

HOVSPL10120 Utsatt eksamen – 02.02.2022

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 1: Væske og ernæring (10 %)		
Beskriv hvordan sykepleier kan øke energiinnholdet i kosten til pasienter som spiser lite		
Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt		
Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvisning til aktuell pensumlitteratur
Beskriver: <ul style="list-style-type: none">• Berikingspulver fra apoteket som tilsettes maten• Tilsette mer fett i maten, for eksempel smør, olje eller fløte• Unngå lettprodukter• Tilby energirike mellommåltider, som kake med krem, kjeks med ost eller yoghurt med nøtter	Beskriver min. ett tiltak	Aagaard, H. (2021). Væske og ernæring. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 292). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr [Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ](#)

Oppgave 2: Væske og ernæring (15 %)

Gjør rede for hvorfor kostfiber er gunstig for helsen, og gi eksempler på gode kilder til kostfiber

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvisning til aktuell pensumlitteratur
<p>Gjør rede for:</p> <ul style="list-style-type: none">• Kostfiber gir næring til tarmbakterier, som vil øke i mengde.• Fiber vil trekke til seg vann. Tarminnholdet blir mykere og volumet øker. Tarmbevegelsene øker og passasjetiden gjennom tarmen reduseres. Kan forbygge obstipasjon.• Inneholder ofte vitaminer, mineraler, og sporstoffer.• Har lav energitetthet og gir lengre metthetsfølelse. Kan forebygge overvekt.• Kan forebygge hjerte- og karsykdommer og mage- og tarmsykdommer.• Gode kostfiberkilder: Kli, sammalt mel, havregryn, frukt, belgfrukter og grønnsaker.	<p>Gjør rede for min. ett av punktene og nevner min. to kilder til kostfiber.</p>	<p>Aagaard, H. (2021). Væske og ernæring. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimbsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i>. (4. utg., s. 259-260). Gyldendal akademisk.</p>

Sensorveiledning utarbeides jfr [Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ](#)

Oppgave 3: Væske og ernæring (5 %)

Nevn symptomer på dehydrering

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

**Krav til innhold i en A-besvarelse
(i stikkordsform)**

Minstekrav for bestått besvarelse

Henvisning til aktuell pensumlitteratur

Nevner min. 10 av følgende symptomer:

- Tørste
- Tørre slimhinner
- Tørr og sprukne lepper
- Stående hudfolder
- Innsunkne fontaneller (kun barn < 1 år)
- Mørk og konsentrert urin
- Lav diurese
- Lavt blodtrykk
- Vekttap
- Feber
- Trøtthet
- Uvelhet
- Slapphet
- Apati
- Forvirring

Nevner min. fire symptomer

Aagaard, H. (2021). Væske og ernæring. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimbsbø (Red.), *Grunnleggende sykepleie Bind 2*. (4. utg., s. 279-280). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr [Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ](#)

Oppgave 4: Søvn og hvile (5 %)

Nevn kjennetegn på dårlig søvn

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

**Krav til innhold i en A-besvarelse
(i stikkordsform)**

Minstekrav for bestått besvarelse

Henvisning til aktuell pensumlitteratur

Nevner:

- Lang innsovningstid (>30 min.)
- Mange oppvåkninger
- Vansker med å sovne igjen etter nattlig oppvåkning
- Lett og/eller urolig søvn
- Tidlig oppvåkning (våkner før en behøver å stå opp)
- Uopplagt, trøtt eller søvnig på dagtid

Nevner min. to kjennetegn

Blytt, K. M., Frantsen, A. M. & Bastøe, L.K. (2021). Søvn og hvile. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), *Grunnleggende sykepleie Bind 2*. (4. utg., s. 436-438). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr [Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ](#)

Oppgave 5: Søvn og hvile (15 %)

Gjør rede for søvnens betydning for rehabilitering etter sykdom

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvisning til aktuell pensumlitteratur
<p>Søvn fremmer anabole prosesser og hemmer katabole prosesser. Anabole hormoner, som veksthormon, testosteron og aldosteron, skilles ut under den dype NREM-søvnen i stadium 3, og utskilling av de katabole hormonene, kortisol og adrenalin, hemmes. Søvn under rehabilitering etter sykdom er derfor gunstig. Dette må ses i sammenheng med at de katabole hormonene ofte er fremtredende ved sykdom eller skade. Fysiologisk nedtoning av kroppen under dyp søvn, ved at puls, hjerte- og pustefrekvens nedsettes.</p>	<p>Formidler kunnskap om søvnens betydning for anabole/katabole prosesser</p>	<p>Blytt, K. M., Frantsen, A. M. & Bastøe, L.K. (2021). Søvn og hvile. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i>. (4. utg., s. 435). Gyldendal akademisk.</p>

Oppgave 6: Eliminering (15 %)

Gjør rede for observasjoner av pasientens urin

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

**Krav til innhold i en A-besvarelse
(i stikkordsform)**

Minstekrav for bestått besvarelse

Henvisning til aktuell pensumlitteratur

Gjør rede for:

- Mengde: Diuresen er et mål på urinmengde, normalt 1-2 l/døgn avhengig av kroppsvekt, aktivitet, væskeinntak og væsketap. For at nyrene skal få skilt ut avfallsstoffer må de produsere minst 500 ml/døgn. Nyrene er avhengige av et visst blodtrykk for å kunne produsere urin. Ved vedvarende lavt vil en se redusert eller manglende urinproduksjon.
- Lukt: Urinen har normalt en aromatisk lukt. Hvor sterk lukten er, avhenger av urinens konsentrasjon. Ved UVI har urinen en karakteristisk lukt (beskrevet som «kvalmende» i læreboken).
- Farge og utseende: Normal urinfarge er klar og gul. Konsentrert urin er mørkere, og den er nesten fargeløs når vanninnholdet er høyt. Bakterier i urinen gjør den blakket og ugjennomsiktig.

