

Eksamen HOVSPL10120 ny/utsatt 1 – 02.03.23

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 1: Sirkulasjon (10 %)		
Beskriv mulige feilkilder ved blodtrykksmåling		
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"> • Feil på blodtrykksapparatet • Feil størrelse på blodtrykksmansjetten (for liten mansjett gir for høye verdier, for stor mansjett gir for lave verdier) • Feil plassering av mansjetten • For løs eller for stram mansjett • Feil plassering av stetoskop • Måling på arm med lammelse eller redusert lymfedrenasje 	Beskriver min. to feilkilder	Johansen, E. (2021). Sirkulasjon. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimstbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 198). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 2: Sirkulasjon (5 %)		
Nevn hvilke områder på kroppen som er utsatt for trykksår i ryngleie		
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: <ul style="list-style-type: none"> • Bakhodet • Skulderbladene • Ryggraden (torakalkyfosen) 	Nevner min. tre områder	Johansen, E. (2021). Sirkulasjon. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimstbø (Red.), <i>Grunnleggende</i>

<ul style="list-style-type: none"> • Albuene • Korsbeinet • Hoftekammene • Sittebeinsknutene • Hælområdene 		<i>sykepleie Bind 2. (4. utg., s. 207).</i> Gyldendal akademisk.
---	--	---

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 3: Sirkulasjon (15 %) Gjør rede for sykepleietiltak for å forebygge trykksår hos risikopasienter		
Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt		
Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvising til aktuell pensumlitteratur
Gjør rede for: <ul style="list-style-type: none"> • Undersøke huden regelmessig, særlig på trykkutsatte områder. Viktig fordi begynnende trykksår/kategori 1 trykksår (hel rød hud som ikke blekner ved trykk) kan reverseres ved å fjerne trykk. • Sørge for nødvendig trykkfordelende utstyr, som underlag i seng og stol. Dette vil fordele trykket utover et større område av kroppen eller veksle mellom hvilke områder som får trykk. • Sørge for regelmessig stillingsforandring for å redusere tiden med trykk på utsatte områder, fordi huden ikke tåler høyt trykk over tid. Bruke hjelpemidler som f.eks. puter for å avlaste utsatte områder. • Sørge for aktivitet, hvis mulig, fordi det innebærer stillingsendring og det øker blodsirkulasjonen. • Forebygge skyvekrefter ved forflytning fordi skyvekrefter øker faren for trykksår. Bruk av skililaken reduserer skyvekrefter ved leieendring. Å la pasienten delta aktivt ved forflytning (hvis mulig), vil også redusere faren for skyvekrefter. 	Gjør rede for min. to sykepleietiltak	Johansen, E. (2021). Sirkulasjon. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2. (4. utg., s. 219-222).</i> Gyldendal akademisk.

<ul style="list-style-type: none"> • Kartlegge og vurdere ernæringsstatus fordi underernæring og fremtredende beinutspring hos magre pasienter øker faren for trykksår. • Involvere pasient og pårørende fordi det er viktig at de bidrar i å følge opp anbefalte tiltak. 		
---	--	--

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 4: Eliminering (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	Henviing til aktuell pensumlitteratur
Nevner: <ul style="list-style-type: none"> • Stressinkontinens (anstrengelsesinkontinens) • Urgeinkontinens (hastverksinkontinens) • Blandingsinkontinens • Overflowinkontinens (overløpsinkontinens) • Enurese (ufrivillig nattlig urinavgang) 	Nevner min. to typer urininkontinens	Gjerland, A. (2021). Eliminering. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 328-330). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 5: Eliminering (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	Henviing til aktuell pensumlitteratur
Beskriver:	Beskriver min. to konsekvenser	Gjerland, A. (2021). Eliminering. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug

<ul style="list-style-type: none"> • 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) • Kan også være et problem for pårørende, som kan oppleve det som vanskelig å håndtere. Felles forståelse hos den berørte og pårørende er viktig. 		& G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 331-332). Gyldendal akademisk.
--	--	---

