

Helse- og livsstilsundersøkelse



Vi ber deg fylle ut spørreskjema så nøyte som mulig og levere det ved oppmøte til den innkalte helseundersøkelsen.

Skjema skal leses optisk. Vennligst bruk blå eller sort penn.

Bruk blokkbokstaver. Du kan ikke bruke komma, forhøy for eksempel 0,5 til 1.



1. I hvilket år er du født?

Årstall
| | | |

2. Er du?

Kvinne ☐ Mann ☐

3. Hva er din sivilstatus?

☐ Gift ☐ Samboer ☐ Skilt
☐ Ugift ☐ Enke/enkemann

4. Hvor mange års skolegang har du gjennomført? (Ta med alle år du har gått på skole eller studert)

Antall år
| |

5. Hvis du er kvinne: Hvor mange barn har du født?

Antall
| |

6. Hvis du er kvinne: Hvor mange barn har du ammet?

Antall
| |

Egen helse

7. Hvordan er helsen din? (Sett ett kryss)

☐ Dårlig ☐ God
☐ Ikke helt god ☐ Svært god

8. Hvordan vurderer du tannhelsen din? (Sett ett kryss)

☐ Dårlig ☐ God
☐ Ikke helt god ☐ Svært god

9. Har du tannprotese/gebiss/tannbro?

☐ Ja ☐ Nei

10. Når var du sist hos tannlege eller tannpleier?

☐ Mindre enn ett år siden ☐ 1–2 år siden
☐ 3–5 år siden ☐ Mer enn 5 år siden

11. Hvor fornøyd er du med tannhelsetjenesten i din kommune? (Sett ett kryss)

Svært misfornøyd ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Svært fornøyd ☐ Vet ikke ☐



Hjerte-karsykdommer

12. Har du eller har du hatt høyt blodtrykk?

☐ Ja ☐ Nei

13. Hvis ja, hvor gammel var du da du fikk høyt blodtrykk?

Alder
| |

14. Bruker du medisin mot høyt blodtrykk?

Ja, nå ☐ Før, men ikke nå ☐ Aldri ☐

15. Hvis du bruker eller tidligere har brukt blodtrykksmedisin, omtrent hvor gammel var du første gang du begynte med slik medisin?

Alder
| |

16. Har du hatt hjerteinfarkt?

☐ Nei, aldri ☐ 1 gang ☐ 2 ganger ☐ 3 eller flere

17. Hvis ja, hvor gammel var du første gang du fikk hjerteinfarkt?

Alder
| |

18. Har du angina pectoris (hjertekrampe)?

☐ Ja ☐ Nei

19. Hvis ja, hvor ofte har du merket slike smerter i løpet av den siste måneden?

Sjelden ☐ 1 gang pr. uke ☐ 2-3 ganger pr. uke ☐ 4-6 ganger pr. uke ☐ 7 eller flere ganger pr. uke ☐

20. Hvor gammel var du første gang du fikk angina pectoris?

Alder
| |

21. Har du blitt hjerteoperert (bypass)?

☐ Ja ☐ Nei

22. Har du blitt blokket/fått innsatt stent?

☐ Ja ☐ Nei

23. Har legen sagt at du har hjerteflimmer?

☐ Ja ☐ Nei

24. Hvor gammel var du første gang du fikk hjerteflimmer?

Alder
| |



Diabetes (sukkersyke)

25. Har du noen gang fått påvist diabetes (for høyt blodsukker)? ☐ Ja ☐ Nei

Dersom nei, gå videre til spørsmål 35. +

26. Dersom ja, hvilken type diabetes har du fått påvist? (Sett ett eller flere kryss)

Svangerskapsdiabetes

Diabetes type I ☐

Diabetes type II ☐

27. Hvordan ble din diabetes oppdaget?

Jeg søkte lege pga. symptomer..... ☐ Ja ☐ Nei

Ble oppdaget uten at jeg hadde symptomer (legeattest, bedriftskontroll, svangerskapskontroll, undersøkelse for annen sykdom e.l.)..... ☐ Ja ☐ Nei

28. Hvor gammel var du da din diabetes ble oppdaget? Alder

INSULIN

29. Bruker du insulin mot din diabetes? _____

Ja, nå	ikke nå	brukt
☐	☐	☐

Dersom du bruker eller har brukt insulin:

