



Terveys yhdenvertaisilla ehdoilla?

TUTKIMUS TERVEYDESTÄ JA ELINEHDOISTA RUOTSISSA 2014



Terveys

1. Millaiseksi arvioit oman terveydentiläsi?

- Erittäin hyväksi
- Hyväksi
- Kohtalaiseksi
- Huonoksi
- Erittäin huonoksi

2. Jos ajattelet **fyysistä terveyttäsi**, kuinka monena päivänä **viimeksi kuluneen 30 päivän aikana** et ole tuntenut sitä hyväksi (sairauden, fyysisen vaivan tai vamman takia)?

Ilmoita päivien lukumäärä: 0–30.

päivää

3. Jos ajattelet **psykkistä terveyttäsi**, kuinka monena päivänä **viimeksi kuluneen 30 päivän aikana** et ole tuntenut sitä hyväksi (esim. stressin, masennuksen tai huolestuneisuuden takia)?

Ilmoita päivien lukumäärä: 0–30.

päivää

4. Kuinka monena päivänä viimeksi kuluneen 30 päivän aikana huono **fyysinen tai psyykinen terveys** rajoitti työkykyäsi tai esti päivittäiset askareesi?

Ilmoita päivien lukumäärä: 0–30.

päivää

5. Oletko viimeksi kuluneen kolmen kuukauden aikana joutunut onnettomuuteen, minkä johdosta olet hakeutunut sairaalahoitoon tai hammaslääkärin hoidettavaksi?

- En
- Kyllä, kerran
- Kyllä, useita kertoja

6. Onko sinulla jokin pitkäaikainen sairaus tai onnettomuuden aiheuttama vaiva, toiminnanvajavuus tai jokin pitkäaikainen terveysongelma?

- Ei
- On



Ovatko nämä vaivat aiheuttaneet työkyvyn heikentymistä *tai* estävätkö ne sinua suorittamasta jokapäiväisiä askareitasi?

- Ei, eivät ollenkaan
- Kyllä, jossakin määrin
- Kyllä, suuressa määrin

7. Pystytkö ongelmitta näkemään ja erottamaan tavallisen päivälehdhen sivuilta?

- Kyllä, ilman silmälaseja
- Kyllä, silmälaseilla
- En






8. Pystytkö vaikeuksitta kuulemaan, mitä useamman henkilön välisessä keskustelussa sanotaan?

- Kyllä, ilman kuulolaitetta
- Kyllä, kuulolaitteella
- En

9. Pystytkö juoksemaan lyhyehkön matkan (noin 100 m)?

- Kyllä  Siirry kysymykseen 11
- En

10. Rajoittaako terveydentilasi jonkin seuraavan toiminnon suorittamista?

Merkitse rasti jokaiselle riville

- | | Kyllä | En |
|--|--------------------------|--------------------------|
| a) Voitko nousta vaivatta askelman portailla?
<i>esim. nousta linja-autoon tai junaan</i> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Voitko käydä lyhyellä, suhteellisen reipasvauhtisella kävelyllä (noin 5 min)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Tarvitsetko apuvälineitä tai toisen ihmisen apua ulkona liikkuessasi? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

11. Onko sinulla yksi tai useampia seuraavista sairauksista?

a) Diabetes?

- Ei
- Kyllä, mutta siitä ei ole vaivaa
- Kyllä, ja siitä on pientä vaivaa
- Kyllä, ja siitä on suurta vaivaa

b) Astma?

- Ei
- Kyllä, mutta siitä ei ole vaivaa
- Kyllä, ja siitä on pientä vaivaa
- Kyllä, ja siitä on suurta vaivaa

c) Allergia?

- Ei
- Kyllä, mutta siitä ei ole vaivaa
- Kyllä, ja siitä on pientä vaivaa
- Kyllä, ja siitä on suurta vaivaa

d) Korkea verenpaine?

