

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług opiekuńczo-wspierających osobie starszej**  
Oznaczenie kwalifikacji: **Z.07**  
Wersja arkusza: **SG**

**Z.07-SG-20.01**  
Czas trwania egzaminu: **60 minut**

**EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE**  
**Rok 2020**  
**CZĘŚĆ PISEMNA**

**PODSTAWA PROGRAMOWA  
2012**

**Instrukcja dla zdającego**

1. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 9 stron. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
2. Do arkusza dołączona jest KARTA ODPOWIEDZI, na której w oznaczonych miejscach:
  - wpisz oznaczenie kwalifikacji,
  - zamaluj kratkę z oznaczeniem wersji arkusza,
  - wpisz swój numer PESEL\*,
  - wpisz swoją datę urodzenia,
  - przyklej naklejkę ze swoim numerem PESEL.
3. Arkusz egzaminacyjny zawiera test składający się z 40 zadań.
4. Za każde poprawnie rozwiązane zadanie możesz uzyskać 1 punkt.
5. Aby zdać część pisemną egzaminu musisz uzyskać co najmniej 20 punktów.
6. Czytaj uważnie wszystkie zadania.
7. Rozwiązania zaznaczaj na KARCIE ODPOWIEDZI długopisem lub piórem z czarnym tuszem/atramentem.
8. Do każdego zadania podane są cztery możliwe odpowiedzi: A, B, C, D. Odpowiada im następujący układ krerek w KARCIE ODPOWIEDZI:

A	B	C	D
---	---	---	---

9. Tylko jedna odpowiedź jest poprawna.
10. Wybierz właściwą odpowiedź i zamaluj kratkę z odpowiadającą jej literą – np., gdy wybrałeś odpowiedź „A”:

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	D
-------------------------------------	---	---	---

11. Staraj się wyraźnie zaznaczać odpowiedzi. Jeżeli się pomylisz i błędnie zaznaczysz odpowiedź, otocz ją kółkiem i zaznacz odpowiedź, którą uważasz za poprawną, np.

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	<input checked="" type="checkbox"/>
-------------------------------------	---	---	-------------------------------------

12. Po rozwiązaniu testu sprawdź, czy zaznaczyłeś wszystkie odpowiedzi na KARCIE ODPOWIEDZI i wprowadziłeś wszystkie dane, o których mowa w punkcie 2 tej instrukcji.

**Pamiętaj, że oddajesz przewodniczącemu zespołu nadzorującego tylko KARTĘ ODPOWIEDZI.**

***Powodzenia!***

\* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

### **Zadanie 1.**

Która grupa informacji o podopiecznej dotyczy wyłącznie sytuacji materialnej i mieszkaniowej?

- A. Jest osobą samotną, choruje na reumatoidalne zapalenie stawów. Utrzymuje się z najniższej emerytury, mieszka w bloku bez windy.
- B. Jest osobą samotną, mieszka w bloku bez windy. Utrzymuje się z najniższej emerytury. Chętnie wyszywa, rzadko odwiedza ją rodzina.
- C. Zajmuje dwupokojowe mieszkanie w bloku bez windy, choruje na reumatoidalne zapalenie stawów. Utrzymuje się z najniższej emerytury.
- D. Zajmuje dwupokojowe mieszkanie w bloku bez windy. W pomieszczeniach są wysokie progi i wąskie drzwi. Utrzymuje się z najniższej emerytury.

### **Zadanie 2.**

Ocena złożonych czynności życia codziennego według skali Lawtona obejmuje między innymi umiejętność

- A. korzystania z telefonu.
- B. kontroli oddawania stolca.
- C. utrzymania higieny osobistej.
- D. samodzielnego spożywania posiłków.

