

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *



Vestfold og Telemark
FYLKESKOMMUNE



Folkehelseundersøkelsen - Helse og trivsel i Vestfold og Telemark 2021

Klikk på knappen «Neste side» for å komme til samtykkeerklæring og spørreskjema.

Dette er en undersøkelse om livskvalitet, helse, trivsel og andre forhold som har betydning for folkehelsen. Dersom du vil lese mer om undersøkelsen, finner du informasjon på nettsidene til Vestfold og Telemark fylkeskommune www.vtfk.no/folkehelseundersokelsen2021.

Undersøkelsen vil ta ca. 20 minutter.



Sideskift

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

SAMTYKKE

Samtykket gjelder folkehelseundersøkelsen i Vestfold og Telemark 2021.

Hovedformålet med denne undersøkelsen er å skaffe resultater som fylkes- og bostedskommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet.

Undersøkelsen innebærer at du fyller ut et spørreskjema. Det blir spurt om helse, helseatferd, trivsel og livskvalitet.

Hva skjer med opplysningene dine?

Opplysningene som du gir i spørreskjemaet blir oppbevart og behandlet etter gjeldende regler om personvern. Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjennerende opplysninger. Fødselsnummeret oppbevares adskilt fra andre opplysninger om deg. All forskning vil følge gjeldende regler for forskning, og bli utført av Folkehelseinstituttet eller andre godkjente institusjoner.

De innsamlede opplysningene vil også bli brukt til forskning som kan gi mer kunnskap om befolkningens helse og faktorer som påvirker helsen. I denne sammenheng kan det være aktuelt å hente inn opplysninger fra andre registre i tillegg, for eksempel opplysninger om utdanning, inntekt og trygdeytelser fra registre som er forvaltet av Statistisk sentralbyrå, eller opplysninger om sykdom og behandling fra medisinske registre som Kreftregisteret, Norsk pasientregister, Hjerte- og karregisteret. Innhenting av tilleggsopplysninger er også nødvendig for å utføre kvalitetskontroll og for å kunne gjøre best mulige analyser.

Fylkeskommunen/bostedskommunen kan få oversendt anonyme datafiler for videre analyser og statistiske fremstillinger. Alle personidentifiserende kjennetegn og opplysninger som kan brukes til å identifisere deltakerne blir fjernet fra datafilene før oversendelse.

Fylkeskommunen kan også få tilgang til datafiler som kan være indirekte personidentifiserende, men som ikke inneholder direkte personidentifiserende kjennetegn som navn, fødselsnummer eller adresse. I tillegg kan disse datafilene bli sammenstilt med opplysninger fra registre forvaltet av Statistisk sentralbyrå eller matrikkelen (kartdata). Formålet er videre analyser og statistiske framstillinger for kunnskapsarbeid i Vestfold og Telemark. Nøkkelen som kobler navn og fødselsnummer med øvrige opplysninger forvaltes av FHI og er underlagt sterk adgangsbegrensning. Fylkeskommunen vil ikke kunne anvende personopplysninger til saksbehandling på individnivå og må følge regler for forsvarlig håndtering av personopplysninger.

Opplysninger fra folkehelseundersøkelsen i Vestfold og Telemark vil også kunne inngå i en samlet folkehelseundersøkelse for hele landet. Det kan også bli aktuelt å sammenstille opplysninger fra folkehelseundersøkelsen i Vestfold og Telemark med andre helseundersøkelser, som for eksempel Den norske mor, far og barn-undersøkelsen. Datainnsamlingen er hjemlet i forskrift om oversikt over folkehelsen § 7.

For å legge til rette for statistikk og forskning vil opplysningene bli oppbevart på ubestemt tid etter avsluttet innsamling. Formålet er å følge utviklingen i helse, livskvalitet og levekår over tid og blant annet undersøke årsaker til sykdom. Ved eventuelle oppfølgingsstudier vil du kunne bli kontaktet på nytt.

Du vil ikke få individuell tilbakemelding om resultater fra folkehelseundersøkelsen.