- Ei
- Kyllä, mutta siitä ei ole vaivaa
- Kyllä, ja siitä on pientä vaivaa
- Kyllä, ja siitä on suurta vaivaa

12. Mikä on pituutesi?

Vastaa täysillä senttimetreillä.



cm

13. Mikä on painosi?

Vastaa täysillä kiloilla. Jos olet raskaana, ilmoita normaalipainosi.



kg

14. Onko sinulla yksi tai useampi seuraavista vaivoista tai oireista?

a) Kipua hartioissa, niskassa tai olkapäissä?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

b) Selkäsärkyä tai -kipua, lonkkasärkyä tai iskias?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin





Jatkaminen: Onko sinulla yksi tai useampi seuraavista vaivoista tai oireista?

c) Kipua tai särkyä käsissä, kyynärpäissä, jaloissa tai polvilla?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

d) Päänsärkyä tai migreeniä?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

e) Hättää, levottomuutta tai ahdistusta?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

f) Väsymystä?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

g) Univaikeuksia?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

h) Ekseemaa tai ihottumaa?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

i) Korvien soimista (tinnitus)?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

j) Inkontinenssia (pidätyskyvyttömyys)?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

k) Toistuvia vatsa-/suolistovaivoja?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

l) Ylipainoa, liikalihavuutta?

- Ei
- Kyllä, pienessä määrin
- Kyllä, suuressa määrin

Hyvinvointi

15. Oletko viimeksi kuluneiden viikkojen aikana pystynyt keskittymään kaikkeen tekemääsi?

- Tavallista paremmin
- Kuten tavallisesti
- Tavallista huonommin
- Paljon tavallista huonommin

16. Oletko viimeksi kuluneiden viikkojen aikana tuntenut, että pystyt arvostamaan sitä, mitä olet tehnyt päivän aikana?

- Tavallista enemmän
- Kuten tavallisesti
- Tavallista vähemmän
- Paljon tavallista vähemmän

17. Onko sinulla ollut vaikeuksia nukkua levottomuuden takia viimeksi kuluneiden viikkojen aikana?

- Ei laisinkaan
- Ei tavallista enemmän
- Tavallista enemmän
- Paljon tavallista enemmän

18. Oletko viimeksi kuluneiden viikkojen aikana pystynyt selvittämään ongelmasi?

- Tavallista paremmin
- Kuten tavallisesti
- Tavallista huonommin
- Paljon tavallista huonommin



+

19. Koetko, että sinusta on ollut hyötyä viimeksi kuluneiden viikkojen aikana?

- Tavallista enemmän
 Kuten tavallisesti
 Tavallista vähemmän
 Paljon tavallista vähemmän

21. Oletko viimeksi kuluneiden viikkojen aikana pystynyt tekemään päätöksiä eri kysymyksissä?

- Tavallista paremmin
 Kuten tavallisesti
 Tavallista huonommin
 Paljon tavallista huonommin

23. Oletko tuntenut itsesi koko ajan jännittyneeksi viimeksi kuluneiden viikkojen aikana?

- En laisinkaan
 En tavallista enemmän
 Tavallista enemmän
 Paljon tavallista enemmän

25. Oletko tuntenut viimeksi kuluneiden viikkojen aikana, ettet pysty selviytymään ongelmistasi?

- En laisinkaan
 En tavallista enemmän
 Tavallista enemmän
 Paljon tavallista enemmän

27. Oletko juuri nyt stressaantunut?

Stressillä tarkoitetaan tilaa, jossa ihminen tuntee itsensä jännittyneeksi, levottomaksi, hermostuneeksi, rauhattomaksi tai hajamieliseksi.

- En laisinkaan
 Tietyssä määrin
 Aika suuressa määrin
 Erittäin suuressa määrin

28. Oletko viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana joutunut tilanteeseen, jossa olet vakavasti harkinnut itsemurhaa?