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ve@d HiØ		
Oppgave 6: Eliminasjon (10 %)		
Beskriv aktuelle observasjoner av defekasjon og avføring		
Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt		
Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvising til aktuell pensumlitteratur
Beskriver: Defekasjon: <ul style="list-style-type: none"> • Hyppighet: Individuelle variasjoner • Besvær: Smarter. Tømmingsbesvær (obstipasjon, diare, soiling). Flatulens. Meteorisme. Dårlig matlyst. Avføring: <ul style="list-style-type: none"> • Mengde: 100-150 gram per dag er vanlig, men påvirkes av mengde og type mat, samt væskeinntak. • Lukt: Karakteristisk stram lukt er vanlig. Lukt kan påvirkes av infeksjoner eller blod, samt visse matvarer. • Farge og utseende: Normalt gulbrun farge og halvfast (myk) konsistens, formet etter rektum. Konsistens kan variere fra vanntynn, løs, myk til hard. Fargen påvirkes av næringsstoffer, sykdomstilstander og legemidler. 	Beskriver min. to observasjoner	Gjerland, A. (2021). Eliminasjon. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 352-355). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 7: Eliminasjon (15 %)		
Gjør rede for sykepleietiltak for å opprettholde normal tarmtømming og unngå obstipasjon		
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"> • Kosthold: Fiberrik kost (25-35 gram per dag for voksne). Øker volum av innhold i tykktarm og stimulerer tarmens motilitet, passasjetiden reduseres og avføringens konsistens endres. • Væskeinntak: Minst 2 liter per dag. Øker væskemengden i tarmen og dermed volum. Særlig viktig ved høyt fiberinntak. • Fysisk aktivitet: Regelmessig mosjon gir en mekanisk stimulering av mage-tarm-kanalen via kroppens bevegelser, slik at transport av tarminnhold fra tykktarm til endetarm øker. Motiliteten fremmes fordi at fysisk aktivitet har positiv effekt på blodstrømmen i tarmen. • Regelmessige avføringsvaner: Virker regulerende. Refleks ofte sterkest om morgenen. • Optimalisere forholdene for defekasjon: Avslappet stilling på toalettsetet. Knærne høyere enn hoftene (f.eks. på fotskammel), rett rygg og fremoverlent stilling vil rette ut den anorektale vinkelen og redusere behovet for å presse for å få tømt tarmen. 	Gjør rede for min. to sykepleietiltak	Gjerland, A. (2021). Eliminasjon. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 366-370). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 8: Aktivitet (5 %)		
Nevn hvilke problemer som kan oppstå med muskel- og skjelettsystemet og mentale funksjoner som følge av inaktivitet/immobilitet		
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: Muskler og skjelett: <ul style="list-style-type: none"> • Muskelatrofi • Leddkontrakturer • Osteoporose (beinskjørhet) Mentale funksjoner: <ul style="list-style-type: none"> • Endret selvfølelse • Kjedsomhet • Uro • Sensorisk deprivasjon 	Nevner min. tre problemer	Skaug, E-A. (2021). Aktivitet. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 400). Gyldendal akademisk.

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 9: Aktivitet (15 %)		
Gjør rede for tiltak for å forebygge og behandle muskelatrofi		
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: <ul style="list-style-type: none"> • Styrketrening: Viktig både i forebyggende og behandlende hensikt. Styrketrening krever aktive øvelser, dvs. øvelser som krever muskelkontraksjoner og trening med motstand, f.eks. vekter. Motstanden skal være liten i begynnelsen og øke etter hvert. Isometriske øvelser kan benyttes av pasienter som må holde sengen (f.eks. presse et bein mot en motstand som ikke beveger seg). Passive øvelser har ikke effekt på muskelstyrke. • Trening i hverdagslige situasjoner: Reise seg fra stol, gå i trapper, gå selv i stedet for rullestol, hvis mulig. Dette bidrar til å vedlikeholde muskelstyrke. • Tilrettelegge for egenaktivitet. 	Gjør rede for min. ett tiltak	Skaug, E-A. (2021). Aktivitet. I N. J. Kristoffersen, S. A. Steindal, E.-A. Skaug & G. H. Grimsbø (Red.), <i>Grunnleggende sykepleie Bind 2</i> . (4. utg., s. 406-411). Gyldendal akademisk. 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. 260). Gyldendal akademisk.

<ul style="list-style-type: none"> Proteinrik kost eller proteintilskudd: Vil redusere atrofieringen som skyldes manglende muskelbruk. Animalsk protein gir bedre effekt i denne sammenhengen enn vegetabilsk, men kan ikke fullt ut oppveie den negative effekten av inaktivitet. 		
---	--	--

Sensorveiledning utarbeides jfr Institusjonelle retningslinjer for sensorveiledning ved HiØ		
Oppgave 10: Etikk (10 %)		
Beskriv hva som kjennetegner et etisk dilemma i sykepleie, og gi ett eksempel på et etisk dilemma		
Formelle krav til oppgaven: Ingen hjelpemidler tillatt		
Krav til innhold i en A-besvarelse (i stikkordsform)	Minstekrav for bestått besvarelse	Henvising til aktuell pensumlitteratur
Når normer eller verdier står i motsetning til hverandre, og det er tvil, usikkerhet eller uenighet om hva som er rett og galt er det et etisk problem eller en etisk utfordring. Hvis det ikke finnes noen fullgod løsning , og viktige verdier blir skadelidende uansett hvilken løsning vi velger er det et etisk dilemma. Fire sentrale helseetiske prinsipper/verdier kan stå på spill og stå mot hverandre. Respekt for pasientens autonomi, velgjørhetsprinsippet, ikke skade-prinsippet, rettferdighetsprinsippet. Beskriver et relevant eksempel.	Etisk dilemma er verdier som står på spill og ikke har en fullgod løsning	Magelssen M. & Pedersen R. (2020). Hva er «etikk» i helsetjenesten? I M. Magelssen, R. Førde, L. Lillemoen & R. Pedersen (Red.), <i>Etikk i helsetjenesten</i> (1. utg., s. 17 og 19). Gyldendal Akademisk.