### **Zadanie 3.**

Podopieczna z niedowładem połowicznym w zakresie samodzielnego przemieszczania się z łóżka na krzesło i z powrotem otrzymała według skali Barthel 15 punktów. Oznacza to, że

- A. potrafi samodzielnie się przemieścić.
- B. wymaga pomocy słownej innych osób.
- C. wymaga pomocy fizycznej innych osób.
- D. nie potrafi się przemieścić nawet z pomocą.

### **Zadanie 4.**

Ograniczeniem dla podopiecznego, u którego w wyniku uszkodzenia rdzenia kręgowego występuje paraplegia, będzie trudność

- A. w pisaniu.
- B. w czytaniu.
- C. w poruszaniu się.
- D. w spożyciu posiłku.

### **Zadanie 5.**

Podopieczna długotrwale unieruchomiona w łóżku jest narażona na powikłanie ze strony układu krążenia w postaci

- A. zapalenia mięśnia sercowego.
- B. choroby niedokrwiennej serca.
- C. zwężającego stwardnienia tętnic.
- D. żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej.

### **Zadanie 6.**

U 70-letniej podopiecznej występują zaburzenia pamięci i orientacji w przestrzeni. Podopieczna sama przygotowuje posiłki, ale nie przestrzega diety. Lubi czytać i rysować. Opiekun powinien w pierwszej kolejności zapewnić podopiecznej realizację potrzeby

- A. czystości.
- B. wypoczynku.
- C. samorealizacji.
- D. bezpieczeństwa.

### **Zadanie 7.**

Samotny podopieczny, któremu niska emerytura wystarcza na zakupienie żywności i leków, ma problem z opłaceniem czynszu za mieszkanie. Do której instytucji powinien złożyć wniosek o przyznanie dodatku mieszkaniowego?

- A. Do centrum pomocy rodzinie.
- B. Do ośrodka pomocy społecznej.
- C. Do Narodowego Funduszu Zdrowia.
- D. Do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

### **Zadanie 8.**

Którą grupę działań powinien zaplanować opiekun w stosunku do leżącej, niesamodzielnej podopiecznej ze znacznym stopniem nietrzymania moczu?

- A. Mycie krocza wodą z mydłem o odczynie kwaśnym lub obojętnym, wymianę pieluchomajtek, stosowanie kremów ochronnych na skórę pośladków.
- B. Mycie krocza wodą z mydłem o odczynie kwaśnym lub obojętnym, wymianę wkładów anatomicznych, stosowanie kremów nawilżających na skórę pośladków.
- C. Mycie krocza wodą z mydłem o odczynie zasadowym lub obojętnym, stosowanie kremów ochronnych na skórę pośladków, zalecanie używania syntetycznej bielizny.
- D. Mycie krocza wodą z mydłem o odczynie zasadowym lub obojętnym, stosowanie kremów nawilżających na skórę pośladków, zalecanie ograniczenia ilości przyjmowanych płynów.

### **Zadanie 9.**

Podopieczna z przewlekłą obturacyjną chorobą płuc jest unieruchomiona w łóżku. Przy niewielkim wysiłku występuje u niej duszność. W planie opieki dla podopiecznej opiekun powinien uwzględnić między innymi ułożenie podopiecznej w pozycji

- A. półwysokiej, pośrednie wietrzenie pomieszczenia, w którym się znajduje, zalecanie podopiecznej samodzielnego dbania o higienę ciała.
- B. neutralnej, wietrzenie bezpośrednie pomieszczenia, w którym się znajduje, zalecanie podopiecznej częstej zmiany bielizny osobistej.
- C. wysokiej, bezpośrednie wietrzenie pomieszczenia, w którym się znajduje, ograniczenie wysiłku podopiecznej.
- D. bezpiecznej, pośrednie wietrzenie pomieszczenia, w którym się znajduje, zapewnienie spokoju podopiecznej.

### **Zadanie 10.**

Podopieczny z amputowaną kończyną dolną podczas samodzielnej kąpieli pod prysznicem powinien wykorzystać

- A. krzesło prysznicowe.
- B. podnośnik elektryczny.
- C. wózek inwalidzki ręczny.
- D. wózek inwalidzki aktywny.