- En
 Kyllä, kerran
 Kyllä, useita kertoja

29. Oletko viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana yrittänyt jossakin vaiheessa tehdä itsemurhan?

- En
 Kyllä, kerran
 Kyllä, useita kertoja

+

20. Oletko viimeksi kuluneiden viikkojen aikana tuntenut itsesi koko ajan onnettomaksi ja masentuneeksi?

- En laisinkaan
 En tavallista enemmän
 Tavallista enemmän
 Paljon tavallista enemmän

22. Oletko viimeksi kuluneiden viikkojen aikana menettänyt uskon itseesi?

- En laisinkaan
 En tavallista enemmän
 Tavallista enemmän
 Paljon tavallista enemmän

24. Oletko tuntenut olevasi kelvoton viimeksi kuluneiden viikkojen aikana?

- En laisinkaan
 En tavallista enemmän
 Tavallista enemmän
 Paljon tavallista enemmän

26. Oletko yleisesti ottaen tuntenut itsesi jollakin tavalla onnelliseksi viimeksi kuluneiden viikkojen aikana?

- Tavallista enemmän
 Kuten tavallisesti
 Tavallista vähemmän
 Paljon tavallista vähemmän




Lääkkeet

30. Oletko viimeksi kuluneen kolmen kuukauden aikana käyttänyt yhtä tai useampaa seuraavista lääkkeistä?

Merkitse rasti jokaiselle riville.

	En	Kyllä
a) Vatsahaava- tai mahakatarrilääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Astma- tai allergialääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Diabeteslääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Verenpainetta laskeva lääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Uni-/nukahtamislääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Antidepressiivinen lääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Rauhoittava tai ahdistusta lievittävä lääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Kipua lievittävä reseptilääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Kipua lievittävä lääke ilman reseptiä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Veren rasvoja alentava lääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k) Antibiootit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l) Muu lääke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

31. a) Oletko viimeksi kuluneen kolmen kuukauden aikana jättänyt ostamatta lääkettä, jota varten olet saanut reseptin?

En  Siirry kysymykseen 32

Kyllä

b) Mikä on suurin syy siihen, ettet ostanut lääkettä?

Voit merkitä useita vaihtoehtoja.

- Tulin terveeksi
- Minulla ei ollut varaa siihen
- Minulla oli jo tarpeeksi lääkettä
- Liian pitkä matka apteekkiin
- En uskonut lääkkeen auttavan
- Muu syy




Hoitokontaktit

32. Oletko viimeksi kuluneen kolmen kuukauden aikana käynyt seuraavilla vastaanotolla tai onko joku niiden henkilökunnasta käynyt luonasi ?

Koskee omia vaivoja ja sairauksia. Aseta rasti jokaiselle riville.

	En	Kyllä, kerran	Kyllä, useita kertoja
a) Lääkäri sairaalan vastaanotolla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Terveyskeskus-/yksityis-/yrityslääkäri yms.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Piirihoitaja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Nuorisovastaanotto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Kuraattori	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Psykologi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Lääkintävoimistelija	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Naprapaatti, kiropraktikko, homeopaatti ym.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Ollut sairaalahoidossa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

33. a) Oletko viimeksi kuluneen kolmen kuukauden aikana katsonut olevasi lääkärinhuoneen tarpeessa, mutta jättänyt siitä huolimatta hakematta sitä?

En  Siirry kysymykseen 34

Kyllä

b) Mistä syystä tai syistä et hakeutunut lääkärinhuoneeseen?

Voit merkitä useita vaihtoehtoja.

- Vaivat katosivat
- Liian pitkät odotusajat
- Vaikeaa saada yhteyttä puhelimitse
- En saanut vastaanottoaikaa tarpeeksi nopeasti
- Kielteisiä kokemuksia aikaisemmista käynneistä
- Taloudelliset syyt
- Ei ollut aikaa
- En tiennyt, kenen puoleen minun olisi pitänyt kääntyä
- Jokin muu syy

Hammasterveys

34. Missä kunnossa ovat hampaasi?


- Oikein hyvässä
- Melko hyvässä
- Eivät hyvässä eivätkä huonossa
- Aika huonossa
- Erittäin huonossa



35. Milloin olit viimeksi hammaslääkärin tai -hygienistin vastaanotolla?

- Vajaa vuosi sitten
- 1–2 vuotta sitten
- 3–5 vuotta sitten
- Runsaat viisi vuotta sitten
- En ole koskaan ollut hammaslääkärillä tai -hygienistillä
- En tiedä/en muista

36. a) Oletko viimeksi kuluneen kolmen kuukauden aikana ollut mielestäsi hammaslääkärin hoidon tarpeessa, mutta et ole kuitenkaan hakeutunut hoitoon?