Dine rettigheter:

- Det er frivillig å delta
- Du kan trekke samtykket ditt når som helst og be om at opplysningene blir slettet. Dette kan du gjøre ved å sende en henvendelse på e-post til fylkeshelseundersokelser@fhi.no
- Du har rett til innsyn i hvilke opplysninger som er lagret om deg, og hva opplysningene er blitt brukt til

Folkehelseinstituttet har behandlingsansvaret for undersøkelsen. Personvernombud kan kontaktes ved å sende epost til personvernombud@fhi.no

Informasjon om rettighetene dine finnes på Folkehelseinstituttets nettside: www.fhi.no/studier/fhus/. Her finner du også kontaktinformasjon til behandlingsansvarlig, forskningsansvarlig og folkehelseinstituttets personvernombud.

Resultater fra undersøkelsen vil bli publisert på fylkeskommunens nettsider: www.vtfk.no/folkehelseundersokelsen2021

Forskning basert på undersøkelsen vil bli publisert på Folkehelseinstituttets nettsider: www.fhi.no/studier/fhus/

Dersom du ønsker å klage på behandlingen av opplysningene dine, kan du sende klage til Datatilsynet.

Jeg samtykker/godkjenner at opplysningene jeg gir, kan brukes i samsvar med ovennevnte. *

Ja, jeg samtykker

Ditt fødselsnummer: *

 Sideskift

Side 3

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 1. NÆRMILJØET, KOMMUNEN

1.1. I hvilken grad trives du i nærmiljøet ditt?

I stor grad

I noen grad

I liten grad

Ikke i det hele tatt

Tilgang på fasiliteter og servicetilbud lokalt

Tenk på ditt nærmiljø og din kommune.

1.2. Opplever du at kulturtilbud (eksempelvis kino, bibliotek, kulturhus, konserter, teater) er lett tilgjengelige?

Tilgjengeligheten er:

Svært god

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

Vet ikke

1.3. Opplever du at idrettstilbud (eksempelvis idrettshall, svømmehall, treningscenter, ski/lysløyper) er lett tilgjengelige?

Tilgjengeligheten er:

Svært god

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

Vet ikke

1.4. Opplever du at butikker, spisesteder og andre servicetilbud er lett tilgjengelige?

Tilgjengeligheten er:

Svært god

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

Vet ikke

 Sideskift

Side 4

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

1.5. Opplever du at offentlig transport er lett tilgjengelig?

Tilgjengeligheten er:

Svært god

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

Vet ikke

1.6. Opplever du at det er enkelt for deg å komme deg til natur- og friluftsområder, inkludert parker og andre grøntarealer?

Tilgjengeligheten er:

Svært god

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

Vet ikke

1.7. Opplever du at du har god tilgang til kystlinje/strand eller sjøen der du bor?

Tilgjengeligheten er:

Svært godt

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

Vet ikke

Jeg bor ikke i nærheten av sjø eller innsjø

1.8. Opplever du at gang- og sykkelveier er godt utbygde i ditt nærområde?

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

Vet ikke

 Sideskift

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Deltagelse i aktiviteter

1.9. Hvor ofte deltar du i organisert aktivitet / frivillig arbeid, som for eksempel idrettslag, politiske lag, trossamfunn, kor eller lignende?

Daglig

Ukentlig

1-3 ganger per måned

Sjeldnere

Aldri

1.10. Hvor ofte deltar du i annen aktivitet, som for eksempel klubb, møter, treffe venner, trimturer med venner/kolleger eller andre?

Daglig

Ukentlig

1-3 ganger per måned

Sjeldnere

Aldri



Sideskift

Side 6

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 2. HELSE

2.1. Hvordan vurderer du alt i alt din egen helse?

Vil du si at den er:

Svært god

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

2.2. Hvordan vurderer du tannhelsen din?

Vil du si at den er:

Svært god

God

Verken god eller dårlig

Dårlig

Svært dårlig

2.3. Når var du sist hos tannlege/tannpleier?

0-2 år siden

3-5 år siden

Mer enn 5 år siden

2.3a. Hvorfor er det mer enn 5 år siden du var hos tannlege/tannpleier?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «Mer enn 5 år siden» er valgt i spørsmålet «2.3. Når var du sist hos tannlege/tannpleier?»

Flere kryss er mulig.

