



Utgångspunkten för uppgifterna samt för bedömningen av uppgifterna är målen för och innehållet i undervisningen i hälsokunskap enligt den nya läroplanen för gymnasiet (Grunderna för läroplanen för gymnasiet 2003, s. 210-213), samt särdragen för hälsokunskapen som läroämne.

Hälsokunskapen är ett läroämne som spänner över flera vetenskapsgrenar. En del av uppgifterna i hälsokunskap i ämnesrealen kräver kunskap om faktorer som påverkar hälsa och sjukdom samt kännedom om verkningsmekanismerna bakom dessa faktorer. Men hälsokunskapen går också in på problematiken kring mänskligt beteende i fråga om t.ex. hälsovanor och hälsoval, sättet att möta och klara av problem med hälsan. Centralt i ämnet hälsokunskap är också kännedomen om samhällseliga åtgärder till förmån för hälsa och hälsofrämjande och förebyggande av sjukdomar samt en utvärdering av effekten av dessa åtgärder. Förmåga till resonemang om värderingar och etisk prövning av hälsofrågor samt färdighet till analytisk och kritisk tolkning av sättet att behandla hälsa i reklam och medier hör också till det man ska kunna inom hälsokunskapen. Många uppgifter är av ett slag där svaren kräver kunskap baserad på forskning och färdighet att läsa och tolka forskningsresultat.

I provet hälsokunskap är det behärskning och förståelse av begrepp och faktakunskap som bedöms. Förståelsen visar sig t.ex. i varseblivning av sak- och betydelsesammanhang och i insiktsfulla och tydliga exempel. Typiskt för hälsokunskapen är också sådana uppgifter som går ut på problemlösning, uppgifter där det gäller att kunna tillämpa olika medel och strategier att förebygga sjukdom och främja hälsa samt att utvärdera möjligheterna att genomföra åtgärderna, effektiviteten hos dem och kostnads/nyttoeffekterna av dem.

Nivåerna i poängsättningen av svaren bestäms av mångsidigheten i behandlingen av frågorna och av resonemangen om processer, funktioner, begrepp eller miljö. Ett svagt eller på sin höjd tillfredsställande svar består i huvudsak av en uppräkningslösryckta fakta eller är beskrivande till sin natur. Svaret är knapphändigt och innehåller många sakfel. Ett bra svar bildar en helhet, men frågan får där en mer ingående behandling i bara ett avseende eller är bristfälligt med hänsyn till helheten. De saker som tas upp beskrivs logiskt, de är underbyggda och behandlas delvis också kritiskt.

Av ett berömligt svar förväntas vetenskaplig kunskap, som skiljer sig från vardagskunskap däri att den är systematisk, väl underbyggd, analytisk, jämförande, den innehåller resonemang och kritiskt tänkande och prövar sanningshalten. Till egenskaperna för ett berömligt svar hör att de frågor som behandlas sätts in i ett större sammanhang. Det visar förmåga att kunna kombinera och har

ett grepp som söker inbördes saksammanhang, och det har en enhetlig och konsekvent struktur. Begreppen inom området i fråga används i ett berömligt svar på ett exakt sätt, de tillämpas, och ur de frågor som behandlas härleds nya lösningar, tillämpningar, slutsatser, exempel eller generaliseringar. Speciellt förtjänstfullt är ett svar som beaktar undantag och specialfall. För att bli bedömt med högsta poängtal behöver ett svar inte vara helt felfritt, utan det väsentliga är att examinanden behärskar innehållet och ger uttryck för ett moget självständigt tänkande.

Uppgift 1.

