

# Werkstuk Verzorging Hersenvliesontsteking, gezondheid, genotmiddelen en nog veel meer



Werkstuk door een scholier

838 woorden

18 jaar geleden

★ 5,1

65 keer beoordeeld

Vak

Verzorging

## Gezondheid

Gezondheid betekent je goed voelen, zowel lichamelijk als geestelijk.

In Nederland is het grootste deel van de mensen gezond. Men wordt hier steeds ouder. Dat komt o.a. doordat:

- 😊😊 het drinkwater veilig is;
- 😊😊 de lucht niet al te vervuild is;
- 😊😊 er veel medicijnen zijn;
- 😊😊 er genoeg te eten is;
- 😊😊 de voorzieningen goed zijn;
- 😊😊 de meeste kinderen ingeënt worden tegen gevaarlijke kinderziektes.

In derdewereldlanden is de gezondheid slechter dan in Nederland. De mensen worden niet oud. Wel komen er steeds meer kinderen bij. De slechte omstandigheden komen o.a. doordat:

- 😊😊 er geen schoon drinkwater is;
- 😊😊 er geen riolering is;
- 😊😊 er gebrek aan voedsel is;
- 😊😊 er ziektes zoals malaria en AIDS voorkomen.
- 😊😊 er oorlog is.

De rijke landen, zoals Amerika en Nederland, geven geld aan de derdewereldlanden om hun land weer op te bouwen. Ook geven ze in noodgevallen eten, tenten en kleren.

Niet gezond ben je als je stress hebt, je niet lekker in je vel zit. Of als je niet gezond eet of niet goed voor jezelf zorgt.

## Ziek zijn

Je bent ziek als er iets mis is met je lichaam. Iets wat je normaal niet hebt. Bijvoorbeeld als je buikpijn of hoofdpijn hebt of als je moet hoesten.

Als je naar een ver land reist, moet je soms medicijnen slikken die je beschermen tegen ziektes in dat land waar je lichaam niet tegen bestand is. Dat heet preventie.

Je kunt ziek worden doordat je besmet bent. Je bent dan in aanraking gekomen met ziekteverwekkers. Dat kan komen door:

- ☹️☹️ het eten en drinken van een besmet voedingsmiddel;
- ☹️☹️ iemand je besmet heeft via hoesten, niezen of praten;
- ☹️☹️ contact met besmet bloed;
- ☹️☹️ het inademen van besmette lucht.

Als je besmet bent, word je meestal niet direct ziek. Die tijd totdat je ziek wordt, heet incubatietijd.

Bij ziektes is het soms nodig medicijnen te gebruiken. Medicijnen zijn er in vormen zoals zalf, tabletten, zetpillen, drankjes en druppels.

Sommige medicijnen werken direct, anderen hebben wat tijd nodig.

Sommige medicijnen zorgen ervoor dat de ziekte helemaal weggaat. Anderen genezen niet maar verzachten of halen de pijn weg.

## Genotmiddelen

Genotmiddelen zijn middelen die je niet echt nodig hebt, maar die je gebruikt omdat je ervan geniet. Enkele voorbeelden zijn sigaretten, alcohol, drugs, chocola en koffie.

Genotmiddelen zorgen er uiteindelijk voor dat je eraan verslaafd raakt. Je lichaam kan er zowel lichamelijk als geestelijk niet meer zonder. Je gaat je onprettig voelen als je het niet meer gebruikt. Ook kan je je ook ziek voelen.

Sommige genotmiddelen zijn niet zo erg. Maar andere genotmiddelen zoals tabak en alcohol zijn niet goed voor je lichaam. Je conditie gaat achteruit, je wordt dikker, je krijgt eerder rimpels en je kan bovendien eerder ziek worden

Verslavingen zoals gokkasten kunnen je een stuk armer maken. Daardoor ga je steeds meer lenen. Uiteindelijk heb je geen genoeg geld voor jezelf meer over. Als je verslaafd bent aan een genotmiddel sluit je je ook eerder af van de buitenwereld.

## Bepaalde ziekte

## Hersenvliesontsteking

Hersenvliesontsteking wordt veroorzaakt door een bacterie. Deze zogenaamde meningokok-bacterie bevindt zich als een onschuldige gast in de neus- en keelholte van veel mensen. Bij spreken, hoesten en niezen komen piepkleine druppeltjes met bacteriën vrij.

Je kunt besmet raken als je nauw contact hebt met een zieke of iemand die de bacterie al in de neus of keel heeft. Het grootste deel van de mensen heeft er dus geen last van en wordt niet ziek.

Maar wanneer deze bacterie door de beschermende slijmvlieslaag van de neus heendringt en in het bloed terecht komt, kunt u ziek worden. Een hersenvliesontsteking (meningitis) of een bloedvergiftiging (sepsis) is het gevolg. De ziekte wordt bestreden met antibiotica in het ziekenhuis. Snelle behandeling is noodzakelijk.

Hersenvliesontsteking ziet er in het begin vaak uit als een zeer zware griep. Meestal is er sprake van nek-stijfheid, maar niet altijd. De patiënt wordt in 1 à 2 dagen steeds zieker. De ziekte kán fataal aflopen.

Hersenvliesontsteking kan zelfstandig optreden, maar ook als bijverschijnsel:

bij mazelen, bof en waterpokken (de virale vorm);

bij longontsteking, middenoor-ontsteking en schedelbasisfractuur (de bacteriële vorm).

Symptomen van hersenvliesontsteking kunnen zijn:

hoge koorts;

hoofdpijn;

overgeven;

verwardheid of sufheid;

overgevoeligheid voor licht of geluid;

nek-stijfheid oftewel nekkramp (bij kin op de borst) kán een symptoom zijn, maar ook zonder dit verschijnsel kan er sprake zijn van hersenvliesontsteking.

Bij zuigelingen kunnen dezelfde symptomen zichtbaar zijn als boven, maar ook:

juist géén koorts;

juist géén nek-stijfheid;

gezwollen fontanel;

apathische blik;

verlaagd bewustzijn;

erg ziek en grauw eruit zien;

voeding weigeren;

prikkelbaar;

huilerig;

kreunerig;

niet aangeraakt willen worden (denk aan verschonen);

luierpijn (bij het optillen van de beentjes als het kind plat op de rug ligt) kán optreden, maar ook zonder dit

verschijnsel kan er sprake zijn van hersenvliesontsteking.

Als je denkt dat iemand of jijzelf verschijnselen heeft van hersenvliesontsteking moet je zo snel mogelijk naar je huisarts, ook bij twijfel. Als je huisarts niet bereikbaar is, moet je naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis gaan.

### **Nawoord**

Ik vond het best makkelijk om het werkstuk te maken. Ik had het moeilijker verwacht.

Ik vond het wel lastig dat je het op deze tijd moest inleveren want ik had deze week ook m'n spreekbeurt en ik moest nog een ander werkstuk inleveren.

Ik heb de ziekte hersenvliesontsteking gekozen omdat mijn nicht daaraan overleden is. Er was best veel informatie over te vinden op internet.

### **Bronnen:**

het verzorgingboek

via [www.pagina.nl](http://www.pagina.nl):

[www.ggd.net](http://www.ggd.net)

[www.meningitis-stichting.nl](http://www.meningitis-stichting.nl)

[www.ouders.nl/xmeningi.htm](http://www.ouders.nl/xmeningi.htm)

[www.nu.nl](http://www.nu.nl)