30. Hvor gammel var du da du begynte med insulin?

31. Hvor mange gange pr. dag tar du/tok du vanligvis insulin?.....

--

 ganger

32. Hvor mange enheter insulin tar du/tok du vanligvis til sammen pr. dag? enheter(E

TABLETTER

33. Bruker du tabletter mot din diabetes? ☐ Ja, nå ☐ ikke nå ☐ brukt

Dersom du bruker eller har brukt tabletter:

34. Hvor gammel var du da du begynte med
tabletter mot diabetes?

Andre sykdommer

35. Har du eller har du noen gang hatt? +

	Ja	Nei	Alder første gangen
--	----	-----	---------------------

Astma ☐ ☐ ☐

Eksem 

Kronisk bronkitt, emfysem,
KOLS ☐ ☐ ☒

Multipel sklerose (MS) ☐ ☐ ☐

Psoriasis ☐ ☐ ☐

Bechterews sykdom ☐ ☐ ☐

Smerter

36. Har du smerter nå som har vart i tre måneder eller lengre?..... ☐ Ja ☐ Nei

37. Hvis ja, vennligst angi hvor sterke smerter du har hatt den siste uken: (Sett ett kryss)

Ingen smerte 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Verste tenkelige smerte

38. Angi hvor smertene er mest plagsomme:

(Sett ett kryss)

☐ Nakke ☐ Korsrygg ☐ Annet

Fysisk aktivitet

39. Vi ber deg angi din fysiske aktivitet etter en skala fra svært lite til svært mye da du var 14 år, 30 år og i dag. Skalaen nedenfor går fra 1-10. Med fysisk aktivitet mener vi både arbeid i hjemmet og i yrkeslivet, samt trening og annen fysisk aktivitet som turgåing o.l. Sett kryss under det tallet som best angir ditt nivå av fysisk aktivitet.

[illegible]

Alkohol

40. Er du totalavholdskvinne/mann? ... ☐ Ja ☐ Nei

41. Hvis nei, hvor ofte og hvor mye drakk du i gjennomsnitt siste året? (Sett ett kryss for hver linje)

	aldri/ sjelden	1 pr. mnd.	2-3 pr. mnd.	1 pr. uke	2-4 pr. uke	5-6 pr. uke	1 pr. dag	2+ pr. dag
Øl/rusbrus (½ l.).....	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vin (glass).....	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Brennevin (drink/shot).....	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Likør/hetvin (glass).....	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Røykevaner

42. Har du noen gang røykt daglig?..... ☐ Ja ☐ Nei

Dersom du aldri har røykt daglig, kan du gå videre til spørsmål 47.

43. Røyker du daglig nå?..... ☐ Ja ☐ Nei

44. Hvis du har sluttet å røyke daglig, hvor gammel var du da du sluttet?..... Alder

45. Hvor mange år til sammen har du røykt daglig?..... År

46. Hvor mange sigaretter/rulletobakk har du i gjennomsnitt røykt daglig i de årene du har røkt daglig?..... Antall

47. Bor du sammen med noen som røyker?..... ☐ Ja ☐ Nei

Språk og bruk av tolk

48. Hvilket språk ønsker du først og fremst å snakke med helsepersonell på? (Sett ett eller flere kryss)

Norsk ☐ Samisk ☐ Annet, beskriv: ☐

49. Hvis du har svart «samisk», men ikke fikk tilbud om samisktalende lege ved siste legebesøk, ble det da tilbudt tolk?

Hos fastlegen

☐ Ja ☐ Nei
☐ Ønsker ikke bruke tolk ☐ Ikke aktuelt

På sykehus/ hos spesialist

☐ Ja ☐ Nei
☐ Ønsker ikke bruke tolk ☐ Ikke aktuelt

Familie og språkbakgrunn

50. Hvordan var de økonomiske forhold i familien under din oppvekst? (Sett ett kryss)

☐ Meget gode ☐ Gode ☐ Vanskelige ☐ Meget vanskelige

I Nord-Norge bor det folk med ulike etnisk bakgrunn. Det vil si at de snakker ulike språk og har forskjellige kulturer. Eksempler på etnisk bakgrunn, eller etnisk gruppe er norsk, samisk og kvensk.

