



තෘතීයික හා වෘත්තීය අධ්‍යාපන කොමිෂන් සභාව
වෘත්තීය දැනුම ඇගයීමේ පරීක්ෂාව - 2021 මාර්තු/ අප්‍රේල්
හෙද සහායක
ජාතික වෘත්තීය සුදුසුකම - 4 වන මට්ටම



කාලය - පැය 03

විභාග අපේක්ෂකයන්හට උපදෙස්

- ප්‍රශ්න පත්‍රය A, හා B වශයෙන් කොටස් 2කි.
- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.
- මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රයෙහි බහුවරණ ප්‍රශ්න සහ කෙටි පිළිතුරු සහිත ප්‍රශ්නද අඩංගු වේ. A කොටසෙහි සෑම ප්‍රශ්නයකදීම දී ඇති පිළිතුරු හතර අතුරින් වඩාත් ගැලපෙන පිළිතුර තෝරා, සපයා ඇති පිළිතුරු ලියන පත්‍රයේ ඊට අදාළ අංකය අයත් කොටුව තුළ කතිරය (X) සලකුණු කරන්න.
- B කොටසේ සියළු ප්‍රශ්න සඳහා පිළිතුරු සපයන්න.
- මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රයෙහි පිටු 13ක් අඩංගු වේ.

A කොටස

1. තීව්‍ර වහිරකන්තු ඉන්පාකීභවනය (Acute Myocardial Infarction) ලෙස රෝග විනිශ්චය කර ඇති රෝගියකු හදිසි ප්‍රතිකාර ඒකකයට ඇතුළත් කර ඇත.
 “මම මියයයි” රෝගියා හෙද සහායකාවට පවසයි. එවිට හෙද සහායකාවකගේ ප්‍රතිචාර විය යුත්තේ,
 a. බයවීම සාමාන්‍ය තත්වයකි. අපිට ඔබ වෙනුවෙන් කළ හැකි සියළු දේ අපි කරන්නෙමු
 b. සෑමදේම හොදින් සිදුවෙමින් පවතී. අපි ඔබට හොද සාත්කූවක් ලබා දෙන්නෙමු
 c. ඔබ අදහස් කරන දෙය මට වැටහේ. මටත් එකවරක් හෘද ඇනහිටීමක් සිදුවී ඇත
 d. මම වෛද්‍යවරයාට දැනුම් දෙන්නම්, එවිට ඔහු සමග එම තත්වය සාකච්ඡා කරන්න

2. රෝග සඳහා හේතුවන අනුජීව කාරකයන්ගෙන් නිදහස් වීම, පහත සඳහන් කුමන වචනයෙන් විස්තර වේද
 a. ශල්‍ය නිප්‍රති (Surgical asepsis)
 b. වෛද්‍ය නිප්‍රතිය (Medical asepsis)
 c. නිප්‍රතිය (Asepsis)
 d. ප්‍රතිය (Sepsis)

3. පහත සඳහන් කුමන රෝගියා ආසාදන සඳහා අධි අවදානමක් තිබේද
 a. ප්‍රතිජෛවක ලබාගන්නා රෝගියකු
 b. අස්ථි සම්බන්ධ ශල්‍යකර්මයක් කර පසු ශල්‍ය අවස්ථාවේ පසුවන රෝගියකු
 c. අළුතෙන් හඳුනාගත් මධුමේහය රෝගියකු
 d. ලියුකේමියා රෝගියකු

4. ප්‍රතිකාරාත්මක තෙරපුමහි (Therapeutic Massage) ප්‍රධාන වාසියක් වන්නේ
 a. රුධිර වාක්‍රනය සහ ජෛශී තානය වර්ධනය වීම
 b. ඉදිමුන පාදයක් ඇති අයකුට දියර රැදවීම අඩුකිරීමට
 c. ආමාශයේ තුවාල ඇති (Duodenal Ulcers) රෝගියකුට සුවතාවය ලබා දීමට
 d. මධුමේහ රෝගියකුගේ තිබෙන හානිවූ සෛල සුවවීමට