- En  Siirry kysymykseen 37
- Kyllä

b) Mistä syystä tai syistä et hakeutunut hammaslääkärin hoitoon?

Voit merkitä useita vaihtoehtoja.

- Vaivat loppuivat
- Taloudelliset syyt
- Vältän näitä käyntejä (hammaslääkärikammo)
- Minulla ei ollut aikaa
- Muu syy

Fyysinen aktiivisuus

37. Miten paljon olet liikkunut ja rasittanut kehoasi vapaa-ajalla viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

Jos aktiivisuudessasi on eroja esim. kesän ja talven välillä, yritä arvioida jonkinlainen keskiarvo. HUOM! Merkitse rastilla vain yksi vaihtoehto.

- Ei liikuntaa vapaa-ajalla
Käytät vapaa-aikasi etupäässä lukemiseen, tv:n katseluun, elokuvaan tai muuhun liikuntaa sisältämättömään toimintaan. Kävelet, pyöräilet tai liikut muulla tavalla vajaat 2 tuntia viikossa.
- Kohtuullista liikuntaa vapaa-ajalla
Kävelet, pyöräilet tai liikut muulla tavalla vähintään 2 tuntia viikossa, useimmiten hikoilematta. Tähän lasketaan mukaan myös kävely ja pyöräily töihin ja töistä, muut kävelyt, tavallinen puutarhatyö, kalastus, pöytätennis ja keilailu.
- Kohtuullista, säännöllistä liikuntaa vapaa-ajalla
Kuntoilet säännöllisesti 1-2 kertaa viikossa, vähintään 30 minuuttia kerrallaan juosten, uiden, tennistä tai sulkapallon pelaten tai muulla tavoin, mikä saa sinut hikoilemaan.
- Säännöllistä kuntoilua ja harjoittelua
Harrastat esim. lenkkeilyä, uintia, tennistä, sulkapalloa, kuntovoimistelua tai vastaavaa keskimäärin vähintään 3 kertaa viikossa. Jokainen kerta kestää vähintään 30 minuuttia.





38. Paljonko aikaa uhraat tavallisen viikon aikana kohtuullisesti rasittavalle toiminnalle, joka saa kehosi lämpiämään?

Esim. reipastahtiset kävelyt, puutarhatyö, raskaammat kotitaloustyöt, pyöräily ja uinti. Tämä saattaa vaihdella vuoden aikana, mutta yritä arvioida jonkinlainen keskiarvo. Merkitse vain yksi vaihtoehto.

- Vähintään 5 tuntia viikossa
- Enemmän kuin 3 tuntia, mutta vähemmän kuin 5 tuntia viikossa
- 1–3 tuntia viikossa
- Korkeintaan tunti viikossa
- Ei laisinkaan

39. Haluatko lisätä fyysisten toimintojesi määrää?

- Kyllä, ja luulen pystyväni tekemään sen omin avuin
- Kyllä, mutta tarvitsen tukea
- En

Ruokailutottumukset

40. a) Miten usein syöt vihanneksia ja juurikkaita?

Tämä koskee kaikenlaisia vihanneksia, palkokasveja, juurikkaita (paitsi perunoita). Ne voivat olla tuoreita, pakastettuja tai muhennettuja ja vihannesmehun tai -keiton yms. muodossa. Tämä voi vaihdella vuoden mittaan, mutta yritä arvioida jonkinlainen keskiarvo. Merkitse vain yksi vaihtoehto.

- Vähintään 3 kertaa päivässä
- 2 kertaa päivässä
- kerran päivässä
- 5–6 kertaa viikossa
- 3–4 kertaa viikossa
- 1–2 kertaa viikossa
- Joitakin kertoja kuukaudessa tai ei koskaan

b) Kuinka usein syöt hedelmiä tai marjoja?

Tämä koskee kaikenlaisia hedelmiä ja marjoja (tuoreita, pakastettuja, säilöttyjä, mehun tai kompotin yms. muodossa). Tämä saattaa vaihdella vuoden mittaan, mutta yritä arvioida jonkinlainen keskiarvo. Merkitse vain yksi vaihtoehto.

