**TE PRELI**

# **OSA I**

**TEHTÄVÄ 1**

**LISÄÄNTYMISTERVEYS**

a) Avaa aineistoista tiedosto nimeltään 'ehkäisyvalmisteet'. Nimeä tämän tiedoston jokaiseen kuvaan, mikä ehkäisyvalmiste on kyseessä. Kirjoita lisäksi kunkin kuvan yhteyteen, miten valmiste ehkäisee raskauden oikein käytettynä. Liitä vastauskenttään kuvankaappauskuvat huomioiden vastausten luettavuus. (9p)

b) Avaa aineistoista tiedosto nimeltään 'sukuelimet'. Merkitse tähän anatomiseen kuvaan a) -kohdan vastaavin numeroin (1-9) kaikki ne ehkäisyvalmisteet, jotka sijaitsevat oikein käytettyinä sukuelimissä. Merkitse valmisteen sijainti numerolla kuvaan mahdollisimman tarkasti. Liitä vastauksesi kuvankaappauksena. (2p)

(2 p)

c) Määrittele, mitä tarkoitetaan jälkiehkäisyllä. Esittele perustellen, miten tulee toimia, kun jälkiehkäisyä tarvitaan. (9p)

# **TEHTÄVÄ 2**

# **TERVEYSVIESTINTÄ**

# Terveysviestinnän tavoitteena on välittää ihmisille tietoa eri kanavia hyödyntäen.

# a) Laadi taulukko, jossa esittelet terveysviestintää ohjaavia eri tasoja ja esimerkkejä niistä. (10p)

# (10 p)

# b) Avaa aineistosta tiedosto nimeltään ’terveysmainonta’, ja tutustu kahden eri kuntosalin mainokseen uusien jäsenten rekrytoimiseksi. Analysoi ja vertaile mainoksia, millä mainonnan keinoin tuotetta yritetään myydä ja miten luotettavia myyntikriteerit ovat. (10p)

# (10 p)

#

# **TEHTÄVÄ 3TARTUNTATAUDIT**

Punkki on pieni, hämähäkkieläimiin kuuluva niveljalkainen, mutta varsin harmillinen ihmisen terveyttä ajatellen.

a) Mikä on yleisnimi taudeille, joita leviää ja tarttuu ihmisiin eläimien välityksellä? (2p)

(2 p)

b) Avaa aineistoista tiedosto nimeltään 'punkki2'. Merkitse ja kerro perustellen aineiston kuvaan oikea tapa poistaa punkki ihosta. Liitä vastauksesi kuvankaappauksena. (3p)

(3 p)

c) Vertaile itse laatimassasi taulukossa punkin levittämiä tauteja tartuntatapoineen, oireineen, hoitoineen ja ennaltaehkäisykeinoineen. Liitä taulukko kuvankaappauksena vastauskenttään huomioiden taulukon luettavuus. (15 p)

(15 p)

# **OSA II**

# **TEHTÄVÄ 4STRESSI**

Stressi ja ihmisen terveys. (20p)

# **TEHTÄVÄ 5**

**EETTISYYS LIITTYEN RAVINTOON JA RAVITSEMUKSEEN**

Yksi globaali haaste liittyy ravinnon ja ravitsemuksen eettisyyteen. Pohdi ja arvioi ravintoon liittyviä keskeisiä eettisiä kysymyksiä.

(20 p)

# **TEHTÄVÄ 6**

**ENSIAPU JA TURVALLISUUS**

**Miten toimit seuraavissa tilanteissa?**

a) Olet 2-vuotiaan pikkuveljesi kanssa mummolassa vierailulla. Sinut on jätetty huolehtimaan veljestäsi, kun muut ovat kaupassa. Luet kirjaa ja veljesi leikkii leluillaan. Havahdut siihen, että on liian hiljaista. Menet etsimään veljeäsi ja löydät hänet papan sängyn vierestä nukkumasta. Yöpöydän laatikko on auki ja veljelläsi on kädessään avonainen lääkepurkki, josta on muutama pilleri pudonnut maahan. Miten autetaan lasta, joka on ottanut aikuiselle tarkoitettua lääkettä? (5p)

b) Olet kaverisi luona kerrostaloasunnossa, 3. kerroksessa, viettämässä iltaa, kun kuulette paukahduksen. Menette asunnon ovelle ja huomaatte rappukäytävän olevan harmaana savusta. Miten toimitte? (5p)