5. පහත සඳහන් කුමන ක්‍රියාවක් මගින් සෞඛ්‍ය සේවකයකු පිට කොන්දේ අනතුරු සඳහා අවදානමක් ඇති කරයිද
 - a. පපු නල වැස්සීම (chest tube drainage) මැනීම සඳහා වාඩිවීම (squatting)
 - b. අන්තර් ශෛරීක ආවිලයිකයක් (IV) ලබා දීමට ඇද ඉන මට්ටමට එසවීම
 - c. රෝගියකු ඇදේ වාඩි කිරීමට ප්‍රථම පාද අඩි දෙකක් දුරින් තබාගැනීම
 - d. හිස මට්ටමට ඉහලින් ඇති රාක්කයක ඇති ආවිලයිකගේ සැපයීම් පෙට්ටිය එසවීමේදී

6. අක්මා පෛච පරීක්ෂාව අවසන් වූ වහාම, රෝගියා තැබිය යුත්තේ කුමන ස්ථානයේද
 - a. උඩුකුරුව (Supine)
 - b. දකුණු පැත්තට හැරී (Right side – lying)
 - c. වම්පැත්තට හැරී (Left side – lying)
 - d. අර්ධ පවුලර් ස්ථාපිතය (Semi Fowlers)

7. රෝගියකු සඳහා සන දියර ආහාර ඇණවුම් කර ඇත. පහත සඳහන් කුමන ආහාර වර්ගය එම රෝගියාට ඔබ ලබාදෙයිද
 - a. මුඛ සජලන ද්‍රාවණය (ORS)
 - b. ජෙලටින් (Gelatin)
 - c. පුඩිං (Pudding)
 - d. දියර වර්ග (Beverages)

8. (Hyperkalemia) පොටෑසියම් අධික රෝග තත්වයක් ඇති රෝගියකු සඳහා, ඔබ විසින් පහත සඳහන් කුමන ආහාර වර්ගය ලබාදෙයිද
 - a. මිදි (Grapes)
 - b. කැරට් (Carrot)
 - c. කොළ බෝංචි (Green beans)
 - d. අන්නාසි (Pineapple)

9. ඇල්කොහොල් අධිකව භාවිතා කරන අයගේ ප්‍රධානම උනතාවය වන්නේ,
 - a. රයිබෝෆ්ලේවින් (Riboflavin)
 - b. පැන්ටොනික් අම්ලය (Pantothenic Acid)
 - c. තයිමිං (Thiamine)
 - d. පිරිඩොක්සින් (Pyridoxine)

10. රෝගියකුට Acetaminophen දියරය 640mg Q.I.D ලෙස ලබාගැනීමට උපදෙස් දී ඇත. එම දියරය 160mg/ 5ml අඩංගු වේ. එක් මාත්‍රාවක් සඳහා එම රෝගියාට කොපමණ මි.ලී ප්‍රමාණයක් ලබාදිය යුතුද
 - a. 20 ml
 - b. 25 ml
 - c. 18 ml
 - d. 21 ml

11. නිවසේ සිටින රෝගියකු සඳහා, Nystatin 400,000 (ඒකක) මුඛයෙන් පැය හතරකට වරක් ලබා ගැනීමට උපදෙස් දී ඇත. එහි 100,000 units/ 5ml වල අඩංගු වේ. එක් මාත්‍රාවක් සඳහා රෝගියකු කොපමණ ප්‍රමාණයක් ලබාගත යුතුද
 - a. තේ හැදි 06
 - b. තේ හැදි 05
 - c. තේ හැදි 04
 - d. තේ හැදි 03

12. ස්වසන අපහසුව ඇති රෝගියකු, හෙද සහායකාව පවුලේ ස්ථාපිතයේ තැබීමෙන් පසු, ඔහුගේ ස්වසන අපහසුතාවය අඩු බවක් දක්නට ලැබුණි. එම ස්වසනය සටහන් කරන්නේ,
 - a. ඉයුපිනියාව (Eupnea)
 - b. ඔපොන්තියාව (Orthopnea)
 - c. ටැක්පිනියාව (Tachypnea)
 - d. අධිසංවාතනය (Hyper ventilation)

