higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NASIENRIGLYN

NASIONALE SERTIFIKAAT

KINDERGESONDHEID N4

24 Mei 2021

Hierdie nasienriglyn bestaan uit 8 bladsye.

Kopiereg voorbehou

AFDELING A

VRAAG 1

1.1 D
1.2 C
1.3 D
1.4 C
1.5 B
1.6 A
1.7 B
1.8 B
1.9 D
1.10 C
1.11 B
1.12 C
1.13 C
1.14 C
1.15 A

(15 × 1) **[15]**

VRAAG 2

2.1 Onwaar
2.2 Waar
2.3 Waar
2.4 Onwaar
2.5 Onwaar
2.6 Waar
2.7 Waar
2.8 Onwaar
2.9 Waar
2.10 Waar

(10 × 1) **[10]**

VRAAG 3

3.1 C
3.2 F
3.3 E
3.4 B
3.5 A

(5 × 2) **[10]**

VRAAG 4

4.1 Aanvullende voeding
4.2 Gemeenskap
4.3 Babauitrusting
4.4 Genetika
4.5 Metabolisme
4.6 Omgewingsgesondheid
4.7 Kolostrum
4.8 Poliomiëlitis
4.9 Regop metode
4.10 Veiligheidsgreep
4.11 Senuweestelsel
4.12 Uitpersing
4.13 Kop-en-boude
4.14 Passiewe immuniteit
4.15 Olfaktoriese

(15 × 1) **[50]**

TOTAAL AFDELING A: 50

AFDELING B

VRAAG 5

5.1 5.1.1
- Doekruilmat of bed vir baba
- ’n Handdoek waarop baba kan lê
- Skoon doek
- Waslap om baba se gesig af te vee
- Waslap om baba se boude skoon te maak
- Houer met louwarm water
- ’n Handdoek om baba af te droog
- Watte om oë skoon te maak
- ’n Klein bakkie met louwarm water om oë skoon te maak
- Babaseep, boudjiesalf (Enige 8 × 1) (8)

5.1.2
- Gebruik ’n matige wasmiddel om uitslag of allergiese reaksies te voorkom.
- Materiaalversagters word nie aanbeveel nie, omdat hulle ook veluitslag en allergiese reaksies kan veroorsaak.
- Wolkledingstukke moet met ekstra sorg gehanteer word.
- Maak in die son droog. (Enige 3 × 1) (3)

5.1.3
- Om die baba warm en gemaklik op koue dae te hou.
- Om die baba teen die son en elemente te beskerm
- Om mooi te lyk (3 × 2) (6)

5.2
- Ruil baba se doeke gereeld om.
- Gebruik ’n sagte seep om die boudjiearea skoon te maak.
- Moenie sterk wasmiddels gebruik om doeke te was nie.
- Gebruik ’n beskermende room
- Laat baba sonder doek lê om boudjies aan vars lug bloot te stel
- Vee boudjiearea met louwarm water af nadat vuil doek verwyder is en laat droog word. (6)

5.3
- Hou die baba te alle tye warm en gemaklik.
- Vermy areas met samedromming van mense.
- Moet nie die baba in vreemdelinge se sorg laat nie.
- Ruim genoeg tyd in om band met die baba te ontwikkel.
- Vra hulp of ondersteuning as jy sukkel.
- Meld enige probleme by mediese personeel aan.
- Neem baba na die kliniek vir eerste roetineondersoek en maak seker dat gesonde ontwikkeling plaasvind.
- Volg ’n roetine met die baba. (Enige 6 × 1) (6)

5.4
- Vaste kos word normaalweg bekendgestel as baba 4 maande of ouer is (4-6 maande).
- Nuwe kossoorte behoort een vir een bekendgestel te word en minstens 3 tot 4 dae moet verloop voordat nuwe kossoort aangebied word.
- As ’n reaksie soos braking, uitslag, seer boudjies of swelling van die gesig plaasvind, staak totdat die baba ouer is.
- Graankos, pap, fyngemaakte vrugte of groente kan as aanvangskossoorte gebruik word.
- Sout, suiker, botter, margarien en speserye behoort spaarsamig gebruik te word.
- Nuwe kossoorte word die eerste keer in die oggend gegee.
- Geskikte vrugte sluit in fyngemaakte ryp piesang, gestoofde appel of peer, fyngemaakte papaja.
- Groente soos wortels, ertjies, groenboontjies, pampoen en murgpampoentjie kan aangebied word, gekook en deur ’n sif gedruk of fyngemaak.
- Wanneer baba begin tande kry, kan baba vingerhappies gegee word om aan te kou.
- Eiergeel kan van ongeveer 5 maande aangebied word: 1 teelepel 3 keer per week.
- Bied in die eerste 6 maande melk aan voor vaste kos omdat melk steeds die belangrikste kossoort in die dieet is. (Enige 10 × 1) (10)

