higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NASIENRIGLYN

NASIONALE SERTIFIKAAT

MEDIESE PRAKTYK N5
(Tweede vraestel)

9 Junie 2021

Hierdie nasienriglyn bestaan uit 8 bladsye.

Kopiereg voorbehou

AFDELING A

VRAAG 1

1.1 1.1.1 Verkryging van seksuele bevrediging deur niksvermoedende mense se intieme aktiwiteit dop te hou

1.1.2 Seksuele bevrediging deur liggaamlike pyn of vernedering te veroorsaak, hetsy vir ander mense of jouself

1.1.3 Erotiese aantrekking tot diere

1.1.4 Onvermoë om 'n ereksie te kry en te behou wat voldoende is vir seksuele omgang

1.1.5 'n Oorgeërfde versteuring wat lei tot 'n opbou van fenielalanien/onvermoë om fenielalanien te metaboliseer

1.1.6 'n Abnormale klein kop weens abnormale breinontwikkeling

1.1.7 Abnormale opbouing van serebrospinale vloeistof in die brein

1.1.8 'n Liggaamlike siekte wat deur geestelike of emosionele faktore veroorsaak of vererger word

1.1.9 'n Uiterse of irrasionele vrees vir of afkeer van iets

1.1.10 'n Geestessiekte waarin 'n individu optree asof hy/sy 'n liggaamlike of geestessiekte het wanneer hy/sy nie werklik siek is nie en vae antwoorde op vrae gee wat reg- of verkeerd-antwoorde het

(10 × 2) (20)

1.2 1.2.1 Onwaar
1.2.2 Waar
1.2.3 Onwaar
1.2.4 Onwaar
1.2.5 Waar
1.2.6 Onwaar
1.2.7 Waar
1.2.8 Onwaar
1.2.9 Waar
1.2.10 Onwaar

(10 × 2) (20)
[40]

TOTAAL AFDELING A: 40

AFDELING B

Sien slegs DRIE vrae in hierdie AFDELING na.

VRAAG 2

2.1
- Pasiënt se naam
- Ouderdom
- Geboortedatum
- Geslag
- Adres
- Telefoon-/Selfoonnommer
- Mediesefonds-inligting
- Besonderhede van gesinslid/naasbestaande
- Huwelikstatus
- Beroep
- Telefoonnommer tydens werksure
- Besonderhede van ouer/voog, indien nodig
- Verwysende dokter (Enige toepaslike 7 × 1) (7)

2.2
- Verseker die kamer is skoon en netjies
- Stel/Handhaaf ’n gerieflike kamertemperatuur
- Maak seker daar is nie ’n trek by vensters en deure nie, maar verseker genoegsame ventilasie
- Verseker voldoende beligting
- Verseker dat toerusting en instrumente in ’n goeie werkende toestand is
- Kontroleer voorraad/verbruiksitems en vul aan waar nodig
- Verseker dat voorraad nie aan pasiënte blootgestel word nie
- Vervang vuil linne
- Verwyder afval
- Was/Steriliseer en vervang instrumente/toerusting
- Ontsmet oppervlakke
- Elimineer enige moontlike veiligheidsgevare
- Maak kamers netjies tussen afsprake
- Vervang weggooibare oortreksels voor die aankoms van die volgende pasiënt

(Enige toepaslike 8 × 1) (8)

2.3
- Slimfoongebruik kan 'n verslawing word, met talle mense wat hul fone kompulsief dophou vir nuwe plasings op sosiale media, wat stresvol raak en angstigheid verhoog.
- Diegene wat reeds angstig is, staan 'n groter kans om verslaaf te raak aan slimfoongebruik, en gebruik dit al hoe meer hoe meer hul angsvlakke toeneem.
- Die kompulsiewe nagaan van sosiale media kan aangedryf word deur die vrees om sosiale geleenthede of interaksies wat as belangrik beskou word, mis te loop (algemeen bekend as "fear of missing out of FOMO").
- Jongmense vergelyk hulself met ander op sosiale media, wat moontlik net goeie dinge daarop plaas, en begin angstig voel dat hulle nie goed genoeg is of dat hulle lewe nie goed genoeg is in vergelyking daarmee nie, en ervaar druk om sekere standaarde te handhaaf.
- Slimfone is die heeltyd binne bereik, met geen onderbreking in die verbinding aan sosiale media en boodskappe nie.
- Jongmense wat laat wakker bly om hul slimfone in die bed te gebruik, sukkel om aan die slaap te raak, en te min slaap kan angstigheid vererger.
- Kuberafknouery op sosiale media en in boodskappe vind algemeen plaas.