13. ධාරණ කැතිටරයක් (Indwelling Catheter) සහිත රෝගියකුගේ වකුගඩු ක්‍රියාකාරිත්වය තක්සේරු කිරීමේදී, හෙද සහායකාව පැයකට වරක් මුත්‍රා පිටවීම මැන බලයි. මුත්‍රා පිටවීම කිනම් මට්ටමකට වඩා අඩුවූ විට, වෛද්‍යවරයාට දැන්විය යුතුද?
 - a. පැය හතරකට 125ml පිටවීම
 - b. පැයකට 30ml අඩුවූ විට
 - c. පැය තුනකට 90 ml පිටවීම
 - d. පැය දෙකකට 64 ml පිටවීම

14. Midclavicular මට්ටම මර්ෂණයෙන්, නිවැරදිව තක්සේරු කල හැකි වන්නේ,
 - a. සන්‍යාස්ථි රුධිර පීඩනය (Systolic Blood Pressure)
 - b. මූලික ජෛව ලක්ෂණ (Baseline Vital Signs)
 - c. ස්වසන වේගය (Respiratory Rate)
 - d. ශිඛර නාඩි (Apical Pulse)

15. රෝගියකුගේ රුධිර පීඩනය 160/90 mmHg නම්, ඔහුගේ නාඩි පීඩනය වන්නේ,
 - a. 54 mmHg
 - b. 246 mmHg
 - c. 150 mmHg
 - d. 70 mmHg

16. ස්ත්‍රී වැඩිහිටි රෝගියකු සඳහා දක්නට ලැබෙන පොදු අනතුර නම්,
 - a. පිත්තාශය සම්බන්ධ රෝග තත්ත්ව ඉහල යාම
 - b. රුධිර වාහිනිවල atherosclerotic වෙනස් වීම
 - c. මුත්‍රා මාර්ගයේ ආසාදන
 - d. උකුළේ හඟින (Hip Fracture) බිදීයාම

17. Osteoporosis වැළැක්වීම සඳහා පහත සඳහන් කුමන ක්‍රියාමාර්ගය උදව්වේද
- ආහාරයේ ඇති කැල්සියම් ලබාගැනීම අඩුකිරීම
 - එකතැන සිටීමේ (Sedentary) ජීවන රටාව වැඩි කිරීම
 - ආහාරයේ ඇති ප්‍රෝටීන් ගන්නා ප්‍රමාණය ඉහල නැංවීම
 - ක්‍රමාණුකූල ව්‍යායාම සඳහා උනන්දු කිරීම
18. අවුරුදු 70 වයසැති පුද්ගලයකු අධික රුධිර පීඩනය සඳහා ප්‍රතිකාර ලබමින් සිටී. ඔහු විසින් වයස්ගත අය අධික රුධිර පීඩනයෙන් පෙළීමට හේතු වීමසයි. එයට හේතු විය හැක්කේ,
- වහිරකන්තුක ජේශි හානිවීම
 - කායික ක්‍රියාකාරකම් අඩුවීම
 - ලුණු වැඩි ආහාර ලබා ගැනීම
 - ධමනි බිත්තිමත plaque තැන්පත් වීම
19. දරුවන් කීපදෙනෙකු සිටින මවක්, යෝනි මාර්ගයෙන් වන දරුවකු ප්‍රසූත කිරීමෙන් පැය 24කට පසු පියයුරු engorge වීමෙන් පසුවෙයි. එම තත්වය (Breast engorgement) මගහැරීම සඳහා කළ යුත්තේ,
- තද පියයුරු ආවරණයක් පැළඳීම
 - තෙත, උණුසුම් තාපය පියයුරුවලට ආලේපනය කර, ළදරුවාට කිරිදීම
 - කිරිදීමට නොහැකිවීම පිළිබඳ හෙද වන්නඹු මාතාවට දැනුම් දීම
 - දිනකට දියර මිලිලීටර 1000 පමණක් ලබාගැනීම
20. මධුමේහය සහිත ගර්භනී මවකගේ ළදරුවා අවදානමක් ඇත්තේ,
- නිරක්තිය (Anemia)
 - සීනි මට්ටම අඩුවීම (Hypoglycemia)
 - නයිට්‍රජන් අඩුවීම (Nitrogen loss)
 - කොම්බ්‍රොසියාව (Thrombosis)
21. ප්‍රමාද වී ඇතිවන පසුපසව සංකුලයක් විය හැක්කේ, පහත සඳහන් කවරක්ද?
- ධරාත්‍රික තුවාලවීම (Cervical laceration)
 - රුධිර කැටි ඇතිවීම ප්‍රමාදවීම (Clothing deficiency)
 - විටපිය තුවාල වීම (Perineal Laceration)
 - ගර්භාෂය නිසි තත්වයට පැමිණ නොතිබීම (Uterine Sub involution)
22. Apgar scoring තක්සේරුව සඳහා, ප්‍රාථමික නිරීක්ෂණය වන්නේ,
- හෘද වේගය (Heart Rate)
 - රුධිර පීඩනය(Blood pressure)
 - හුණ මල පිටවීම(Presence of me conium)
 - මොරො ප්‍රතිකය ඇගයීම් කිරීම(Moro reflex)

