓ van haar kêrel.
- Hy probeer haar oortuig dat seks simbolies van haar liefde vir hom is (emosionele faktore).✓
- Sy is net 14 jaar oud en het dalk 'n gebrek aan kennis oor seksualiteit✓ en die gebruik van voorbehoedmiddels.✓
- Dikwels word jong tieners van hul plaaslike klinieke weggewys wanneer hulle belangstelling in voorbehoeding toon
- Meisies uit arm sosio-ekonomiese gemeenskappe het 'n hoër syfer van swangerskap. (Enige gepaste 4 × 1 + 1) (5)

3.3 3.3.1 Anemie beteken dat óf die aantal rooibloedselle laer ✓ as gewoonlik is, óf dat die vlak van hemoglobien laag is.✓
(Enige gepaste 1 × 2) (2)

3.3.2
- Bleek voorkoms ✓
- Voel siekerig✓
- 'n Gevoel van oormatige moegheid ✓
- Asemloosheid ✓
- Duiseligheid ✓
- Swakheid of floute
- Ontsteking van die mond en tong
- Bleekheid en geelsug van die slymvliese van die oë, mond en tandvleis
- Bros, lepelvormige vingernaels
- Onderhuidse bloeding en interne bloeding (‘Ecchymosis and petechiae’)
- Hoofpyne
- Naarheid
- Borspyn
- Sporadiese geelsug
- Maagpyn (Enige gepaste 4 × 1) (4)

3.3.3
- Voedingstekorte, dieet wat tekort skiet aan sekere vitamiene en minerale soos yster
- Rook
- Oormatige gebruik van alcohol
- Chroniese siekte
- Sekere medikasie
- Trauma
- Beroepsblootstelling soos bestraling
- Geslag en ouderdom
- Oorerflik
- Swangerskap (Enige gepaste 4 × 1) (4)

[30]

VRAAG 4

4.1
4.1.1 Hipertensie
4.1.2 'Presbycusis'
4.1.3 Osteoartritis
4.1.4 Leukemie
4.1.5 Katarakte
4.1.6 Osteoporose
4.1.7 Rumatoïede artritis
4.1.8 Urinêre inkontinensie
4.1.9 Beroerte
4.1.10 Parkinson se siekte

(10 × 1) (10)

4.2 4.2.1 Alzheimer se siekte word deur die verlies van senuweeselle in die brein veroorsaak.✓ Dit is wanneer 'n ouer persoon nie in staat is om nuwe inligting te leer of kan onthou nie,✓ nie kan redeneer of oor iets 'n mening vorm nie ✓ en/of sukkel met taal of om voorwerpe te herken.

(Enige gepaste 3 × 1) (3)

4.2.2

BASIESE DLA'e	ILA'e
• Om haar hare te borsel • Om haarself te was • Om aan en uit te trek	• Om haar medikasie te neem • Om middagete te kook • Om die skottelgoed te was

(Enige gepaste 6 × 1) (6)

4.2.3
- Rose kan by haar familie intrek om haar te help.✓
- 'n Tuisgebaseerde versorger kan sorg verskaf.
- Rose kan na 'n ouetehuis gaan. (Enige gepaste 1 × 1) (1)

4.3
- Die kind kan ernstige sielkundige probleme ervaar soos chroniese depressie,✓✓ angs, post-traumatiese stresversteuring, dissosiasie en woede.
- Die kind mag dit dalk moeilik vind om hul emosies te identifiseer✓✓en om dit te verwerk.✓✓
- Die kind kan agteruitgaan.✓✓
- Die kind kan grootword en die siklus van mishandeling✓✓ teenoor hul kinders herhaal.
- Seksuele mishandeling kan lei tot ernstige fisiese probleme✓soos besering aan die voortplantingsorgane.
- Die kind kan in uiterste gevaar verkeer wat tot die dood kan lei.

(Enige gepaste 5 × 2) (10)

[30]

VRAAG 5

5.1 5.1.1

- Swak lewensomstandighede (swak energiedienste, water- en sanitasiedienste)
- Swak ondersteuningsnetwerk
- Armoede
- Sosiale isolasie
- Dwelmmisbruik
- Werkloosheid
- Uiters stresvolle werk
- Misdaad in gemeenskappe
- Bendes wat in gemeenskappe bedrywig is
- Gesinsgeweld/huishoudelike geweld/kindermishandeling
- Seksuele mishandeling
- Geraasbesoedeling
- Oorbevolking (Enige gepaste 6 × 1) (6)

5.1.2 Fisiese oorsake: Biologiese faktore✓ soos genetika, trauma aan die brein (kopbesering).✓
Sielkundige oorsake sluit in die hantering van vorige of huidige traumatiese ervaring✓ soos mishandeling, verlies of egskeiding.✓
(Enige gepaste 4 × 1) (4)

5.2 5.2.1 Die bejaarde bevolking is die toenemende proporsie✓ mense van 60 jaar en ouer in die bevolking.✓ n Bejaarde bevolking daag die samelewing uit om aan te pas sodat die gesondheid, funksionele kapasiteit en sosiale deelname van bejaardes gemaksimeer word. 'n Bejaarde bevolking dui ook aan dat die persentasie jongmense klein is✓ en daar dus 'n lae geboortesyfer sal wees.✓ 'n Verouderende bevolking verwys na wanneer 10% van die bevolking bo 60 jaar en ouer is. (Enige 4 × 1) (4)