### **Zadanie 11.**

Podopiecznej, która ma założony opatrunek na prawe przedramię, opiekun powinien zdejmować koszulę nocną w kolejności:

- A. głowa, a następnie lewa i prawa kończyna górna jednocześnie.
- B. głowa, prawa kończyna górna, a następnie lewa kończyna górna.
- C. lewa kończyna górna, głowa, a następnie prawa kończyna górna.
- D. prawa kończyna górna, głowa, a następnie lewa kończyna górna.

### **Zadanie 12.**

Opiekun zauważył krosty na skórze podopiecznego. Przystępując do zmiany piżamy, powinien założyć fartuch foliowy jednorazowy oraz

- A. okulary ochronne.
- B. rękawiczki jednorazowe.
- C. ochraniacze foliowe na obuwiu.
- D. maseczkę ochronną jednorazową.

### **Zadanie 13.**

Występujące u podopiecznej uczucie parcia na mocz, pieczenie w cewce moczowej przy oddawaniu moczu, ból w okolicy nadłonowej, dreszcze i gorączka mogą wskazywać na

- A. ostre zapalenie trzustki.
- B. zapalenie pęcherza moczowego.
- C. zapalenie wyrostka robaczkowego.
- D. ostre zapalenie pęcherzyka żółciowego.

### **Zadanie 14.**

Silny piekący, gniotący lub ściskający ból za mostkiem, promieniujący do żuchwy, lewego barku lub lewego ramienia i ręki, nieustępujący po przyjęciu przez podopiecznego nitrogliceryny (nitratów) jest charakterystycznym objawem

- A. niewydolności serca.
- B. zaburzeń rytmu serca.
- C. nadciśnienia tętniczego.
- D. zawału mięśnia sercowego.

### **Zadanie 15.**

Udzielając pierwszej pomocy podopiecznej, u której wystąpiło krwawienie z nosa, opiekun powinien

- A. ułożyć ją na boku, ścisnąć jej skrzydełka nosa, położyć ciepły okład.
- B. ułożyć ją na plecach, ścisnąć jej skrzydełka nosa, położyć zimny okład.
- C. posadzić ją z głową lekko odchyloną do tyłu, ścisnąć jej skrzydełka nosa.
- D. posadzić ją z głową pochyloną do klatki piersiowej, ścisnąć jej skrzydełka nosa.

### **Zadanie 16.**

Podopieczny zakrztusił się podczas spożywania posiłku. Jest przytomny, oddycha, mówi, że dławi się chlebem. W celu udzielenia pomocy podopiecznemu opiekun w pierwszej kolejności powinien

- A. uderzyć nadgarstkiem w okolicę międzyłopatkową.
- B. zachęcić podopiecznego do podniesienia rąk.
- C. zachęcić podopiecznego do silnego kaszlu.
- D. wykonać uciśnięcie klatki piersiowej.

### **Zadanie 17.**

Opiekun przygotował dwie poduszki do położenia pod głowę podopiecznemu leżącemu w łóżku. Przed położeniem strzepnął je tak, że część poduszki jest wypełniona pierzem. Który sposób ułożenia poduszek jest prawidłowy?

- A. Pierwsza i druga poduszka skierowana wypełnieniem w stronę głowy podopiecznego.
- B. Pierwsza i druga poduszka skierowana wypełnieniem w stronę pleców podopiecznego.
- C. Pierwsza poduszka podłożona wypełnieniem pod plecy, a druga wypełnieniem pod głowę podopiecznego.
- D. Pierwsza poduszka podłożona wypełnieniem pod głowę, a druga wypełnieniem pod plecy podopiecznego.

### **Zadanie 18.**

Opiekun powinien rozpocząć mycie oka u podopiecznej od

- A. powieki górnej.
- B. powieki dolnej.
- C. kącika zewnętrznego oka.
- D. kącika wewnętrznego oka.