Det är fråga om en uppgift där det gäller att definiera begrepp i anslutning till förebyggande av sjukdomar, främjande av hälsa, hälsa och sjukdom, en uppgift där det även gäller att kunna anföra praktiska exempel som nyckel till förståelse av begreppet. Bedömningen av svaret tar fasta på klarheten i definitionen av begreppen samt träffsäkerheten och mångsidigheten i de exempel som beskrivs.

a) prevention

Prevention eller förebyggande hälso- och sjukvård är ett centralt begrepp inom hälsokunskapen. I beskrivningen av folksjukdomar och epidemier har de förebyggande åtgärderna en central roll. Uppgiften är inte särskilt krävande, men den ställer hos den studerande krav på förmåga till analys av begreppet och insikt i att det finns olika former för prevention beroende på om det är friska individer, individer som löper risk att insjukna eller redan sjuka individer som är föremål för åtgärder.

Primärprevention syftar till att förhindra uppkomst av sjukdom och skador, och den är inriktad på friska individer. Exempel på primärprevention är bl.a. vaccinationer och hälsorådgivning. Hälsorådgivning kan anföras som exempel även när andra former för prevention beskrivs.

Sekundärprevention syftar till att tidigt upptäcka tecken på sjukdom och på olika sätt försöka förhindra att en sjukdom bryter ut hos individer som är utsatta för en hög risk att insjukna. Ett bra exempel på det senare är att sänka förhöjt kolesterol och förhöjt blodtryck för att förebygga hjärt- och kärlsjukdomar. Screening är ett exempel på observation av tidiga symtom på en sjukdom.

Tertiärprevention är inriktad på redan insjuknade patienter i syfte att förhindra att sjukdomen förvärras (t.ex. diabetes, mentalpatienter, astma, sjukdomar i rörelse- och stödorganen) och att nya symtom utvecklas. Rehabilitering och vård av långtidssjuka är typiska fall av tertiärprevention.

1 p.

Svaret ger en exakt motsvarighet till begreppet prevention på svenska - förebyggande hälso- och sjukvård. Av de olika slagen av

preventiva åtgärderna ska åtminstone en av följande presenteras: primärprevention, sekundärprevention eller tertiärprevention. Åtminstone ett rätt beskrivet exempel måste anföras på respektive typ av prevention.

2 p.

Poängtalet stiger, om alla former av prevention analyseras och beskrivs korrekt med hjälp av några klara exempel.

b) ergonomi

Institutet för arbetshygien ger begreppet *ergonomi* en rätt bred definition: "Ergonomin undersöker samspelet mellan människa, arbete och teknik och producerar kunskap och metoder med vars hjälp system, uppgifter och miljö anpassas efter människans egenskaper, förmågor och behov. Syftet för ergonomin är människors trygghet, hälsa och välbefinnande samt ett effektivt och smidigt arbete" (övers. utskottets). Mer kortfattat kan ergonomi beskrivas som ett förebyggande och eliminerande av problem mellan arbetet och den som utför arbetet.

1 p.

Svaret lyckas beskriva kärnan i ergonomibegreppet och ger exempel på åtminstone 3-4 av följande tillämpningar: organisationen av arbetslokalen som helhet, arbetsuppgifter och innehåll i arbetet, egenskaperna hos platsen där arbetet utförs, arbetsredskap, lyftande och bärande, belysning, temperaturförhållanden, ljudförhållanden, handledning och anvisningar för arbetet.

2 p.

Mångsidiga exempel och en noggrann beskrivning höjer värdet på svaret.

c) funktionella livsmedel

Funktionella livsmedel eller mervärdesmat hör till begreppen inom näringsläran. Begreppet är aktuellt och delvis även kontroversiellt - en samstämmig definition och entydiga kriterier på funktionella livsmedel saknas till exempel för lagstiftningens behov. Insikt i det problematiska med begreppet höjer värdet på svaret.

1 p.

Av svaret framgår kärnpunkterna i följande definition och några exempel på funktionella livsmedel anföras: Ett livsmedel är funktionellt, om det vetenskapligt kunnat påvisas att detta utöver sina vanliga näringsegenskaper ger positiva effekter på hälsan och/eller minskar risken för sjukdom. Funktionella livsmedel är inte piller eller kapslar, utan de är en del av den vanliga kosten.

2 p.

