



Enintään 6 tehtävään saa vastata. Tehtävät arvostellaan pistein 0–6, paitsi muita vaativimmat, +:lla merkityt jokeritehtävät, jotka arvostellaan pistein 0–9. Moniosaisissa, esimerkiksi a-, b- ja c-kohdan sisältävissä tehtävissä voidaan erikseen ilmoittaa eri alakohtien enimmäispistemäärät.

- 15-vuotias nuori on ryhtynyt vegaaniksi, eli hän on jättänyt ruokavaliostaan pois kaikki eläinkunnasta peräisin olevat tuotteet. Mitä hänen tulisi ottaa huomioon ruokavaliossaan, jotta ravitsemussuositusten mukainen ravintoaineiden saanti tulisi turvattua?
- Miten liikunnan ja mielialan yhteyksiä voidaan selittää?
- Mitä vaikutuskeinoja oheisissa terveysaiheisissa mainoksissa on käytetty ihmisten ostopäätösten suuntaamiseksi?



Parempi ulottuvuus. Parempi teho*

Pepsodent Ultra-Reach on uuden sukupolven hammasharja

- Suomen johtava suuhygieniatuotemerkki Pepsodent ja italialaisten kilpa-autojen, kuten Ferrarin, muotoilijana tunnettu designtoimisto Pininfarina esittelevät hampaidenhoidon seuraavan kehitysaskeleen – metallirunkoisen Pepsodent Ultra-Reach -harjan, jonka funktionaalisen muotoilun innoittajana ovat olleet hammaslääkärien työvälineet.
- Metallirunkoisen Pepsodent Ultra-Reach -harjan ultraohut kaulaosa mahdollistaa pääsyn takimmaisinkin hampaisiin, ja monitasoharjakset mahdollistavat entistä tehokkaamman hampaidenpuhdistuksen entistä pienemmällä vaivalla.
- Pepsodent Ultra-Reach -hammasharjassa yhdistyvät erinomainen puhdistusteho ja toimiva muotoilu – tyylistä tinkimättä.
- Harjasta on tarjolla kolme harjaskovuutta: soft (pehmeä) ja medium (keskikova) ja uutuutena extra soft (erittäin pehmeä).

*Kliininen testi, 85 osanottajaa, verrattuna markkinoilla olevaan syväpuhdistavaan harjaan.



VÄHENTÄÄ NENÄN
TUKKOISUUTTA JOPA
TUNTIAN AJAN.
PAHOITTELEMME.



4. Alla olevassa taulukossa kuvataan suomalaisten peruskoulujen kahdeksaluokkalaisten, lukkioiden toisen vuoden ja ammatillisten oppilaitosten toisen vuoden opiskelijoiden vastauksia kysymykseen ”Kuinka usein harjaat hampaasi?” Tutkimustulokset perustuvat valtakunnalliseen Kouluterveyskyselyyn aineistoon, joka kerättiin keväällä 2010.
- a) Mitkä ovat taulukon päätulokset? (2 p.)
- b) Miten selität ja tulkitset näitä päätuloksia? (4 p.)

Kuinka usein harjaat hampaasi?	Peruskoulu		Lukio		Ammatillinen oppilaitos	
	8. luokka		2. vuosi		2. vuosi	
	Poika %	Tyttö %	Poika %	Tyttö %	Poika %	Tyttö %
En koskaan	3	1	1	0	2	0
Harvemmin kuin kerran viikossa	2	1	2	0	4	1
Vähintään kerran viikossa, mutta en päivittäin	9	3	5	2	12	4
Kerran päivässä	47	33	42	26	54	39
Useammin kuin kerran päivässä	39	62	50	72	28	56
Yhteensä (%)	100	100	100	100	100	100
Yhteensä (N)	13 735	13 801	5 603	7 365	5 236	3 636

Lähde: Kouluterveyskysely 2010

5. Pohdi ja arvioi matkapuhelimen ja siihen liittyvän mobiiliteknologian mahdollisuuksia edistää lukioikäisten terveyttä ja turvallisuutta.
6. Tupakan keskeisiä haitta-aineita ovat häkä, terva ja nikotiini. Kuvaile, miten nämä kolme ainetta vaikuttavat elimistössä.
7. Tarkastele ulkoilman erikokoisten hiukkasten haittavaikutuksia ihmisen terveydelle.
8. Pohdi priorisointia terveydenhuollossa eettisestä näkökulmasta.
- +9. Suomessa on vuosien 1982–2010 aikana todettu noin 2 800 HIV-tartuntaa. Vuonna 2010 HIV-tartuntoja todettiin Suomessa 187 henkilöllä (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja Hyvinvoinnin tutkimuskeskus 2011).
- a) Esittele HIV-infektion tartuntatavat ja kuvaile HIV-infektion ja aids-vaiheen taudinkuvaa. (5 p.)
- b) Esittele ja arvioi primaariprevention keinoja HIV-tartuntojen vähentämiseksi Suomessa. (4 p.)
- +10. Naimisissa tai muuten parisuhteessa elävien terveys on tutkimusten mukaan Suomessa parempi kuin naimattomien, eronneiden tai leskien. Pohdi, mitkä tekijät voivat selittää näitä terveyseroja.