Kopiereg voorbehou

5.5
- Pas skoonmaakroetine van die vel aan om te pas by veranderinge weens hormonale wysigings.
- Moet nie sterk chemikalieë op jou hare gebruik sonder om jou dokter te raadpleeg nie.
- Besoek die tandarts vir ’n deeglike roetineondersoek.
- Verseker goeie tandegesondheid en vra jou dokter vir ’n kalsiumaanvulling.
- Kry genoeg rus. Voete is geneig om te swel. Sit met jou voete hoër so veel as moontlik.
- As daar buitensporige swelling is, spreek ’n dokter.
- Gebruik weefselolie (‘tissue oil’) om met rekmerke of jeukerige vel te help.
- Hou die naeltjie droog.
- Gebruik borsroom om aan borste te smeer.
- Dra ’n bra (buustelyfie) wat goed pas.
- Rus meer gedurende die dag.
- Probeer om ’n regop postuur te handhaaf om rugpyn te voorkom.
- Dra gemaklike klere.
- Jy sal dalk ’n groter skoengrootte dra. Dra lae hakke.

(Enige 8 × 1) (8)
[50]

VRAAG 6

6.1 6.1.1
- Eetlusversteurings en stel nie belang in kos nie
- Slaapversteurings wat nie met baba se slaapbehoeftes verband hou nie
- Vrees om alleen te wees
- Chroniese moegheid of hiperaktiwiteit
- Angs
- Probleme met geheue en verlies aan konsentrasie
- Verloor belangstelling in seks
- Verlies van selfvertroue en eiewaarde
- Huilerig en voel hartseer sonder oënskynlike rede
- Prikkelbaarheid/geïrriteerdheid sonder ’n oorsaak
- Voel skuldig en ontoereikend
- Negatiewe obsessiewe of morbiede gedagtes
- Onvermoë om daaglikse take en eise te hanteer
- Vrees vir sosiale kontak (Enige 10 × 1) (10)

6.1.2
- Berading en psigoterapie
- Vra ondersteuning by gesinslede en vriende.
- Raadpleeg die dokter en kry voorskrifmedikasie.
- Kry genoeg slaap en eet gesond.
- Omring jou met liefdevolle mense wat jou belange op die hart dra.
- Neem ’n kinderoppasser of dagmoeder in diens. (Enige 5 × 1) (5)

6.1.3
- Nuwe moeders is onvoorbereid op sielkundige en fisieke veranderinge wat plaasvind nadat hulle geboorte geskenk het.
- Moeders kan ongemaklik voel weens steke.
- Fisieke veranderinge as gevolg van swangerskap en kraam
- Moeders kan oorweldig voel deur die groot taak om ’n kind groot te maak.
- Hormonale fluktuasies en fisieke ongemak kan tot gevoelens van wanhoop bydra. (5)

6.2 6.2.1
- SIDS is die onverklaarbare en skielike dood van ’n gesonde baba
- onder die ouderdom van 12 maande✓ (2)

6.2.2
- Lê altyd die baba op die rug neer om te slaap, met die voete wat die onderkant van die bababed raak.
- Moenie kussings, komberse en sagte speelgoed in die bababed hê nie.
- Draai die baba styf toe om te voorkom dat die kombers die baba se gesig bedek.
- Moet nooit ’n baba op die maag neerlê om te slaap nie.
- As ’n baba op die sy slaap, gebruik opgerolde komberse of wîe om te voorkom dat hulle op hul gesiggies omrol.
- Voorkom oorverhitting. (Enige 5 × 1) (5)

6.2.3
- As baba op die rug slaap

Hou die baba styf vas en lê hom/haar saggies in die bababed of op die matras neer. Sodra die baba veilig op die oppervlak lê, kan jy jou hand van die rug en nek verwyder.