23. නව ළදරුවකුගේ නාභි සාත්කුව (Umbilical cord care) පිළිබඳ මවකට ලබාදිය යුතු වැදගත් තොරතුරක් වන්නේ,
- නාභිය වියළීම, වාතයට විවෘතව තැබීමයි
 - නැපිකින් මාරුකරන සෑම විටම පොරොක්සයිඩ් දැමීම
 - ස්නානයෙන් පසු පෙට්‍රොලියම් ජෙලි ගැල්වීම
 - ස්නානයෙන් පසු නාභිය සබන් සහ ජලයෙන් සේදීම
24. නවජසූතිකයකුට (Neonate) විටමින් එන්නත නියම කර ඇත. පහත සඳහන් කුමන ජේශියට හෙද සහායකාව විසින් මෙම එන්නත ලබාදෙයිද
- ඩෙල්ටාඩ් (Deltoid)
 - ත්‍රයිසෙප් ජේශිය (Triceps)
 - Vastus Lateralis ජේශිය
 - Biceps ජේශිය
25. දින පහක් Frusomide (Lasix) 20mg ලබා ගැනීමෙන් පසු, රෝගියකු විසින් විඩාව, ජේශි ඇඹරීම සහ ජේශි දුර්වලභාවය පෙන්නුම් කරයි. මෙම ලක්ෂණ මගින් පෙන්නුම් කරන්නේ,
- පොටෑසියම් අඩුවීම (Hypokalemia)
 - පොටෑසියම් වැඩිවීම (Hyperkalemia)
 - ඇනරොක්සියාව (Anorexia)
 - ගිලීමේ අපහසුතාව (Dysphagia)
26. Leukocytosis රෝග තත්වය පෙන්නුම් කරන්නේ, පහත සඳහන් කුමන සුදු රුධිර සෛල මට්ටමෙන්ද
- 4,500 mm³
 - 7,000 mm³
 - 10,000 mm³
 - 25,000 mm³
27. පීඩණ චුණයක (Pressure ulcer) සැරහුම් මාරුකිරීම, පිළිබඳ රීතියක් වන්නේ,
- චුණ පටක වියළීම සහ වටේ සම තෙතව තබන්න
 - චුණ පටක තෙතව සහ වටේ සම වියළිව තබන්න
 - චුණ පටක සහ වටේ සම තෙතව තබන්න
 - චුණ පටක සහ වටේ සම වියළිව තබන්න
28. චුණ (wound) සුවවීමේ ක්‍රියාවලියේ අඩංගු නොවන්නේ,
- ප්‍රදාහයක අවස්ථාව (Inflammatory phase)
 - ගුණනය වන අවස්ථාව (Proliferation phase)
 - ආසාදන අවස්ථාව (Infection phase)
 - මේරුණු අවස්ථාව (Maturation phase)