(Enige toepaslike 5 × 1) (5)
[20]

VRAAG 3

3.1
- Rugpyn
- Borspyn
- Hardlywigheid
- Diarree
- Naarheid
- Droë mond
- Moegheid/Uitputting
- Algemene skete
- Hoofpyn
- Hoë bloeddruk
- Hartkloppings
- Vinnige hartklop
- Seksuele probleme
- Kortasemigheid
- Stywe nek
- Sweet
- Gewigstoename/-verlies

(Enige toepaslike 7 × 1) (7)

3.2
- Gebrek aan werklike empatie
- Gevoelloosheid/Ongevoeligheid/Onverskilligheid
- Gebrek aan berou
- Onopregtheid/Oppervlakkige sjarme
- Valsheid
- Vlak emosionele reaksies
- Manipulering
- Geïrriteerdheid en aggressie
- Onverantwoordelike/Impulsiewe/Riskante gedrag
- Gewelddadige gedrag
- Onvermoë tot wedersyds intieme verhoudings
- Afwesigheid van prososiale standaarde in doelstelling
- Oormatige selfvertroue
- Egosentrisiteit en selfsugtigheid
- Onwettige gedrag (Enige toepaslike 8 × 1) (8)

3.3
- Kry genoeg slaap.
- Verbeter jou dieet.
- Doen oefening.
- Mediteer.
- Stel joga op die proef.
- Leer om asemhalingsoefeninge te doen.
- Luister na musiek.
- Skryf jou gedagtes neer om dit makliker te verwerk.
- Verminder jou kaffeïen-inname.
- Oorweeg die gebruik van kruie, tee en aanvullings, nadat ’n gekwalifiseerde professionele praktisyn geraadpleeg is.
- Neem ruskanse.
- Wees opmerksaam.
- Gee ’n geliefde ’n drukkie om oksitosien vry te stel en kortisol te verlaag.
- Bring tyd met ’n troeteldier deur.
- Bring tyd met vriende en familie deur.
- Gesels met ’n familielid, vriend of iemand wat jy vertrou wanneer jy oorweldig voel.
- Kry professionele hulp indien nodig. (Enige toepaslike 5 × 1) (5)

[20]

Kopiereg voorbehou

VRAAG 4

4.1
- Vriendelikheid
- Empatie
- Geduld
- Verdraagsaamheid
- Belangstellend
- Vertroulikheid
- Hulpvaardigheid
- Bekwaamheid
- Professionalisme (Enige toepaslike 7 × 1) (7)

4.2
- Gesondheid-paranoia het ’n negatiewe uitwerking op sy/haar daaglikse lewe of verhoudings
- Gereelde doktersbesoeke
- Verander gereeld van dokter
- Versoek veelvuldige tweede menings/besoek veelvuldige dokters
- Benodig konstante gerusstelling
- Voel nie gerusgestel deur dokters of enigiemand anders dat hy/sy niks makeer nie
- Wil ’n dokter vind wat vir hom/haar sê wat hy/sy wil hoor
- Is oortuig die dokters mis iets/moes meer toetse of skanderings gedoen het
- Is altyd bekommerd/word verteer deur kommer oor gesondheid in só ’n mate dat dit obsessief raak
- Doen konstant navorsing oor simptome en maak negatiewe afleidings
- Oordryf minder ernstige simptome/is oortuig dat enige klein klagte baie erger is as wat dit is, of oortuig dat dit in iets ergers gaan ontaard
- Gesels kontant oor sy/haar persoonlike gesondheid met ander
- Gereelde selfondersoeke vir enige teken van siekte/monitor lewenstekens
- Ly aan angstigheid/depressie
- Rapporteer/Ervaar ’n gevoel van dreigende ondergang
- Uitermatige vrees/paranoia oor gesondheid as iemand wat hy/sy ken siek word, selfs al was hulle nie onlangs in kontak nie

(Enige toepaslike 8 × 1) (8)

Kopiereg voorbehou

4.3
- ’n Spesifieke oorsaak kan onbekend wees, maar daar is sosiale, kulturele, omgewings-, sielkundige en genetiese skakels/daar is veelvuldige faktore betrokke.
- Alkohol is ’n verslawende middel.