- As baba op die sy slaap✓

Laat sak die baba stadig en saggies, en draai hom/haar op die linkerkant.✓
Terwyl die baba in die versorger se arms vasgehou word, verwyder die hand wat die bene en boude ondersteun. ✓

- As die baba op die maag slaap

Draai die baba op die maag terwyl hy/sy steeds in jou arms is.✓
Plaas een arm oorlangs onder die lyfie en ondersteun terselfdertyd die ken. (3 × 3) (9)

6.3
- Skraap of skud eers die stoelgang in ’n toilet af.
- Spoel daarna die doek in water af.
- As daar ’n vlek op die doek is, vryf dit met Sunlight-seep voordat jy dit in die emmer plaas om te week.
- Doeke wat met uriene gevlek is, benodig geen spesiale behandeling nie.
- Voeg die doek in die voorbereide oplossing. Maak seker dat dit deur die oplossing bedek is en week doeke minstens 2 ure lank, verkieslik oornag.
- Wring water uit, skud uit en hang op om droog te word. (6)

Kopiereg voorbehou

6.4
- Beskuit
- Koekies
- Vrugtestafies
- Groentestokkies
- Biltong (5)

6.5
- Geelkleurig
- Slap of gedeeltelik slap konsistensie
- Reukloos (3)

[50]

VRAAG 7

7.1
- Laat lug toe om binne te gaan en uit te gaan
- Die haartjies dien as filter en vang stopdeeltjies op.
- Dien as olfaktoriese orgaan (reukorgaan)
- Die slymvlies maak die lug vogtig en warm. (4)

7.2
- Was hande.
- Spoel die bottel, tiete en tietbedekking onder koue water af om enige melkreste te verwyder.
- Was goed in warm, seperige water, deur gebruikmaking van ’n bottelborsel om die binnekant van die bottel skoon te maak.
- Spuit water deur die gat in die tiet om dit oop te maak.
- Vryf die binne- en buitekant van die tiet met droë sout.
- Spoel al die toerusting af.
- Steriliseer die toerusting deur middel van óf die kook-/warm metode of koue/chemiese metode. (Enige 7 × 1) (7)

7.3
- Formule wat op koeimelk gebaseer is
- Gehidroliseerde proteïenformule
- Formule wat op soja gebaseer is (3)

7.4
- Streelrefleks (‘rooting reflex’)
- Gryprefleks
- Suigrefleks (3)

7.5
- Babas het eers skoene nodig wanneer hulle begin loop.
- Sole van sagte skoene soos sloffies moet glyvas wees.
- Meet voet noukeurig om te verseker dat dit goed pas.
- Skoene moet sag wees, maar genoeg ondersteuning bied. (4 × 2) (8)

Kopiereg voorbehou

7.6
- Prenatale versorging van die moeder
- Genetika/oorerwing – 'n baba kan goeie of swak gesondheidsgene by ouers erf.
- Ongesonde omgewing
- Swak dieet
- Swak keuses
- Maatskaplike faktore – ouers wat rook/dwelmmisbruik, ens (6)

7.7
- Handdoekstofdoeke
- Flenniedoeke/flaneletdoeke
- Weggooibare doeke (3)

7.8

VOORDELE VAN WEGGOOIBARE DOEKE	NADELE VAN WEGGOOIBARE DOEKE
Kleefstroke kan weer vasgemaak word.	Duur
Die baba se vel bly langer droog en die risiko van luieruitslag/brandboudjies is kleiner.	Skadelik vir die omgewing omdat dit nie bioafbreekbaar is nie.
Gerieflik en nuttig wanneer jy reis of in noodgevalle.	Kan slegs een keer gebruik word en moet daarna weggegooi word
Beskikbaar in verskillende groottes en verskillend gemaak vir seuns en dogters.	Rek maak merke om baba se bene en veroorsaak irritasie.
Geen waterdigte broekie ('waterproof') nodig nie en maklik om te gebruik.	Sommige babas is sensitief vir die jel of materiaal wat in die doek gebruik word.
Absorbeer gewoonlik goed.	Dit kan klonterig en ongemaklik raak as dit nat word.

(5 + 5) (10)

7.9 7.9.1
- Verseker die gesondheid en welstand van die kind.
- Bied ondersteuning waar nodig.
- Beskerm die belange van die kind.
- Bied ondersteuning aan gesinne wat te kampe het met maatskaplike probleme soos middelmisbruik, gesinsgeweld, en so meer.
- Bied ondersteuning aan dagsorgsentrums wanneer nodig.

(Enige 3 × 1)

7.9.2
- Inspekteer dagsorgsentrums.
- Verseker dat gesondheidstandaarde nagekom word.
- Kan 'n sentrum sluit as dit nie aan gesondheidsregulasies en -standaarde voldoen nie.

(3 × 2) (6)
[50]

TOTAAL AFDELING B: 150
GROOTTOTAAL: 200

Kopiereg voorbehou