29. අන්තර්වර්ෂීය එන්නත ලබාදීම සඳහා භාවිත කළ හැකි ඉදිකටුවේ ප්‍රමාණය,

- a. 20g
- b. 22g
- c. 25g
- d. 26g

30. රුධිර පාරවිලයනයකට පෙර, පහත සඳහන් කුමන රුධිර පරීක්ෂණය කළයුතුද

- a. Prothrombin and coagulation time
- b. Blood typing and cross matching
- c. Bleeding and clotting time
- d. Complete blood count (CBC) and electrolyte levels

(ලකුණු $1 \times 30 = 30$)

B කොටස

සියළු ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න

1. A කොටසට සුදුසු වචනයේ අංකය හිස්තැනෙහි ලියන්න.

	A කොටස			B කොටස
A	Bleeding time		1	98 - 108 mEq/L
B	Prothrombi time		2	0.4 – 1.2
C	Platelet count		3	3.5 - 5.0 mEq/L
D	PH		4	10 - 20 mg/ dl
E	Sodium		5	4.2 5.5 mg/ dl
F	Potassium		6	150,000 – 400,000
G	Calcium		7	135 – 145 mEq/L
H	Chloride		8	1 – 9 min
I	BUN		9	7.35 – 7.45
J	Creatinine		10	10 – 13 sec

(ලකුණු 10)

2. හෙද සහායකවකට බොහෝ කාර්යභාරයක් ඇත. සන්නිවේදකයකු වීම එක් කාර්යභාරයකි. සන්නිවේදකයකු ලෙස ඔබගේ කාර්යභාරය කුමක්ද? (ලකුණු 1.5)

3. ඇසීම අඩු රෝගියකු සමග ඔබ සන්නිවේදනයකරන අයුරු විස්තර කරන්න. (ලකුණු 1.5)

4. සුදුසු ඉලක්කම් යොදා හිස්තැන් පුරවන්න.

(ලකුණු 2.5)

I milligram (mg) micrograms (mcg)
I ml cc
I ounce ml
I tablespoon ml
I teaspoon ml

5. ස්ථානික ආසාදනයක දක්නට ඇති ලක්ෂණ හතරක් සඳහන් කරන්න.

(ලකුණු 2.5)

6. ජ්‍යෙෂ්ඨ හෙදියක් විසින්, ඇදෙනිම සිටින රෝගියකු සඳහා පිට සාත්තුව ලබාදීමට ඔබට උපදෙස් දෙයි. පිට සාත්තුව ලබාදීමේ අරමුණු තුනක් ලියන්න

(ලකුණු 03)

7. පහත සඳහන් වන්නේ පොදු මල පිටකිරීමේ ප්‍රශ්ණ කීපයකි. වචනවල තේරුම් විස්තර කරන්න.

(ලකුණු 2.5)

i. මල බද්ධය (Constipation) -

ii. පාවනය (Diarrhea) -

iii. අසංයමය (Incontinence) -

iv. ප්‍රාධිමානය (Flatulence) -

v. රක්තරිකාහ (Hemorrhoids) -

8. ස්ථාපිත මාරු කිරීම ඉතා වැදගත් කාර්යයකි. ස්ථාපිත මාරුකිරීම වැදගත්වන හේතු පහක් ලියන්න.
(ලකුණු 2.5)

9. ජලයේ දියවන විටමින් වර්ග දෙකක් සහ මේදයේ දියවන විටමින් වර්ග හතරක් ලියන්න.
(ලකුණු 02)