Poängtalet för svaret stiger, om det gör närmare reda för egenskaperna hos funktionella livsmedel: det kan vara ett obearbetat livsmedel (t.ex. rågbröd, havreflingor), ett livsmedel med en tillsats av någon komponent eller något livsmedel (t.ex. Benecol och Becel pro-activ), eller det kan vara ett livsmedel där någon skadlig komponent har eliminerats eller ersatts med en nyttig komponent, såsom när socker ersätts med xylitol som främjar tandhälsan.

Uppgift 2.

Förhindrande av graviditet i efterhand är en metod som används efter oskyddat samlag. Svaret ska definiera begreppet förhindrande av graviditet i efterhand och det sätt metoden verkar på. Ett svar som behandlar bara s.k. abortpiller som används för att avbryta en pågående graviditet blir utan poäng.

3 p.

Av svaret framgår den biologiska grunden för förhindrande av graviditet i efterhand och kännedom om de fysiska efterverkningarna. I svaret beskrivs sätt och kriterier för att använda p-piller i efterhand (receptfrihet, åldersgräns, tidsgränser) samt begränsningar i användningen. Dessutom anförs i korthet även någon psykosocial eller samhällelig aspekt på frågan.

5 p.

Utöver det föregående diskuterar svaret ur flera aspekter även situationen för metoden att förhindra av graviditet i efterhand, och det behandlar ingående följderna även i ett psykosocialt perspektiv (t.ex. berusning, rädsla och bekymmer, egna värderingar och attityder, påtryckning för att negligera bruk av kondom, bristande kunskap om preventivmedel). Den samhälleliga aspekten kommer fram t.ex. i form av en diskussion av bruket av kondom, sexualmoral, aborter, priset på produkten, könsroller i anslutning till och ansvar för preventivmedel samt av utbredningen av könssjukdomar.

Extra förtjänstfullt: Som metod för förhindrande av graviditet i efterhand fungerar även en spiral som placeras in efter oskyddat samlag.

Uppgift 3.

Uppgiften har en ämnesöverskridande karaktär. Kunskaper i psykologi och biologi kan speciellt bidra till ett bra svar. En inspirerande text beskriver en stressituation av ett slag som studentskrivningarna kan ge upphov till. I den här situationen har gränsen för den positiva stressen överskridits, och stressen kan karakteriseras som skadlig. Eftersom det är fråga om en individuell situation, räcker det till att situationen behandlas ur en individuell synvinkel.

Texten beskriver stressreaktioner på en emotionell nivå (ångest, vanda, irritation, likgiltighet, mindervärdes känsla, otålighet), den beskriver reaktionerna som förändringar i beteendet (ändrade motionsvanor, sömnsvårigheter, tillbakadragenhet, tobaksrökning), som fysiska symtom (huvudvärk, halsbränna) och som förändringar i de intellektuella funktionerna (problem med att fatta beslut, koncentrationssvårigheter, schematiskt tänkande, glömska). Det ligger yttre faktorer bakom reaktionen (brådska, andras förväntningar, arbetsmängd) och individuella faktorer (egna behov, krav man ställer på sig själv).

Situationen kan förebyggas av å ena sidan olika sätt att styra provsituation och arbetsmängd (t.ex. systematik, tidsanvändning, stödundervisning, studieteknik, feedback) och av å andra sidan medel som är inriktade på fysiskt orkande (motion, näring, vila, avkoppling, måttligt bruk av rusmedel, fritidsintressen). Den kan också förebyggas med emotionella förnimmelser (positivt inre tal, sökande av uppmuntran, humor, realistiska förväntningar, tal om känslor, bestämdhet).

För att klara av situationen och hitta den psykiska balansen behöver man metoder till psykisk självreglering: Fysiska metoder som främjar avkoppling från skolarbetet (t.ex. motion), sociala metoder (växelverkan, samtal, sökande av stöd, information och feedback), mentala strategier och coping för hantering av egna tankar, perceptioner och fantasier t.ex. med kognitiva (konstruktiv hållning till utmaningar och motgångar, förmåga att vända uppmärksamheten bort från negativa saker) eller livsfilosofiska (positiv attityd, klar målinriktning) metoder.