- Vähintään 3 kertaa päivässä
- 2 kertaa päivässä
- kerran päivässä
- 5–6 kertaa viikossa
- 3–4 kertaa viikossa
- 1–2 kertaa viikossa
- Joitakin kertoja kuukaudessa tai ei koskaan

41. Haluaisitko syödä enemmän hedelmiä ja vihanneksia?

- Kyllä, ja luulen pystyväni tekemään sen omin avuin
- Kyllä, mutta tarvitsen tukea
- En





Tupakointi- ja nuuskaustottumukset

Kysymykset kattavat savukkeet, pikkusikarit, sikarit, piipputupakan ja nuuskan.

42. Poltatko päivittäin?

- Kyllä **→** *Siirry kysymykseen 45*
 En

43. Poltatko vain toisinaan?

- En
 Kyllä

44. Oletko aikaisemmin polttanut päivittäin vähintään 6 kuukauden pituisen jakson ajan?

- En
 Kyllä

45. Haluatko lopettaa tupakoinnin?

- En polta
 Kyllä, ja luulen pystyväni tekemään sen omin avuin
 Kyllä, mutta tarvitsen tukea
 En

46. Käytätkö nuuskaa päivittäin?

- Kyllä **→** *Siirry kysymykseen 49*
 En

47. Nuuskaatko silloin tällöin?

- En
 Kyllä

48. Oletko aikaisemmin nuuskannut päivittäin vähintään 6 kuukauden pituisen jakson ajan?

- En
 Kyllä

49. Haluatko lopettaa nuuskan käytön?

- En nuuskaa
 Kyllä, ja luulen pystyväni tekemään sen omin avuin
 Kyllä, mutta tarvitsen tukea
 En



+

+

50. Kuinka usein oleskelet sisätiloissa, joissa toiset polttavat tai ovat juuri polttaneet?

Lisää rasti jokaiselle riville.

	Päivittäin	Kerran/useita kertoja viikossa	Kerran/useita kertoja kuukaudessa	Harvemmin tai ei koskaan
a) Kotonasi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Töissä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Kahvilassa, baarissa tai ravintolassa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Muissa sisätiloissa, esim. ystävien luona tai autossa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

51. Oletko joskus käyttänyt hasista tai marijuanaa?

- En
 Kyllä, runsaat 12 kuukautta sitten
 Kyllä, viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana
 Kyllä, viimeksi kuluneen 30 päivän aikana


52. Oletko joskus käyttänyt muita huumeita kuin hasis tai marijuana (esim. amfetamiini, kokaiini, heroini, ekstaasi tai LSD)?

- En
 Kyllä, runsaat 12 kuukautta sitten
 Kyllä, viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana
 Kyllä, viimeksi kuluneen 30 päivän aikana

Pelitottumukset

53. Oletko joskus viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana ostanut arpoja tai käyttänyt rahaa peleihin?

Peleillä tarkoitetaan esim. arpoja (trisslott), bingolottoa, kasinopelejä, veikkausta, raveja ja vastaavia ja Internetissä pelattavia rahapelejä, kuten pokeri ja vedonlyönti.

- En  Siirry kysymykseen 58
 Kyllä

54. Kun ajattelet viimeksi kulunutta 12 kuukautta, kuinka usein olet pelannut rahapelejä suuremmilla summilla kuin sinulla oikeastaan olisi vara hävitä?

- En koskaan
 Joskus
 Useimmiten
 Lähes aina

55. Kun edelleen ajattelet viimeksi kulunutta 12 kuukautta, kuinka usein sinun on pitänyt pelata rahapelejä aikaisempaa suuremmilla summilla saadaksesi pelaamisesta saman jännityksen tunteen?

- Ei koskaan
 Joskus
 Useimmiten
 Lähes aina

+

+

+

+

56. Kuinka usein rahapelejä pelattuasi olet palannut jonakin toisena päivänä takaisin yrittääksesi voittaa takaisin häviämäsi rahat?