5.2.2

- Bejaardes het swak immuunstelsels en is dus meer geneig tot infeksies.
- As gevolg van hul lewenstylkeuses oor 'n lang tydperk (soos rook, alkohol drink, eet van gemorskos), het hulle 'n verswakte respiratoriese, kardiovaskulêre en spysverteringstelsel.
- Bejaardes word dikwels in ouetehuise geplaas (baie oumense woon in 'n klein spasie) – maklike verspreiding van Covid-19.
- Hulle het dikwels nie toegang tot behoorlike gesondheidsorg nie as gevolg van mobiliteitsbeperkings.
- As gevolg van verminderde geheue en vermoë om te dink, kan hulle dikwels hul medikasieskedules vergeet.

(Enige gepaste 4 × 1) (4)

5.3 5.3.1 Die opsetlike gebruik ✓ van fisiese geweld ✓ teen jou eie liggaam ✓ of iemand anders s'n,✓ wat tot besering,✓ die dood, sielkundige skade, wanontwikkeling of ontneming lei.✓ (Enige gepaste 6 × 1) (6)

5.3.2
- Selfgerigte geweld sluit in skadelike dade of gedagtes teen die self,✓ soos selfmoord of poging tot selfmoord, om jouself te sny, alkohol of dwelms te misbruik.✓
- Interpersoonlike geweld is geweld wat plaasvind tussen mense of groepe mense.✓ Soos geweld in die gesin of teen intieme maat, of geweld in die gemeenskap soos bendegevegte, seksuele aanranding, ens.✓
- Kollektiewe geweld verwys na geweld wat deur groot groepe individue of deur die staat gepleeg word,✓ soos oorloë of ontwrigtende gedrag tydens stakings.✓ (Enige gepaste 3 × 2) (6)

[30]

VRAAG 6

6.1 6.1.1
- Dit beskerm die baba teen ernstige siektes omdat dit teenliggaampies en immuniteite bevat wat van die moeder na die baba oorgedra word.
- Dit beskerm die ma teen eierstokkanker, borskanker en heupfrakture.
- Dit gebruik die vet wat die ma tydens swangerskap opgestoor het en die baarmoeder krimp vinniger.
- Dit is geriefliker – geen bottels en sterilisering van bottels nie.
- Daar word beweer dat die band tussen ma en baba beter is – dit voel warm en vertroostend vir beide ma en baba.
- Dit is goedkoper as bottelvoeding en die doeke is lekkerder om om te ruil.
- Dit veroorsaak geen allergieë nie.
- Die melk is altyd teen die regte temperatuur.
- Borsvoeding is gratis (Enige gepaste 8 × 1) (8)

6.1.2 Ja.✓ Sy is ses maande oud.✓ Haar gewig het sedert geboorte verdubbel.

(2 × 1) (2)

6.1.3
- Sy behoort nou al geleer het om om te rol
- Kan vir kort rukkies regop sit
- Hou dinge met albei hande vas en rig dit na haar mond
- Reageer met verbale klanke wanneer die ma praat
- Herken familielede
- Ontwikkel 'n vrees vir vreemdelinge ((Enige gepaste 5 × 1) (5)

6.1.4 Stem nie saam nie.✓ Entstowwe is die beste manier om die immuunstelsel teen verskeie siektes✓ op te bou.✓ Ayesha is net 6 maande oud; haar immuunstelsel is steeds besig om te ontwikkel✓ en sy is kwesbaar vir baie kindersiektes soos masels, polio, ens.✓

OF

Stem saam.✓ Deur borsvoeding✓ gee die ma haar teenliggaampies teen die baba deur.✓ haar gewig het verdubbel,✓ wat daarop dui dat sy 'n goeie funksionerende immuunstelsel het.✓ Die baba is nie in kontak met ander kinders nie, aangesien hulle tuis bly en sy sal dus nie met siektes in aanraking kom. (Enige gepaste 2 × 2 + 1) (5)

6.2

	TIENERMEISIES	GETROUDE VROUE
Voeding	Ma is ondervoed aan die begin van die swangerskap en die baba word ondervoed gebore.	Ma is goed gevoed en die baba word goed gevoed gebore.
Toegang tot mediese dienste	Geen toegang tot behoorlike mediese sorg nie, en geen of laat ondersoeke tydens swangerskap nie.	Gaan gewoonlik vir gereelde ondersoeke.
Komplikasies tydens swangerskap?	Ja, as gevolg van die onderontwikkelde liggaam van adolessente.	Nee, die ma se liggaam is ten volle ontwikkel.
Impak op die moeder	• Vroeë skoolverlating. • Beperkte kans op 'n goeie beroep.	• Voltooi opvoeding. • Sal na die swangerskap voortgaan om loopbaan te beoefen.
Impak op die kind	• Meestal vroeggebore. • Risiko van ontwikkelingsgestremdheid	• Byna altyd voltermyn swangerskap. • Baba ontwikkel normaal.

(Enige gepaste 10 × 1) (10)
[30]

TOTAAL: 180

Kopiereg voorbehou