### **Zadanie 19.**

Pomoc podopiecznemu z zaburzeniami czucia powierzchniowego jest wskazana podczas

- A. wycierania kończyn.
- B. mycia pod prysznicem.
- C. zmiany bielizny osobistej.
- D. wycierania klatki piersiowej.

### Zadanie 20.

Krocze podopiecznej leżącej w łóżku opiekun powinien umyć w kierunku

- A. od spojenia łonowego do odbytu.
- B. od odbytu do spojenia łonowego.
- C. od lewej pachwiny do warg sromowych.
- D. od prawej pachwiny do warg sromowych.

### Zadanie 21.

Temperatura ciała zmierzona u podopiecznego pod pachą wynosi 37,5°C. Oznacza to, że podopieczny ma

- A. gorączkę wysoką.
- B. stan podgorączkowy.
- C. temperaturę normalną.
- D. gorączkę umiarkowaną.

### Zadanie 22.

Podopiecznemu, u którego występuje lekki stopień nietrzymania moczu, opiekun powinien zaproponować korzystanie

- A. z pieluchomajtek mocowanych na przylepce.
- B. z pieluchomajtek mocowanych na pasie.
- C. z wkładek urologicznych.
- D. z pieluch anatomicznych.

### Zadanie 23.

Długotrwałe ułożenie podopiecznego na plecach może spowodować powstanie odleżyny w okolicy kości

- A. biodrowej.
- B. krzyżowej.
- C. strzałkowej.
- D. piszczelowej.

### Zadanie 24.

Podopieczny leżący w łóżku sam nie jest w stanie zmienić pozycji. Opiekun powinien zmieniać ułożenie podopiecznego **nie rzadziej** niż co

- A. 1 godzinę.
- B. 2 godziny.
- C. 3 godziny.
- D. 4 godziny.

### Zadanie 25.

Po zdjęciu okładu ciepłego (rozgrzewającego) należy warstwę suchą pozostawić na

- A. 15 minut.
- B. 20 minut.
- C. 25 minut.
- D. 30 minut.

### **Zadanie 26.**

Które środki przeciwzapalne polegają na miejscowym stosowaniu zimna suchego?

- A. Okład parafinowy, okład wysychający.
- B. Worek z lodem, okład parafinowy.
- C. Worek z lodem, zimny żel.
- D. Kataplazm, zimny żel.

### **Zadanie 27.**

Podopieczny bez zaburzeń czucia ma zalecane stosowanie termoforu. Opiekun powinien wlać do termoforu wodę o temperaturze około

- A. 30°C
- B. 40°C
- C. 60°C
- D. 100°C

### **Zadanie 28.**

Bezpośrednio po zdjęciu okładu zimnego (wysychającego) skóra podopiecznej w miejscu stosowanego okładu powinna być

- A. sucha i ciepła.
- B. sucha i chłodna.
- C. wilgotna i ciepła.
- D. wilgotna i chłodna.

### **Zadanie 29.**

Z którym specjalistą należy współpracować, aby uzyskać profesjonalne wskazówki dotyczące usprawniania podopiecznego w związku z występującą u niego afazją ruchową?

- A. Z terapeutą zajęciowym.
- B. Z rehabilitantem.
- C. Z pielęgniarką.
- D. Z logopedą.

### **Zadanie 30.**

W ramach ubezpieczenia zdrowotnego podopieczna może udać się na pierwszą wizytę bez skierowania od lekarza podstawowej opieki zdrowotnej do

- A. onkologa.
- B. neurologa.
- C. kardiologa.
- D. dermatologa.

### **Zadanie 31.**

Opiekun pomagając podopiecznemu w przemieszczeniu się z łóżka na wózek inwalidzki, po ustawieniu wózka jak najbliżej łóżka, powinien w pierwszej kolejności

- A. zablokować koła wózka.
- B. ułożyć podkład gumowy na wózku.
- C. pomóc podopiecznemu w przyjęciu pozycji stojącej.
- D. pomóc podopiecznemu w obróceniu się w stronę wózka.