- En koskaan
 Joskus
 Useimmiten
 Lähes aina

57. Kuinka usein olet lainannut rahaa tai myynyt jotakin saadaksesi rahaa pelaamista varten?

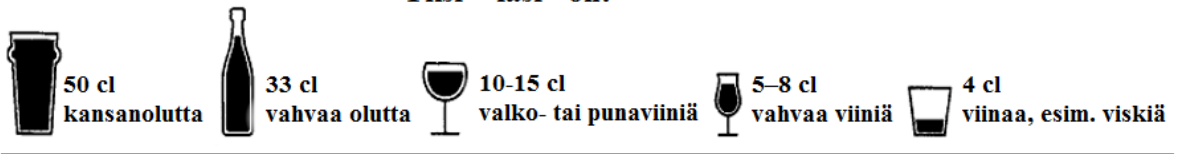
- En koskaan
 Joskus
 Useimmiten
 Lähes aina

Alkoholitottumukset

"Alkoholilla" tarkoitetaan kansanolutta (folköl), keskiolutta, vahvaa olutta, vahvaa siideriä, viiniä, vahvaa viiniä ja viinaa.

Vastaa kysymyksiin mahdollisimman tarkasti ja rehellisesti.

Yksi "lasi" on:



58. Kuinka usein olet juonut alkoholia viimeksi kuluneen 12 viikon aikana?

- Vähintään 4 kertaa viikossa
 2-3 kertaa viikossa
 2-4 kertaa kuukaudessa
 Korkeintaan kerran kuukaudessa
 En koskaan **→** Siirry kysymykseen 63

59. Montako "lasia" (katso esimerkkiä) juot normaalisti sinä päivänä, kun juot alkoholia?

- 1-2
 3-4
 5-6
 7-9
 Vähintään 10
 En tiedä

+

+



60. **Kuinka usein juot vähintään kuusi ”lasia” samalla kertaa?**

- Päivittäin tai melkein joka päivä
- Joka viikko
- Joka kuukausi
- Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- En koskaan

61. **Oletko viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana juonut niin paljon alkoholia, että olet tuntenut itsesi juopuneeksi?**

- Päivittäin tai melkein päivittäin
- Joitakin kertoja viikossa
- Kerran viikossa
- 2–3 kertaa kuukaudessa
- Kerran kuukaudessa
- Kerran tai joitakin kertoja puolessa vuodessa
- Harvemmin tai ei koskaan

62. **Haluaisitko vähentää alkoholin käyttöäsi?**

- Kyllä, ja luulen selviytyväni siitä omin avuin
- Kyllä, mutta tarvitsen apua
- En

Taloudellinen tilanne

63. **Jos joutuisit odottamatta tilanteeseen, jossa sinun pitäisi hankkia viikossa 15 000 kruunua, selviytyisitkö siitä?**

- Kyllä
- En

64. **Onko sinulla viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana ollut vaikeuksia selviytyä juoksevista menoista, kuten ruoka, vuokra, laskut yms?**


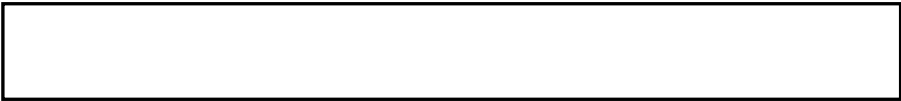
- Ei
- Kyllä, kerran
- Kyllä, useita kertoja



Työ ja työllistyminen

65. Mikä on nykyinen työsi?

Voit merkitä useita vaihtoehtoja.

- Olen palkkatyössä →  % kokopäivätyöstä
- Yksityisyrittäjä
- Virka- tai vanhempainvapaalla
- Opiskelen tai olen työharjoittelussa
- Työmarkkinatoimenpiteen kohde
- Työtön
- Vanhuuseläkkeellä
- Sairaus- tai aktivoitinkorvauksella (ennenaikais- tai sairauseläke)
- Pitkään sairauslomalla oleva (pitempään kuin 3 kuukautta)
- Hoidan omaa talouttani
- Muu: kirjoita ruutuun 

66. a) Mikä on tai oli pääasiallinen ammattisi?

Ellet käy tällä hetkellä ansiotöissä, ilmoita se ammatti, johon kuuluvia töitä olet etupäässä tehnyt. Yritä ilmoittaa mahdollisimman yksityiskohtainen ammattinimike.