Økonomiske årsaker

Redsel/frykt

Problem med transport/reisevei

Andre årsaker



Sideskift

Side 7

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Kroppshøyde og vekt

2.4. Hvor høy er du uten sko?

Oppgi i cm:

2.5. Hvor mye veier du uten klær og sko?

Oppgi i hele kg.

(Hvis du er gravid, oppgi vekt før graviditet.)



Side 8

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Psykiske plager

2.6. I hvilken grad har du vært plaget av **nervøsitet** eller **indre uro** den siste uken?

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

2.7. I hvilken grad har du vært plaget av **redsel** eller **engstelse** den siste uken?

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

2.8. I hvilken grad har du vært plaget av en følelse av **håpløshet** med tanke på fremtiden den siste uken?

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

2.9. I hvilken grad har du vært plaget av **nedtrykthet** eller **tungsindighet** den siste uken?

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

2.10. I hvilken grad har du vært plaget av **bekymring** eller **uro** den siste uken?

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

 Sideskift

Side 9

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Søvn

Følgende spørsmål om søvnen din gjelder hvordan du vanligvis har det nå.

2.11. Hvor ofte har du vanskelig for å sovne om kvelden?

- Aldri/sjelden
- Av og til
- 1-2 ganger per uke
- Minst 3 ganger per uke

2.12. Hvor ofte har du gjentatte oppvåkninger om natten?

- Aldri/sjelden
- Av og til
- 1-2 ganger per uke
- Minst 3 ganger per uke

2.13. Hvor ofte er du trøtt eller søvnig på dagtid?

- Aldri/sjelden
- Av og til
- 1-2 ganger per uke
- Minst 3 ganger per uke

2.14. Om du har søvnvansker, hvor lenge har de vart?

- Mindre enn 1 måned
- 1-2 måneder
- 3-6 måneder
- 7-12 måneder
- Mer enn 1 år
- Jeg har ikke søvnvansker

2.15. Hvor mange timer søvn får du **vanligvis** per natt på hverdager?

Ta et gjennomsnitt.

Velg ...

 Sideskift

Side 10

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *


Langvarige helseproblemer og funksjonsnedsettelse

2.16. Har du noen langvarige **sykdommer** eller **helseproblemer**? Vi tenker også på sykdommer eller problemer som er sesongbetonte, eller som kommer og går.

Betingelsen er at den/de har vart, eller forventes å vare i minst seks måneder.

- Ja
- Nei

2.16a. Hvordan påvirker disse sykdommene/helseproblemene din hverdag?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.16. Har du noen langvarige sykdommer eller helseproblemer? Vi tenker også på sykdommer eller problemer som er sesongbetonte, eller som kommer og går.»

- I stor grad
- I noen grad
- I liten grad
- Ikke i det hele tatt

2.17. Har du noen **funksjonsnedsettelse** eller har du **plager som følge av skade**?

Vi tenker også på plager som kommer og går.

Ja

Nei

2.17a. Hvordan påvirker funksjonsnedsettelsen (plagene) din hverdag?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.17. Har du noen funksjonsnedsettelse eller har du plager som følge av skade?»

I stor grad

I noen grad

I liten grad

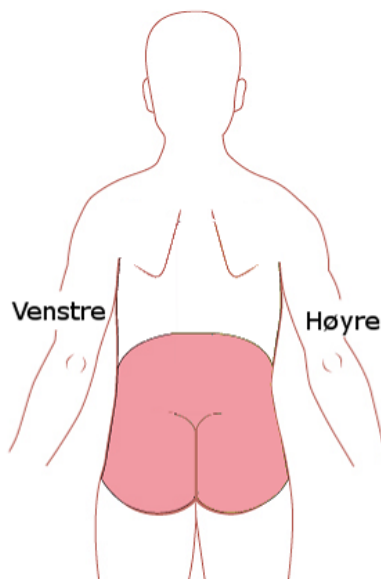
Ikke i det hele tatt

 Sideskift

Side 11

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Nakke- og korsryggsmerter




2.18. I løpet av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i korsryggen

Ja

Nei


2.18a. Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i korsryggen?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.18. I løpet av <u>de siste 28 dagene (4 ukene)</u>, har du hatt smerter i korsryggen»

Smerter deler av dagen teller som en dag.