Gjør rede for min. en observasjon

Gjerland, A. (2021). Eliminering. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), *Grunnleggende sykepleie Bind 2*. (4. utg., s. 319-320). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr [Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ](#)

Oppgave 7: Eliminasjon (5 %)

Nevn ulike typer urininkontinens

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

**Krav til innhold i en A-besvarelse
(i stikkordsform)**

Minstekrav for bestått besvarelse

Henvisning til aktuell pensumlitteratur

Nevner:

- Stressinkontinens (anstrengelsesinkontinens)
- Urgeinkontinens (hastverksinkontinens)
- Blandingsinkontinens
- Overflowinkontinens (overløpsinkontinens)
- Enurese (ufrivillig nattlig urinavgang)

Nevner min. to typer urininkontinens

Gjerland, A. (2021). Eliminasjon. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), *Grunnleggende sykepleie Bind 2*. (4. utg., s. 328-331). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr [Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ](#)

Oppgave 8: Eliminasjon (10 %)

Beskriv konsekvenser urininkontinens kan medføre for den som rammes

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

**Krav til innhold i en A-besvarelse
(i stikkordsform)**

Minstekrav for bestått besvarelse

Henvisning til aktuell pensumlitteratur

Beskriver:

- Psykisk belastende (bekymring over manglende kontroll, pinlige situasjoner og urinlukt)
- Sosial isolering (konsekvens av overnevnte forhold)
- Hudproblemer (irritert og sår hud)
- Inaktivitet hvis lekkasjen kommer av fysisk anstrengelse
- Fall (eldre som må opp om natten)
- Økonomisk belastende (bruk av provisoriske hjelpemidler - vask og slitasje på tøy)

Beskriver min. to konsekvenser

Gjerland, A. (2021). Eliminasjon. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), *Grunnleggende sykepleie Bind 2*. (4. utg., s. 331-332). Gyldendal akademisk.

Oppgave 9: Generell patologi (10 %)

Beskriv hvordan et aterosklerotisk plakk oppstår og utvikler seg til en forsnevring (stenose) i en arterie

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvisning til aktuell pensumlitteratur
<p>Aterosklerose oppstår i veggen på arterier, mellom endotelcellene og bindevevslaget på utsiden av disse. Det kan begynne med at endotelcellene skades, blant annet av giftstoffer i tobakksrøk og mekanisk slitasje eller andre faktorer. Dette gjør at fettstoffer kommer inn i arterieveggen gjennom endotelet. Dette fører så til en betennelseslignende prosess der makrofager fagocytterer fettstoffer og hoper seg opp på stedet sammen med fibroblaster og bindevevsfibre. Et slikt område kalles et plakk. Det bygger gradvis seg opp en fortykkelse av plakket, som i løpet av mange år kan føre til en forsnevring av arterien (stenose).</p>	<p>Et aterosklerotisk plakk består av fettstoffer som hoper seg opp inne i arterieveggen.</p>	<p>Wyller, V.B.B. (2019): Syk. Cappelen Damm Akademisk. Side 227 – 229 og tabell side 231.</p>

Oppgave 10: Sykepleie som fag og tjeneste (10 %)

Beskriv de pasientrettede sykepleiefunksjonene (sykepleierens funksjons- og ansvarsområder)

Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt

Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvisning til aktuell pensumlitteratur
<p>Beskriver:</p> <ul style="list-style-type: none">• Helsefremmende funksjon: Handler om å ivareta og styrke faktorer og forhold som fremmer helse og velvære.• Forebyggende funksjon: Handler om å redusere eller fjerne sykdomsfremkallende og skadelige faktorer. Forebygging kan rettes både mot friske (primærforebygging), mot personer spesielt utsatt for helsesvikt (sekundærforebygging) og mot personer utsatt for komplikasjoner (tertiærforebygging).• Behandlende funksjon: Retter seg mot å fjerne eller redusere pasientens problemer og plager.• Lindrende funksjon: Redusere eller begrense omfanget av belastninger når pasientens problem ikke kan fjernes.• Rehabiliterende funksjon: Retter seg mot pasienter som har behov for ny kunnskap og/eller oppøving av nye	<p>Beskriver min. to sykepleiefunksjoner</p>	<p>Kristoffersen, N. J., Skaug, E.-A., Steindal, S. A. & Grimsbø, G. H. (2021). Introduksjon til sykepleie som fag og tjeneste. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 1</i>. (4. utg., s. 19-21). Gyldendal akademisk.</p>

ferdigheter for å gjenvinne helse og mestre livssituasjonen		
--	--	--