ජලයේ දියවන විටමින්	මේදයේ දියවන විටමින්

10. මහා පෝෂක (Macro nutrients) සහ ක්ෂුද්‍ර පෝෂක (micro nutrients) ලබා ගත හැකි ආහාර වර්ග මොනවාද
(ලකුණු 02)

11. ඖෂධ ප්‍රධානයේදී අනුගමනය කළ යුතු “හරි හය” (Six Rights) නම් කරන්න. (ලකුණු 03)
12. ඖෂධ ලබාගැනීම සම්බන්ධ රෝගියකුගේ අයිතිවාසිකම් මොනවාද (ලකුණු 02)
13. Opioid විෂබ්‍රූලහරණය සඳහා, Methadone 40mg අන්තර්වර්ෂීයව ලබාදීමට ඇත. ඔබ අත තිබෙන්නේ 30mg/ ml කුප්පියකි. නියමිත මාත්‍රාව දීම සඳහා කොපමණ ml ප්‍රමාණයක් ගත යුතුද (ලකුණු 03)
14. මාලබේ පදිංචි 47 හැවිරිදි සිරිසේන මහතා, උණට සහ කැස්සට බෙහෙත් ගැනීම සඳහා වෛද්‍යවරයකු වෙත ගියේය. වෛද්‍යවරයා විසින් Amoxicillin 500mg tds, Paracetamol 5g tds, Piriton 4mg bd සහ Vitamin C 100mg daily by orally ලෙස සඳහන් කර ඇත. මෙහි සඳහන් ඖෂධ සහ මාත්‍රාවන් මොනවාද (ලකුණු 04)
15. රෝගියකුට උග්‍ර වේදනාවක් ඇතිවීම, ඔබ විසින් නිරීක්ෂණය කරන ලද ලක්ෂණ තුනක් ලියන්න (ලකුණු 03)

16. හද වෙලවිය (Tachycardia) සහ හද ලැසිය (Bradycardia) විස්තර කරන්න (ලකුණු 02)

17. මුඛයෙන් උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කිරීමට නොහැකි අවස්ථා තුනක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)

18. උෂ්ණත්වය (103⁰F) අඩු කිරීම සඳහා ගත හැකි හෙද ක්‍රියාමාර්ග පහක් ලියන්න (ලකුණු 05)

19. නවජස්ත්‍රිකයකුගේ (Neonate) තාප හානිවීම වැළැක්වීම ඉතා වැදගත් කාර්යයකි. ළදරුවෙකුගේ තාපය හානි විය හැකි ක්‍රම 4ක් ලියන්න. (ලකුණු 02)

20. වයස්ගතවීමත් සමග ශරීරයේ පද්ධතිවල ඇතිවිය හැකි වෙනස්කම් මොනවාද? (ලකුණු 02)

21. හෙද සහායකාවක විසින් වයස අවුරුදු 82වන ස්ත්‍රියකට මල බද්ධය සඳහා සාත්තුව ලබාදෙයි. මෙම කාන්තාවට මලබද්ධය අඩුකිරීම සඳහා ලබාදිය හැකි උපදෙස් මොනවාද? (ලකුණු 02)

22. පසු ප්‍රසව රක්ත හීනය අඩුවිය හැකි හේතු හතරක් ලියන්න. (ලකුණු 02)

23. සෞඛ්‍යමත් ළදරුවකු නියමිත කාලයේදී බිහිකල මවකට පැය හයකට පසු සාත්තුව ලබාදීමට හෙද සහායකාවට උපදෙස් දී ඇත. මව විසින් කරකැවිල්ල සහ ක්ලාන්තය ඇතිබව පවසයි. කුමන ක්‍රියාවන් මේ සඳහා ඉතා සුදුසු වේද? (ලකුණු 02)

24. මව්කිරිවලින් මවට සහ ළදරුවාට ලැබෙන වාසි තුන බැගින් ලියන්න.

(ලකුණු 03)

25. තුවාලයක සැරහුමක ක්‍රියාවන් හතරක් ලියන්න.

(ලකුණු 02)