Velg ...

2.18b. Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har smertene i korsryggen medført at du har måttet begrense dine vanlige aktiviteter eller endre dine daglige rutiner?

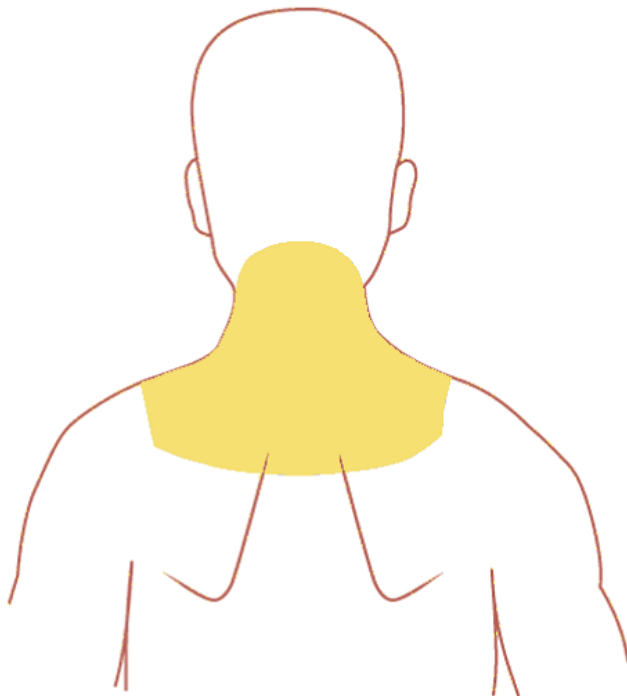
 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.18. I løpet av <u>de siste 28 dagene (4 ukene)</u>, har du hatt smerter i korsryggen»

Velg ...

 Sideskift

Side 12

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *




2.19. I løpet av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i nakken?

Ja

Nei


2.19a. Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i nakken?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.19. I løpet av <u>de siste 28 dagene (4 ukene</u>), har du hatt smerter i nakken?»

Smerter deler av dagen teller som en dag.

Velg ...

2.19b. Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har smertene i nakken medført at du har måttet begrense dine vanlige aktiviteter eller endre dine daglige rutiner?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.19. I løpet av <u>de siste 28 dagene (4 ukene</u>), har du hatt smerter i nakken?»

Velg ...



Side 13

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 3. SOSIAL STØTTE, ENSOMHET

Sosial støtte

3.1. Hvor mange personer står deg så nær at du kan regne med dem hvis du har store personlige problemer?

Regn også med nærmeste familie.

Ingen

1-2

3-5

6 eller flere

3.2. Hvor stor interesse viser andre for det du gjør?

Vil du si at de viser:

Stor interesse

Noe interesse

Verken stor eller liten interesse

Liten interesse

Ingen interesse

3.3. Hvor lett er det å få praktisk hjelp fra naboer om du skulle trenge det?

Er det:

Svært lett

Lett

Verken lett eller vanskelig

Vanskelig

Svært vanskelig



Side 14

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Ensomhet

3.4. Hvor ofte føler du at du savner noen å være sammen med?

Aldri

Sjelden

Av og til

Ofte

Svært ofte

3.5. Hvor ofte føler du deg utenfor?

Aldri

Sjelden

Av og til

Ofte

Svært ofte

3.6. Hvor ofte føler du deg isolert fra andre?

- Aldri
- Sjelden
- Av og til
- Ofte
- Svært ofte



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 4. HELSERELATERT ATFERD

Fysisk aktivitet

4.1. Omtrent hvor mange timer sitter du i ro på en vanlig hverdag?

Regn med tiden både på jobb, i skole og på fritiden.

4.2. Hvor ofte trener eller mosjonerer du vanligvis?

Med mosjon mener vi at du f.eks. går tur, går på ski, svømmer eller driver trening/idrett. Inkluder også eventuell mosjon/trening til/fra jobb. Ta et gjennomsnitt.