Esimerkiksi: Kirjoita assistentin sijaan esimerkiksi ostoassistentti. Tekstaa!

Esimerkiksi: Kirjoita autonkuljettajan sijaan esim.: LINJA-AUTONKULJETTAJA

 BUSCHAUFFÖR

Ammattisi:



b) Mitkä ovat tai olivat pääasialliset työtehtäväsi?

Kuvaile pääasialliset työtehtäväsi. Jos esim. olet projektipäällikkö tai vastaava, kirjoita, mitä teet siinä tehtävässä. Kirjoita esimerkiksi "olet vastuussa vanhustenhuollon työympäristön parantamisesta". Jos olet töissä tehtaassa, kirjoita, mitä teet tai valmistat.





Seuraavassa sinulle esitetään ammattityön tekijänä muutama kysymys (vaikka olisitkin sairauslomalla tai vanhempain- tai virkavapaalla, sinun pitää vastata). Jos et ole ansiotöissä, siirry kysymykseen 69).

67. Miten viihdyt työtehtävissäsi?

- Oikein hyvin
- Aika hyvin
- En hyvin enkä huonosti
- Aika huonosti
- Erittäin huonosti

68. Pelkäätkö menettäväsi työpaikkasi tulevan vuoden aikana?

- Kyllä
- En

69. a) Autatko jotakuta sairasta tai vanhempaa läheistäsi arkipäivän askareissa, huolehdit hänestä ja hoidat häntä?

- Kyllä
- En **→ Siirry kysymykseen 70**

b) Kuinka monta tuntia viikossa autat keskimäärin häntä?

tuntia viikossa

Turvallisuus ja sosiaaliset suhteet

70. Onko joskus käynyt niin, ettet uskalla mennä yksin ulos, koska pelkää, että joku käy kimppuusi, ryöstää sinut tai ahdistelee sinua muulla tavoin?

- Ei
- Kyllä, joskus
- Kyllä, usein

71. a) Oletko viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana joutunut väkivallan kohteeksi?

- Kyllä
- Ei **→ Siirry kysymykseen 72**

b) Missä väkivalta tapahtui?

Voit merkitä useita vaihtoehtoja.

- Työpaikalla, töissä tai koulussa
- Kotona
- Jonkun toisen asunnossa tai asuntoalueella
- Julkisella paikalla tai huvittelupaikassa
- Junassa, bussissa, maanalaisessa tai niiden läheisyydessä
- Muualla




+

+

72. Onko sinua viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana uhkailtu tai uhattu väkivallalla siten, että aloit pelätä?

- Kyllä
 Ei

73. Onko sinua viimeksi kuluneen kolmen kuukauden aikana kohdeltu tavalla, jonka olet tuntenut loukkaavaksi?

- Ei  Siirry kysymykseen 75
 Kyllä, muutaman kerran
 Kyllä, useita kertoja

74. Onko syynä loukkaavaan kohteluun ollut jokin/jotkin seuraavista vaihtoehdoista?

Voit merkitä useita vaihtoehtoja.

- Etninen tausta
 Sukupuoli
 Seksuaalinen suuntautuminen
 Ikä
 Toimintarajoite
 Uskonto
 Ihonväri
 Ulkonäkö
 Sukupuoli-identiteetti ja sukupuolen ilmaus
 Muu
 En tiedä

75. Onko sinulla ketään ystävää, jolle voit kertoa sisimmät tunteesi ja jolle voit uskoutua?

- Kyllä
 Ei

76. Voitko saada apua yhdeltä tai useammalta ihmiseltä, jos sinulle tulee käytännön ongelmia tai sairastut?

Esimerkiksi voit saada neuvoja, lainata tavaroita sekä apua ruokaostoissa, korjauksissa yms.