Faktorer som gynnar hantering och förebyggande av stress är självkänedom och förmåga att känna igen och ge akt på egna egenskaper som antingen skyddar mot stress (utåtriktad, positiv livshållning, sund självkänsla, värderingar) eller utsätter för stress (överdriven samvetsgrannhet, svårighet att dra gränser och säga nej till arbete, svårighet att känna sina egna gränser, pessimism, höga ambitioner). En individ som kan hantera stress känner igen situationen, agerar aktivt, stannar upp och söker hjälp. Passivitet gör att man råkar in i en ond cirkel.

3 p.

Svaret beskriver och motiverar några fysiologiska och psykologiska samt beteendemässiga reaktioner på stress ur både den fysiska och den psykosociala hälsans synvinkel. Exempel hämtas direkt ur texten. Svaret ger exempel på metoder för stresshantering som lämpar sig för den aktuella situationen.

5 p.

Beskrivningen av företeelsen når upp till en mer generell nivå än de enskilda symtom som kommer fram i texten. Stressreaktionen får en närmare beskrivning som biologiskt fenomen, och svaret gör reda för skillnaden mellan positiv och negativ stress. Metoderna för stresshantering som helhet behandlas och motiveras, både som medel att åtgärda själva stressfaktorn och som medel att minska skadliga

förnimmelser och medel till självreglering. Som medel att förebygga och hantera stress anges även socialt stöd och samhällstjänster (t.ex. skolhälsovården, mentalvårdstjänster).

Uppgift 4.

Människans benägenhet att söka lustkänslor är en bakomliggande förklaring till många val som påverkar hälsan. Emotionella köpmotiv använder sig reklamen av för att sälja välbehag. Det är fråga om en uppgift som överskrider ämnesgränserna, en uppgift som kräver såväl kännedom om den biologiska grunden till lustkänslor som om de medel reklamen/medierna använder sig av.

a) Beskriv den biologiska grunden till lustkänslor.

2 p.

Ett tvåpoängssvar beskriver i huvuddrag hur lustkänslor uppkommer i hjärnan. Av svaret framgår betydelsen av sådana signalsubstanser som dopamin, serotonin och endorfin och deras andel i uppkomsten av lustkänslor. Ett tvåpoängssvar tar upp sambandet mellan bruk av droger och bildandet av dopamin, sambandet mellan serotonin och humör samt sambanden mellan fysisk ansträngning och utsöndring av endorfin. Extra poäng får ett svar som berättar om hjärnans belöningscentrum ("lustcentrum") och hur utvecklingen av beroende anknyter till lustbiologin.

b) Analysera med hjälp av exempel hur reklamen väddjar till lustkänslor.

2 p.

Det är fråga om en uppgift som gäller förmåga att läsa medier och reklam. Sättet att behandla temat är rätt fritt, men av svaret bör framgå några centrala uttrycksmedel som reklamen använder sig av för att sälja produkter som främjar hälsan eller som påverkar hälsan negativt. Ett tvåpoängssvar redogör mer analytiskt för hur välbehag uttrycks i reklam, t.ex. termer som beskriver lustkänslor samt välbehag och slogans som beskriver lustkänslor och välbehag. Bilder, färger, kroppsspråk, ansiktsuttryck, plats, situation, omgivning etc. vittnar om välbehag. En produkt framställs visuellt i en kontext som framhäver välbehag. Av svaret framgår också att reklam vill framkalla illusioner av välbehag. Ta till exempel tobaksreklam i formeltävlingar och rallytävlingar eller ölreklam i utförsåkning, reklam som väcker fantasier om fart, djärvhet, seger över sig själv, flow-upplevelser, vilka i sin tur stärker illusionerna om att produkterna har egenskaper som framkallar välbehag.

Värdet på svaret höjs och poängtalet stiger, om svaret dessutom insiktsfullt diskuterar bl.a. hur målgruppen för produkten kan påverka reklamens sätt att referera till välbehag och hur detta kommer till uttryck i reklamen.

