

Eksamen

25.05.2021

HUD2001 Helsefremjande arbeid / Helsefremmende arbeid

Programområde: Hudpleie

LK06

Nynorsk

Eksamensinformasjon

Eksamenstid	Eksamen varer i 4 timar.
Hjelpemiddel	Alle hjelpemiddel er tillatne, unntatt ope internett, samskriving, chat og andre moglegheiter for å kunne utveksle informasjon med andre.
Bruk av kjelder	Dersom du bruker kjelder i svaret ditt, skal dei alltid førast opp på ein slik måte at lesaren kan finne fram til dei. Du skal føre opp forfattar og fullstendig tittel på både lærebøker og annan litteratur. Dersom du bruker utskrift eller sitat frå internett, skal du føre opp nøyaktig nettadresse og nedlastingsdato.
Vedlegg	Denne oppgåva inneheld ingen vedlegg.
Vedlegg som skal leverast inn	Du skal ikkje levere inn nokon vedlegg.
Informasjon om vurderinga	I vurderinga vil det bli lagt vekt på følgjande: <ul style="list-style-type: none">• Grad av måloppnåelse i høve til dei enkelte læreplanmål.• Bruk av korrekt fagterminologi.• Fagleg kunnskap og haldningar som er relevant i oppgåvene.• Fokus på klienten og casen.• Yrkesutøvinga i eit heilskapleg perspektiv.• Profesjonalitet i yrkesutøvinga. HUGS Å NUMMERER OPPGÅVENE PÅ SVARARKET
Andre opplysningar	Kompetansemål som ligg til grunn for oppgåva: <ul style="list-style-type: none">• gjøre rede for krav som stilles til personlig hygiene i hudpleiefaget• gjøre rede for hudens, hårets og neglenes oppbygning og funksjon og gi eksempler på ulike behandlingsmetoder• drøfte og gi eksempler på ulike tiltak for å forebygge og forbedre hudforandringer• drøfte sammenhengen mellom helse, levevaner, fysisk aktivitet og kosthold• gi eksempler på sammenhengen mellom kosthold og frisk hud

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• gjøre rede for betydningen av god hygiene for å forebygge sykdom og hindre smitte, og kunne demonstrere viktige hygienetiltak i hudpleiefaget• forklare hovedprinsippene for helse, miljø og sikkerhet og gi eksempler på hvordan kravene til helse, miljø og sikkerhet kommer til uttrykk i yrkesutøvelsen |
|--|--|

TIPS TIL DEG SOM AKKURAT HAR FÅTT EKSAMENSOPPGÅVA:

- Start med å lese oppgaveinstruksen godt.
- Hugs å føre opp kjeldene i svaret ditt dersom du bruker kjelder.
- Les gjennom det du har skrive, før du leverer.
- Bruk tida. Det er lurt å drikke og ete undervegs.

Lykke til!

Du er utplassert i ein stor hudpleieklinikk i byen der du bur. De har vore gjennom eitt år med mange nye smitteverntiltak både på skulen og i klinikken på grunn av Covid-19. Dette har gjort dykk ekstra merksame på eiga og andres helse og hygiene.

Oppgåve 1

- a) Kva slags betyding har god hygiene for å førebyggje sjukdom og hindre smitte. Grunnge svaret ditt.
- b) Kva ligg i begrepet HMS og korleis ser du at HMS vert ivaretatt på skulen og i klinikken?

Oppgåve 2

Korleis vi lever har mykje å seie for vår eiga helse og derfor og hudhelsa vår. Året som har gått har endra måten mange lever på både med tanke på fysisk aktivitet og mat. Mange har vore på heimekontor i lang tid, og det tyder for mange at ein er mindre aktiv. I tillegg les vi i media at det er ein økning i sal av usunn mat og alkohol.

- a) Kva meiner du om samanhengen mellom helse, levevanar, fysisk aktivitet og kosthald? Drøft svaret ditt.
- b) Kosthaldet vårt utviklar seg frå vi er barn til ungdom og vaksen. Gje døme på samanhengen mellom kosthald og frisk hud.

Hudas oppbygging og funksjon er viktig å forstå for alle som utdannar seg til hudterapeutar. Huda består av tre hovudlag; epidermis, dermis og hypodermis/subutis. I dei ulike laga finn vi blant anna fleire typar celler og ulike epidermale vedheng.