c) Olet pyöräilemässä maaseudulla. Ajat ajotietä, koska pyörätietä ei ole. Kun tulet mutkaan, huomaat auton syöksyneen tieltä ja törmänneen metsän reunassa olevaan isoon kiveen. Auton nokka on painunut pahasti kasaan, etuikkuna on rikkoutunut, mutta muuten sisätila näyttää säilyneen ehjänä. Autossa kuljettajan pää nojaa rattiin eikä hän vastaa puhutteluun. Kuljettajan kasvot ja huulet sinertävät. Kuljettajan vieressä oleva on tajuissaan, mutta hänellä on kädessään iso haava, josta suihkuaa verta. Takaistuimella on lapsi, joka yrittää saada kuljettajan hereillä ja käyttäytyy hyvin hätääntyneesti ja hysteerisesti. Hän valittaa myös päätään, jossa näkyykin otsassa selvä kuhmu. Auton tavaratilasta löydät ensiapulaukun ja varoituskolmion. Itselläsi on kännykkä mukana. Miten toimit? (10p)

#

**OSA III**

# **TEHTÄVÄ 7**

# **TYÖKYKYISYYS**

# Monet eläkeuudistuksessa sovitut uudet eläkeikärajat alkavat käytännössä vaikuttaa vuonna 2018. Vuonna 1955 syntyneiden alin eläkeikä nousee 63 vuoteen 3 kuukauteen. Vuoden 2017 voimaan astuneen eläkeuudistuksen mukaan alin eläkeikä alkaa vuodesta 2018 lähtien nousta ikäryhmittäin kolmella kuukaudella vuodessa, kunnes se on 65 vuotta. Ensimmäisenä nousee vuonna 1955 syntyneiden eläkeikä. Vuosina 1962–64 syntyneiden alin eläkeikä on 65 vuotta, ja tätä nuorempien eläkeikä sidotaan eliniän odotteeseen. ((http://www.etk.fi/uutinen/elakeika-alkaa-nousta-vuonna-2018/ viitattu 8.1.2018).

# Avaa aineistoista tiedosto ’elake’. Taulukko kuvaa eläkeiän nousua. (Lähde: https://www.karjalainen.fi/uutiset/uutis-alueet/kotimaa/item/102711-elakeuudistus-astuu-voimaan-ensi-vuonna-nain-elakeika-nousee viitattu 12.1.2018).

a) Laadi tavoitteellisista eläkei’istä kuvaaja syntymävuosilta 1950 (tästä alin vanhuuseläkeikä) , 1960, 1970, 1980, 1990, 2000 ja 2010 (5p) ja analysoi syitä kuvaajassa havaituille muutoksille (10p). Ohje kuvaajan laatimiseen: yksi kuukausi on 0,08333 vuotta tai vaihtoehtoisesti muuta iät kuukausiksi esim. 3v3kk on 39kk. (15 p)

#

# b) Arvioi ikääntymiseen liittyviä työkykyä heikentäviä tekijöitä ja pohdi keinoja, kuinka ikääntyvien työkykyä voidaan ylläpitää. (15p)

# **TEHTÄVÄ 8**

**SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ JA TUTKIMUS**

Eräässä nuorille (13-19 -vuotiaille) toimintaa järjestävän yhdistyksen tapahtumissa on ilmennyt seksuaalista häirintää. Yhdistys haluaa selvittää tilannetta laatimalla kyselyn aiheesta.

a) Selitä, mitä seksuaalisella häirinnällä tarkoitetaan. (5p)

b) Millaisia aineistonkeruumenetelmiä tulisi mielestäsi suosia, miksi? (15p)

c) Mitä tekijöitä sinun tulisi huomioida aineistoa kerätessä ja tuloksia tulkittaessa? (10p)

# **TEHTÄVÄ 9**

## **KONFLIKTIT**

Maailmassa on tällä hetkellä 65,6 miljoonaa pakolaista, jotka ovat joutuneet sotien, väkivallan tai vainojen takia lähtemään pakon edessä kodistaan. Suurin osa heistä, 40,3 miljoonaa ihmistä, on pakolaisena omassa maassaan. Loput ovat pakolaisina oman maansa rajojen ulkopuolella. Kansainvälisiä, lähinnä pakolaisleireillä asuvia pakolaisia on 22,5 miljoonaa, mikä on enemmän kuin koskaan aikaisemmin. Turvapaikkahakemuksensa käsittelyä odotti 2,8 miljoonaa ihmistä. Miehiä ja naisia on pakolaisina lähes saman verran ja alle 18-vuotiaita lapsia on yli puolet maailman pakolaisista. (Lähde: www.pakolaisapu.fi, viitattu 8.1.2018)

Pohdi, miten sodat ja konfliktit vaikuttavat ihmisen terveyteen. (30p)