Uppgift 5.

Uppgiften kräver att den tredje sektorn och medborgarorganisationerna definieras, att dessa hålls isär från den offentliga sektorn, att medborgarorganisationernas betydelse och roll behandlas och att deras verksamhetssätt beskrivs. Verksamheten kan behandlas ur en lokal, nationell eller global synvinkel.

Medborgarorganisationer och frivilligarbete kan behandlas ur ett flertal olika aspekter:

- den individuella betydelsen för personer som deltar i arbetet eller för målgruppen för arbetet, t.ex. en känsla av att livet har en mening, upptäckten att det finns en grupp likställda, människorelationer, ökade kunskaper, fritidsintresse, möjlighet att påverka, identitetsskapande, ökad handlingsförmåga.
- social betydelse: socialt stöd, ökat socialt kapital, ansvarsfördelning
- samhällelig betydelse:
 - en verksamhet som bildar ett komplement till samhällets tjänster; t.ex. vård, rehabilitering, handledning, rådgivning, hjälp och stöd
 - en funktion som intresseorganisation inom det egna området: inflytande över lagstiftning m.m., deltagande i den offentliga debatten, utvecklande av det egna området, ett samarbete som samlar intressegrupper, information, en "röst" av erfarenhet vid sidan av den offentliga informationen.
- globala uppgifter och globalt ansvar (t.ex. arbete till förmån för Finlands Röda kors)
- inflytande över befolkningens och målgruppernas hälsa (genom t.ex. kampanjer, patientrådgivning, information, rehabiliteringstjänster).

3 p.

Svaret gör åtskillnad mellan den offentliga sektorn och medborgarorganisationerna. Svaret tar också fasta på skillnaden i finansieringsgrund mellan den offentliga sektorn och den tredje sektorn. Verksamhetens betydelse behandlas i ett individuellt och ett socialt perspektiv och den tredje sektorns samhälleliga betydelse belyses med hjälp av något exempel. I svaret diskuteras i någon mån någon enskild medborgarorganisations insatser för att främja hälsan.

5 p.

Ett fempoängssvar beskriver mer mångsidigt än ett trepoängssvar medborgarorganisationernas betydelse i ett individuellt, ett socialt och ett samhälleligt perspektiv. Medborgarorganisationernas hälsofrämjande insatser behandlas på såväl lokal som nationell och global nivå. Svaret innehåller en utvärdering av verksamheten, och slutsatserna ska vara underbyggda.

Värdet på svaret höjs och poängtalet stiger, om svaret även tar upp problem som är förknippade med folkhälsoorganisationernas verksamhet, t.ex. deras inbördes konkurrens, överlappande verksamhet och oändamålsenlig fördelning av resurserna, oegentligheter i mindre kända föreningars medelsanskaffning (t.ex. insamlingar) och variation i kvaliteten på experter.

Uppgift 6.

Rekommendationer om motion i hälsofrämjande syfte ska finnas med i svaret; där beskrivs hur motionen ska vara beskaffad och hur man utvecklar uthållighet, muskelkondition och rörelsekontroll. Behovet av vardags- och nyttomotion samt motion på vägen till arbetet ska likaså uppmärksammas, liksom också förhållandet mellan vila och ansträngning.

De exempel på måltider som ges är näringsriktiga. Förslagen ska motiveras med rekommendationer om tillförsel av näringsämnen (tillförsel av kolhydrater, fetter, proteiner och deras andel/mängd av den totala energin samt av viktiga vitaminer och spårämnen). Svaret ska också beakta vilka krav förbrukningen ställer på behovet av näring och vätska (innehåll och rytm i måltiderna möjliggör tillförsel av energi i förhållande till belastning, att en alltför riklig eller alltför knapp tillförsel av energi är skadligt för hälsan). Svaret ska speciellt beakta mängden fett och förhållandet hårt/mjukt fett, bruket av salt, fiber, socker och alkohol. Svaret ska vidare ta fasta på vilken andra betydelser måltiderna kan ha förutom tillförsel av energi (t.ex. njutning, välbehag, vila, sociala relationer). Om svaret är inriktat på något visst specialbehov (t.ex. diabetes, övervikt), kommer svaret att bedömas utifrån rimligheten i motiveringarna och tillämpningen av motions- och näringsrekommendationer på det aktuella fallet.