### **Zadanie 32.**

Dla 80-letniej podopiecznej w celu całkowitego odciążenia kończyny skręconej w stawie skokowym opiekun powinien dostarczyć

- A. kule łokciowe.
- B. niski balkonik.
- C. laskę z trzypunktowym podparciem.
- D. laskę z czteropunktowym podparciem.

### **Zadanie 33.**

Które techniki przyrządzania potraw powinien zalecić opiekun podopiecznej ze zdiagnozowaną cukrzycą typu 2?

- A. Smażenie na maśle, panierowanie.
- B. Pieczenie w głębokim tłuszczu, grillowanie.
- C. Gotowanie w wodzie, smażenie na margarynie.
- D. Gotowanie na parze, pieczenie w rękawie foliowym.

### **Zadanie 34.**

Dla 75-letniego podopiecznego z nieuregulowanym nadciśnieniem tętniczym, który nie ma problemów z poruszaniem się, najlepszą formą aktywnego spędzania wolnego czasu będzie

- A. nordic walking.
- B. ćwiczenie ze sztangą.
- C. narciarstwo zjazdowe.
- D. ćwiczenie interwałowe.

### **Zadanie 35.**

67-letniemu podopiecznemu, emerytowanemu nauczycielowi historii, który czuje się samotny, opiekun powinien zaproponować udział w zajęciach

- A. warsztatu terapii zajęciowej.
- B. świetlicy socjoterapeutycznej.
- C. uniwersytetu trzeciego wieku.
- D. środowiskowego domu samopomocy.



### **Zadanie 36.**

W celu poprawy komunikacji z otoczeniem oraz wzmocnienia poczucia tożsamości u podopiecznej we wczesnym stadium otępienia spowodowanego chorobą Alzheimera, opiekun powinien zaproponować

- A. ludoterapię.
- B. silwoterapię.
- C. terapię przez sztukę.
- D. terapię reminiscencyjną.

### **Zadanie 37.**

Opiekun asekurujący podopiecznego z niedowładem połowicznym podczas chodzenia powinien stanąć

- A. obok podopiecznego, po jego sprawnej stronie.
- B. obok podopiecznego, po stronie z niedowładem.
- C. nieco za podopiecznym, po jego sprawnej stronie.
- D. nieco za podopiecznym, po stronie z niedowładem.

### **Zadanie 38.**

Podopieczna otrzymała od lekarza ortopedy zlecenie na ortezę stabilizującą staw skokowy. Opiekun pomagając jej w uzyskaniu refundacji na zakup tej ortozy, powinien otrzymane zlecenie potwierdzić

- A. w ośrodku pomocy społecznej.
- B. w Narodowym Funduszu Zdrowia.
- C. w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych.
- D. w Państwowym Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

### **Zadanie 39.**

Podopieczny po przebytych udarze mózgu posiada orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Z powodu wysokich progów ma trudności z poruszaniem się po mieszkaniu z wykorzystaniem wózka inwalidzkiego. W łazience jest wanna, z której nie korzysta. Opiekun powinien pomóc podopiecznemu w złożeniu wniosku o udzielenie dofinansowania na likwidację barier architektonicznych dla osób niepełnosprawnych do

- A. powiatowego ośrodka wsparcia.
- B. Narodowego Funduszu Zdrowia.
- C. powiatowego centrum pomocy rodzinie.
- D. regionalnego ośrodka polityki społecznej.

### **Zadanie 40.**

Podopieczna ma dochód, który nie przekracza kryterium dochodowego określonego w ustawie o pomocy społecznej. Opiekun powinien jej pomóc w złożeniu wniosku do ośrodka pomocy społecznej na zakup

- A. odzieży.
- B. telewizora.
- C. sprzętu rehabilitacyjnego.
- D. leków bez zlecenia lekarza.