- c) Gjer greie for hudas oppbygging og funksjon med bakgrunn i å førebyggje hudforandringar.

Bokmål

Eksamensinformasjon

Eksamenstid	Eksamen varer i 4 timer.
Hjelpemidler	Alle hjelpemiddel er tillatt, unntatt åpent internett, samskriving, chat og andre muligheter for å kunne utveksle informasjon med andre.
Bruk av kilder	Hvis du bruker kilder i besvarelsen din, skal disse alltid oppgis på en slik måte at leseren kan finne fram til dem. Du skal oppgi forfatter og fullstendig tittel på både lærebøker og annen litteratur. Hvis du bruker utskrift eller sitat fra internett, skal du oppgi nøyaktig nettadresse og nedlastingsdato.
Vedlegg	Denne oppgaven inneholder ingen vedlegg.
Vedlegg som skal leveres inn	Ingen vedlegg skal leveres inn.
Informasjon om vurderingen	I vurderingen vil det bli lagt vekt på følgende: <ul style="list-style-type: none">• Grad av måloppnåelse i forhold til de enkelte læreplanmål.• Bruk av korrekt fagterminologi.• Faglige kunnskaper og holdninger som er relevant i oppgavene.• Fokus på klienten og casen.• Yrkesutøvelsen i et helhetlig perspektiv.• Profesjonalitet i yrkesutøvelsen. HUSK Å NUMMERERE OPPGAVENE I BESVARELSEN
Andre opplysninger	Kompetansemål som ligger til grunn for oppgaven: <ul style="list-style-type: none">• gjøre rede for krav som stilles til personlig hygiene i hudpleiefaget• gjøre rede for hudens, hårets og neglenes oppbygning og funksjon og gi eksempler på ulike behandlingsmetoder• drøfte og gi eksempler på ulike tiltak for å forebygge og forbedre hudforandringer• drøfte sammenhengen mellom helse, levevaner, fysisk aktivitet og kosthold• gi eksempler på sammenhengen mellom kosthold og frisk hud

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• gjøre rede for betydningen av god hygiene for å forebygge sykdom og hindre smitte, og kunne demonstrere viktige hygienetiltak i hudpleiefaget• forklare hovedprinsippene for helse, miljø og sikkerhet og gi eksempler på hvordan kravene til helse, miljø og sikkerhet kommer til uttrykk i yrkesutøvelsen |
|--|--|

TIPS TIL DEG SOM AKKURAT HAR FÅTT EKSAMENSOPPGAVEN:

- Start med å lese oppgaveinstruksen godt.
- Husk å føre opp kildene i svaret ditt dersom du bruker kilder.
- Les gjennom det du har skrevet, før du leverer.
- Bruk tiden. Det er lurt å drikke og spise underveis.

Lykke til!

Du er utplassert i en stor hudpleieklinikk i byen der du bor. Dere har vært gjennom ett år med mange nye smitteverntiltak både på skolen og i klinikken på grunn av Covid-19. Dette har gjort dere ekstra oppmerksomme på egen og andres helse og hygiene.

Oppgave 1

- a) Hvilken betydning har god hygiene for å forebygge sykdom og hindre smitte. Begrunn svaret ditt.
- b) Hva ligger i begrepet HMS og hvordan ser du at HMS blir ivaretatt på skolen og i klinikken?

Oppgave 2

Hvordan vi lever har mye å si for vår egen helse og derfor også hudhelsen vår. Året som har gått har endret måten mange lever på både med tanke på fysisk aktivitet og mat. Mange har vært på hjemmekontor i lang tid, og det betyr for mange at man er mindre aktiv. I tillegg leser vi i media at det er en økning i salg av usunn mat og alkohol.

- a) Hva mener du om sammenhengen mellom helse, levevaner, fysisk aktivitet og kosthold? Drøft svaret ditt.
- b) Kostholdet vårt utvikler seg fra vi er barn til ungdom og voksen. Gi eksempler på sammenhengen mellom kosthold og frisk hud.

Hudens oppbygging og funksjon er viktig å forstå for alle som utdanner seg til hudterapeuter. Huden består av tre hovedlag; epidermis, dermis og hypodermis/subcutis. I de ulike lagene finner vi blant annet flere typer celler og ulike epidermale vedheng.

- c) Gjør rede for hudens oppbygging og funksjon med bakgrunn i å forebygge hudforandringer.



www.vigoiks.no/eksamen