3 p.

Svaret beaktar några centrala faktorer med anknytning till hälsofrämjande motion och näring, och motiveringarna visar på sambandet mellan närings- och motionsförslagen och individens välbefinnande och hälsa. I svaret nämns också något om motionens och kostens betydelse för förebyggandet av sjukdomar.

5 p.

Svaret ger en mångfald aspekter på hälsofrämjande motion och näring. De förslag som läggs fram motiveras noga med rekommendationer om kost och motion, men också med

folkhälsoaspekter (förebyggande av sjukdomar och vidmakthållande av resurser). Svaret redogör dessutom klart och tydligt för sambanden mellan olika val och välmående och hälsa.

Svaret får mervärde om det dessutom går in på frågan hur risken för skador av motion ska kunna minskas. Ett utmärkt sexpoängssvar tar även upp svårigheterna med att tolka motions- och näringsrekommendationerna, hur rekommendationerna växlar och hur svårt det är att påvisa dem på befolknings- och individnivå.

Uppgift 7.

Svaret ska avgränsas till att gälla en patient i sjukhusvård. Centrala rättigheter för en patient är

- rätten att få information (i det här fallet speciellt rätt till den information som står att få på sjukhuset) om sin egen sjukdom eller sitt eget hälsotillstånd och undersökningar av detta (vad som ingår i undersökningen eller behandlingen, risker, alternativa behandlingar)
- rätten att kontrollera uppgifter i patientjournaler och att vid behov rätta till uppgifterna
- patientens självbestämmanderätt i valet av behandlingar
- rätten att få vård (inom en viss tid)
- rättigheterna för omyndiga, såsom minderåriga eller mentalpatienter. Ett barn som vårdas måste få sin åsikt beaktad när barnet är tillräckligt utvecklat (en specialist bedömer barnets grad av utveckling), och barnets vårdnadshavare har inte rätt att förvägra barnet vård som är nödvändig med hänsyn till barnets liv eller hälsa.
- en person som är missnöjd med vården har rätt att framställa anmärkning mot vårdinrättningen eller klaga hos en myndighet.

Centrala etiska principer inom vården är bland annat tystnadsplikten och jämlikheten i vården. Patienten har rätt till god vård, och vården ska vara rättvis och respektera patientens integritet, människovärde, självbestämmanderätt och övertygelse. Att upprätthålla vårdpersonalens yrkesskicklighet och kontroll över arbetet kan också ses som en etisk princip. För att säkra en god och mänsklig vård mellan olika aktörer inom hälsovården krävs även samarbete och ömsesidig respekt.

3 p.

Av patientens rättigheter behandlas minst 2-3 mer ingående. Några exempel på etiska principer inom vården presenteras.

5 p.

Patientens rättigheter får i svaret en bred behandling, och rätten till vård diskuteras i förhållande till resurser. De etiska principerna i vården blir mångsidigt belyst. I svaret ska det komma fram situationer, exempel och resonemang om orsaken till att patientens rättigheter inte alltid uppfylls på önskat sätt.

Extra förtjänster: Svaret värderar hur rättigheter och etiska principer respekteras på sjukhusen i Finland. Det tar också upp

den lagstadgade grundvalen för de flesta av rättigheterna och principerna. Rättigheterna diskuteras med hänsyn till jämlikhet (t.ex. en äldre person eller en mentalpatient vs en välutbildad frisk vuxen). Extra förtjänstfullt är ett svar som också beaktar vårdgarantin.

Uppgift 8.