51. Hvilket hjemmespråk har/hadde du, dine foreldre og besteforeldre? (Sett ett eller flere kryss)

	Norsk	Samisk	Kvensk	Annet, beskriv:
Morfar.....	☐	☐	☐	☐
Mormor.....	☐	☐	☐	☐
Farfar.....	☐	☐	☐	☐
Farmor.....	☐	☐	☐	☐
Far.....	☐	☐	☐	☐
Mor.....	☐	☐	☐	☐
Jeg selv.....	☐	☐	☐	☐

52. Hva er din, din fars og din mors etniske bakgrunn? (Sett ett eller flere kryss)

	Norsk	Samisk	Kvensk	Annet, beskriv:
Min bakgrunn:.....	☐	☐	☐	☐
Min fars bakgrunn:.....	☐	☐	☐	☐
Min mors bakgrunn:.....	☐	☐	☐	☐

53. Hva regner du deg selv som?

(Sett ett eller flere kryss)

Norsk ☐ Samisk ☐ Kvensk ☐ Annet, beskriv: ☐

Erfaringer og bruk av helsetjenester

54. Den legen du vanligvis bruker er:

- ☐ Din fastlege ☐ Annen lege

55. Hvor lenge har du hatt din nåværende fastlege?

- ☐ Mindre enn 6 mnd ☐ 6 til 11 måneder
☐ 12 til 24 mnd ☐ Mer enn 2 år

56. Har du i løpet av de siste 12 mnd kontaktet fastlegen din for hjelp eller råd til deg selv?

- ☐ Ja ☐ Nei

Hvis ja, opplevde du at du fikk den hjelpen du ba om?

- ☐ Aldri ☐ Av og til ☐ Vanligvis ☐ Alltid

57. Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med følgende sider ved fastlegetjenesten? (Sett ett kryss)

	Meget fornøyd	Fornøyd	Misfornøyd	Meget misfornøyd	Vet ikke
Fastlegens tilgjengelighet på telefon.....	☐	☐	☐	☐	☐
Ventetid for å få time hos fastlege.....	☐	☐	☐	☐	☐
Tid hos fastlegen.....	☐	☐	☐	☐	☐
Fastlegens forståelse for dine problem.....	☐	☐	☐	☐	☐
Fastlegens informasjon om dine helseplager, undersøkelse og behandlingsopplegg.....	☐	☐	☐	☐	☐
Totalt sett, hvor fornøyd eller misfornøyd er du med den kommunale helsetjenesten?.....	☐	☐	☐	☐	☐

De neste spørsmålene omhandler spesialisthelsetjenesten.

Med spesialisthelsetjenesten menes det sykehus, distriktpsikiatrisk senter (DPS), spesialistlegesenter eller enkeltspesialist.

58. Har du i løpet av de siste 12 måneder vært til undersøkelse eller behandling for *fysiske plager* hos:

- ☐ Sykehus ☐ Spesialistlegesenter
☐ Privatpraktiserende spesialist ☐ Ingen av delene

59. Har du i løpet av de siste 12 måneder vært til undersøkelse eller behandling for *psykiske plager* hos:

- ☐ Psykiatrisk sykehus ☐ Distriktpsikiatrisk senter
☐ Privatpraktiserende spesialist ☐ Ingen av delene

60. Dersom du har vært til behandling hos spesialist for fysiske eller psykiske plager, svar på følgende spørsmål: (Sett ett kryss)

Svar på en skala fra 0 til 10 (0 = i liten grad 10 = i stor grad)

Fikk du anledning til å fortelle det du følte var viktig om din tilstand?

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ikke aktuelt
For fysiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
For psykiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Snakket legene/behandlerne til deg slik at du forstod dem?

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ikke aktuelt
For fysiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
For psykiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Alt i alt, har du tillit til sykehuset eller spesialisten du var hos?

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ikke aktuelt
For fysiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
For psykiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Alt i alt, hvor tilfreds er du med pleien og behandlingen du eventuelt fikk?

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ikke aktuelt
For fysiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
For psykiske plager	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