- Kyllä, aina
 Kyllä, useimmiten
 Ei, useimmiten ei
 Ei, ei koskaan

77. Voitko mielestäsi yleisesti ottaen luottaa useimpiin ihmisiin?

- Kyllä
 En

+

+

+

+

78. Oletko viimeisen 12 kuukauden aikana osallistunut johonkin seuraavista tapahtumista?*Voit merkitä useita vaihtoehtoja.*

- Opintopiiri tai kurssi työpaikallasi
 Opintopiiri tai kurssi vapaa-ajallasi
 Ammattiyhdistyksen kokous
 Muun yhdistyksen kokous
 Teatteri/elokuva
 Taidenäyttely
 Uskonnollinen kokous
 Urheilutapahtuma
 Kirjoittanut aamulehden tai aikakauslehden yleisönosastoon
 Jonkintyyppinen mielenosoitus
 Julkinen tilaisuus, esim. yökerho, tanssit tai vastaava
 Suurehko sukukokous
 Yksityiset juhlat jonkun luona
 En mihinkään näistä

79. Kuinka suuri on luottamuksesi seuraaviin yhteiskunnan instituutioihin tai poliitikkoihin?*Merkitse rasti jokaiselle riville.*

	Hyvin suuri	Aika suuri	Ei erityisen suuri	En luota laisinkaan	En osaa sanoa
a) Sairaanhoido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Vanhustenhuolto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Lasten päivähoito	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Koulu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Poliisi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Sosiaalipalvelu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Työnvälitys	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Vakuutuskassa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Valtio päivät	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Maakäräjä-/aluepoliitikosi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k) Kuntasi poliitikot	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l) Ammattiyhdistykset	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Taustasi**80. Minä vuonna olet syntynyt?**V:

+

+



81. Oletko mies vai nainen?

- Mies
- Nainen

82. Mikä on seksuaalinen suuntautumisesi?

- Heteroseksuaalinen
- Biseksuaalinen
- Homoseksuaalinen
- Olen epävarma seksuaalisesta suuntautumisestani

83. Miten asut?

- Oma talo tai rivitalo
- Asumisoikeus- tai osakehuoneisto
- Vuokraoikeus
- Alivuokralaisasunto, opiskelija-asunto tai -huone
- Muu

84. a) Kenen kanssa asut yhdessä?

Ts. kenen kanssa asut suurimman osan viikosta. Voit merkitä useita vaihtoehtoja.

- En kenenkään
 - Vanhempien/sisarten
 - Avio-/avopuolison, partnerin
 - Muiden täysi-ikäisten
 - Lapsen tai lasten
- } *Siirry kysymykseen 88*

b) Minkä ikäisiä ovat lapset, joiden kanssa asut?

- 0–6 vuotta
- 7–12 vuotta
- 13–17 vuotta
- Vähintään 18 vuotta

Kysymyksiin 85–87 vastaa ainoastaan alle 18-vuotiaiden, kotona asuvien lasten huoltaja. Muut jatkavat kysymyksestä 88.

85. Onko yhdellä tai useammalla näistä lapsista jokin pitempiaikainen sairaus, toimintarajoite tai muu pitkäaikainen terveysongelma?

- Ei **→** *Siirry kysymykseen 88*
- Kyllä

86. Minkä tasoiseksi vaikeudeltaan arvioit sairaudet, toimintarajoitteet tai terveysongelmat?

- Lieviksi
- Keskivaikeiksi
- Vaikeiksi

87. Vaikuttaako tämä jokapäiväiseen elämääsi?

- Ei, ei laisinkaan
- Kyllä, tietyssä määrin
- Kyllä, suuressa määrin





88. Jos sinulla on jotakin lisättävää, kirjoita se tähän. Kirjoittamasi tiedot lähetetään edelleen Folkhälsomyndigheten ja vastaaville maakäräjille/aluehallinnolle yhdessä vastauksesi kanssa.

KIITOS, ETTÄ UHRASIT AIKAASI KYSELYYN VASTAAMISEEN!

Lähetä kyselylomake oheistetussa kirjekuoressa.

Onko sinulla kysyttävää?

Jos haluat lisätietoja tutkimuksesta tai siitä, miten kyselyyn tulee vastata, voit soittaa Statistiska centralbyrån, Folkhälsomyndigheten tai Norrbottenin läänin maakäräjät tai lähettää niille sähköpostiviestin.



Statistiska centralbyrån
Statistics Sweden

019-17 69 30

folkhalsa@scb.se



Folkhälsomyndigheten

010-205 28 57

folkhalsoenkatn@folkhalsomyndigheten.se