Uppgiften kräver färdighet i att lösa problem och tillämpning av kunskap. Svaret ska definiera socialt välbefinnande utifrån olika dimensioner av hälsa och ge exempel på mål och medel för en utvärdering i varje dimension, ur lärarens såväl som ur elevens synvinkel. Behandlingen kan vara allmänt hållen eller utgå från situationen och arbetssätten i den egna skolan. Utvärderingen kan behandlas t.ex. ur följande synvinklar:

- Fysiskt välbefinnande: lokaliteterna och deras säkerhet, trivsel och ändamålsenlighet samt skick, skolgård och skolans läge, ventilation, buller, belysning, temperatur, ergonomi, städning, första hjälpen-beredskap, skolmat.
- Psykiskt välbefinnande: brådska, mängd arbete/studier, atmosfären i skolgemenskapen/lärarrummet, möjligheten att få stöd, stödundervisning, feedback, handledning av arbete eller studier, konflikt mellan förväntningar och förmåga, möjlighet att fatta beslut i frågor som gäller en själv, rättvisa.
- Socialt välbefinnande: möjligheter till delaktighet, sociala kontakter, information, mobbning, växelverkan, gruppernas funktionalitet, människorelationer (lärare-elev, elevernas inbördes relationer), ledarskap, trivsel.

Utvärderingen ska behandla olika sätt att skaffa information på (frågeformulär, observation, intervju, dokument, statistik, mätningar) i förhållande till delområden och målgrupper (lärare, elever eller föräldrar) samt sampling. Mätmetoderna kan indelas i sådana som baserar sig på egna subjektiva erfarenheter eller sådana som baserar sig på objektiva mätningar.

3 p.

Svaret gör reda för delområdena av välbefinnande i arbete och belyser varje område med exempel från en skolgemenskap. Svaret ger exempel på metoder att utvärdera både lärarens och elevernas välbefinnande i arbetet.

5 p.

Ett högklassigt svar gör reda för och belyser med välvalda och mer mångsidiga exempel än föregående nivå delområdena av välbefinnande i arbetet. Välbefinnande i arbetet behandlas ur såväl lärarens som elevernas synvinkel, och svaret känner till företagshälsovården och elevvården som servicesystem. De metoder för utvärdering som anförs är kritiskt valda, lämpade för situationen och motiverade.

Extra förtjänster: I utvärderingen diskuteras även faktorer i anslutning till mätmetodernas tillförlitlighet samt hur mätresultaten styr planeringen och genomförandet av projektet.

Uppgift +9.

Uppgiften har en ämnesöverskridande karaktär. Kunskaper i samhällslära kan speciellt bidra till ett bra svar. Uppgiften kräver kännedom om strategier för främjande av hälsa. Den ökade alkoholkonsumtionen vill man påverka bl.a. genom ett nationellt alkoholprogram, som utgår från samverkan och partnerskap på frivillig basis mellan den offentliga makten, näringslivet och medborgarsamhället. Centralt i programmet är förebyggande av problem och tidigt ingripande. Med alkoholprogrammet som utgångspunkt försöker man verka på flera plan (individ, familj, arbetsgemenskap, samhälle), t.ex.

- beskattning (priset på alkohol påverkar konsumtionen och valet mellan starka och svaga drycker)
- detaljhandelsmonopol på alkoholdrycker
- lagstiftning (t.ex. alkohollag, strafflag, ordningslag, lag om tillverknings beskattning) och dess verkställighet (bl.a. reglering av tillgång, övervakning och uppföljning)
- social- och hälsovård (rådgivning, information, effektivisering och utveckling av tjänster)
- den tredje sektorn och fritidssysselsättningar
- idrotts- och ungdomsarbete
- trafiksäkerhetsarbete
- information (information om möjligheter till vård; en bred medborgardebatt; konsumentupplysning och alkoholinformation: fakta om alkoholdryckers egenskaper, effekter (bl.a. skadliga effekter på hälsa, sociala och ekonomiska effekter) och om en behärskad konsumtion, allt detta med Alko, hälsomyndigheter, organisationer, medier som aktörer)
- uppfostran och utbildning (t.ex. hälsokunskap som läroämne)
- forskning samt
- internationellt samarbete (förenhetligande av beskattningen och ansvar för hälsofrågor i samarbete med närområdena och EU)

3 p.