Die risiko van alkoholisme verhoog met die volgende:
- ’n Familiegeskiedenis
- Begin op jong ouderdom drink/hoe vroeër die individu begin drink
- Beskikbaarheid/Voorkoms van alkohol in die omgewing
- Ly aan ’n geestesversteuring, bv. depressie, angstigheid of skisofrenie/selfbehandeling
- Kulturele houdings wat drankgebruik aanmoedig
- Positiewe verwagtings oor die gebruik van alkohol
- Wanaangepaste maniere om dinge te hanteer
- Impulsiwiteit as ’n persoonlikheidseienskap
- Drink om van probleme te ontsnap
- Drink om spanning te verlig
- Neem voortdurend alkohol met medikasie
- Drink om kreatiwiteit te verhoog (Enige toepaslike 5 × 1) (5)

[20]

VRAAG 5

5.1
- Smagting na dwelms
- Oproerigheid
- Angstigheid
- Depressie
- Koue rillings
- Verhoogde bloeddruk
- Verhoogde hartklop
- Bewerigheid
- Maagpyn
- Diarree
- Spierpyne/-spasmas
- Gemoedskommelings
- Naarheid
- Braking
- Slaaploosheid
- Loopneus
- Sweet (Enige toepaslike 7 × 1) (7)

5.2
- Bestel in groot maat om voorraad te verseker en geld te bespaar
- Verseker dat daar voldoende bergruimte beskikbaar is
- Bestel nuwe voorraad betyds om beskikbaarheid te verseker, bv. wanneer die helfte van die huidige voorraad oor is
- Berg medisyne korrek vir lang lewensduur, bv. teen kamertemperatuur of in die koelkas, indien nodig
- Beheer duur of gevaarlike medisyne streng
- Raadpleeg die dokter om te besluit wat bestel moet word en hoeveel daarvan
- Beheer voorraad weekliks en teken vervaldatums aan
- Vervang medisyne wat verval het, indien moontlik
- Hou pryslyste by om verlies te vermy
- Bepaal hoeveelhede wat bestel word met seisoene voor oë, bv. griepinspuiting moet betyds vir die griepseisoen bestel word, in regte hoeveelhede om oorskiet en vermorsing te verhoed
- Organiseer voorraad goed (bv. alfabeties) om tyd te bespaar en te weet wat beskikbaar is
- Teken voorraad in ’n medisyneboek op
- Hou soortgelyke/voorraad van soortgelyke groottes bymekaar

(Enige toepaslike 8 × 1) (8)

5.3
- Die liggaam en gees is nou verweef, en gedagtes en emosies beïnvloed ons liggaamlike gesondheid.
- Party mense probeer emosies soos woede, eensaamheid of depressie wegsteek of hanteer deur te eet, of eet om hantering van hul gevoelens te vermy.
- Party mense eet as ’n manier om gevoelens van verveeldheid of kommer te oorkom, of omdat dit vertroostend is.
- Ooreet en gewigstoename kan simptome van depressie wees.
- Eet kan verband hou met gevoelens van gelukkigheid, wanneer mense kos met gelukkige emosies of gebeurtenisse assosieer, of by geleenthede soos partytjies, vakansies, herdenkings of verjaardae ooreet.
- Obesiteit kan ’n verdedigingsmeganisme wees, en kan gebruik word om die persoon te beskerm teen sosiale druk om meer liggaamlik begeerlik te wees.
- In party kulture of gemeenskappe word obesiteit as begeerlik beskou, wat party mense aanmoedig om daarna te streef.
- Langdurige spanning en verwante hormone lei tot gewigstoename en obesiteit.

(Enige toepaslike 5 × 1) (5)

[20]

TOTAAL AFDELING B: 60
GROOTTOTAAL: 100

Kopiereg voorbehou