Svaret tar upp några medel att påverka konsumtionen av alkohol. Svaret ger nyckeln till mekanismerna bakom de presenterade medlen.

5 p.

Svaret tar upp flera ändamålsenliga medel, och dessa medel får en bred behandling. Svaret tar i någon mån även ställning till problemen med användningen av och effekten hos dessa medel.

8 p.

Svaret behandlar systematiskt och mångsidigt olika slags medel, och frågorna motiveras och belyses ingående ur olika synvinklar. Svaret definierar vilka medlen riktar sig till (individ, familj, organisationer och samhällsnivå). Dessutom uppmärksammas problematiken med den registrerade och icke registrerade belagda alkoholkonsumtionen. Svaret diskuterar också statens roll i fördelningen av de ekonomiska resurserna (värdediskussion, vilka signaler som ges från statligt håll). Det ska vidare behandla

alkohollagen och dess behov av reformer vad gäller till exempel en begränsning av utskänkningstider och alkoholreklam.

Extra förtjänster: Svaret kommer med förslag och skapar visioner av andra tänkbara medel till styrning och påverkan. Svaret beskriver betydelsen av alkoholpolitiska åtgärder i ett historiskt perspektiv. Det problematiska med en reglering av alkoholkonsumtionen i Finland beskrivs på ett moget sätt och jämförelse görs med förhållandena internationellt.

Uppgift +10.

De olika formerna av cancer i figurerna (män: prostata, lungor, tjocktarm, mage, melanom; kvinnor: bröst, tjocktarm, lungor, mage, livmoderhals) disponerar och styr svaret mot de möjligheter som finns att förebygga cancer eller ställa diagnos i ett tidigt skede.

Möjligheterna att förebygga cancer på individ- och samhällsnivå har ett samband med tobaksrökning, kostvanor, strålning, cancerogena ämnen, infektioner, alkohol, föroreningar i miljön, hormonproduktion, förbättrad nivå på information till befolkningen, screening, hälsovård och lagstiftning.

Möjligheter till en tidig diagnos ger olika slag av screening (bl.a. cancer i livmoderhalsen / cellprov (papa), bröstcancer / mammografi, tarmcancer / blodprov på avföring).

En utmaning för framtiden är att finna de faktorer som orsakar olika former av cancer, och att utveckla metoder för tidig diagnos (i takt med utvecklingen av cancerforskningen är det t.ex. möjligt att nya metoder fås fram mot sådana cancerformer som det i dag inte går att ställa någon tidig diagnos på). Från samhällets synpunkt är det en utmaning för framtiden att hitta sätt att stödja medborgarna i deras strävan att ändra sina levnadsvanor i en hälsofrämjande riktning, samt att göra levnadsförhållandena tryggare än för närvarande.

3 p.

Svaret behandlar de vanligaste förebyggande åtgärderna på olika nivåer (individ- och samhällsnivå), och deras betydelse utvärderas. Svaret behandlar också någon form av screening som möjlighet till tidig diagnos.

5 p.

Svaret behandlar ingående några former av cancer ur en förebyggande synvinkel. Förebyggande åtgärder får en bred behandling, och svaret beskriver och utvärderar minst två olika screeningmetoder som kan bidra till en tidig diagnos. Dessutom ger svaret en bred presentation av samhälleliga åtgärder till förebyggande och tidig diagnos.

8 p.

Svaret utvärderar effekterna av förebyggande åtgärder, och det behandlar utförligt riskfaktorerna i ett individ- och samhällsperspektiv. Svaret lyfter fram ett framtidsperspektiv (det behandlar t.ex. de former av cancer som det utifrån nuvarande kunskap inte går att förebygga eller diagnosticera i ett tidigt skede, och det diskuterar olika slag av åtgärder med inriktning på dessa former av cancer).

Extra förtjänster: Förebyggande åtgärder diskuteras även med avseende på kostnad-effekt.