- Aldri
- Sjeldnere enn en gang i uken
- En gang i uken
- 2-3 ganger i uken
- 4-5 ganger i uken
- Omtrent hver dag

4.2a. Hvor hardt trener eller mosjonerer du?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Sjeldnere enn en gang i uken», «En gang i uken», «Omtrent hver dag», «2-3 ganger i uken» eller «4-5 ganger i uken» er valgt i spørsmålet «4.2. Hvor ofte trener eller mosjonerer du vanligvis?»

Ta et gjennomsnitt.

- Tar det rolig uten å bli andpusten eller svett
- Tar det så hardt at jeg blir andpusten og/eller svett
- Tar meg nesten helt ut

4.2b. Hvor lenge holder du på hver gang?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Sjeldnere enn en gang i uken», «En gang i uken», «Omtrent hver dag», «2-3 ganger i uken» eller «4-5 ganger i uken» er valgt i spørsmålet «4.2. Hvor ofte trener eller mosjonerer du vanligvis?»

Ta et gjennomsnitt.

- Mindre enn 15 minutter
- 15 minutter - 29 minutter
- 30 minutter - 1 time
- Mer enn 1 time

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Sjeldnere enn en gang i uken», «En gang i uken», «Omtrent hver dag», «2-3 ganger i uken» eller «4-5 ganger i uken» er valgt i spørsmålet «4.2. Hvor ofte trener eller mosjonerer du vanligvis?»

4.2c. Svar "Ja eller "Nei" på om du **vanligvis** trener eller mosjonerer i følgende omgivelser:

	Ja	Nei
Innendørs hjemme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Innendørs i treningshall, treningsstudio eller liknende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Utendørs, i naturomgivelser (for eksempel skog, sjø, park, kyststi, fjell)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Utendørs, i boligområder, byomgivelser, langs bebygget vei	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Dette elementet vises kun dersom alternativet «Sjeldnere enn en gang i uken», «En gang i uken», «Omtrent hver dag», «2-3 ganger i uken» eller «4-5 ganger i uken» er valgt i spørsmålet «4.2. Hvor ofte trener eller mosjonerer du vanligvis?»

4.2d. Avstand og transport i forbindelse med trening og mosjon. Svar "Ja" eller "Nei" på det som **vanligvis** stemmer for deg:

	Ja	Nei
Jeg trener/mosjonerer vanligvis i eller ved hjemmet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg trener/mosjonerer ved å gå, jogge, sykle eller liknende hjemme fra og tilbake	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg går, jogger, sykler eller liknende dit jeg trener/mosjonerer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kjører / sitter på i bil eller annet motorkjøretøy dit jeg trener/mosjonerer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4.3. Hvis du er i lønnet eller ulønnet arbeid, hvordan vil du beskrive arbeidet ditt?

Sett kryss i den ruten som passer best.

Dersom du ikke er i arbeid, kan du gå videre til neste spørsmål.

- For det meste stillesittende arbeid (f.eks. skrivebordsarbeid, montering)
- Arbeid som krever at du går mye (f.eks. ekspeditørarbeid, lett industriarbeid, undervisning)
- Arbeid der du går og løfter mye (f.eks. pleier, bygningsarbeider)
- Tungt kroppsarbeid



Sideskift

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Kosthold

4.4. Hvor ofte drikker du vanligvis **sukkerholdig** brus/saft/leskedrikk (inkludert iste, energidrikk, sportsdrikk, nektar)?

- Sjelden/aldri
- 1-3 ganger per måned
- 1 gang per uke
- 2-3 ganger per uke
- 4-6 ganger per uke
- 1 gang per dag
- Flere ganger per dag

4.5. Hvor ofte spiser du vanligvis frukt eller bær (regn ikke med juice eller fruktsaft)?

- Sjelden/aldri
- 1-3 ganger per måned
- 1 gang per uke
- 2-3 ganger per uke
- 4-6 ganger per uke
- 1 gang per dag
- Flere ganger per dag

4.6. Hvor ofte spiser du vanligvis grønnsaker (inkludert salat)?

Regn ikke med poteter.

- Sjelden/aldri
- 1-3 ganger per måned
- 1 gang per uke
- 2-3 ganger per uke
- 4-6 ganger per uke
- 1 gang per dag
- Flere ganger per dag

4.7. Hvor ofte spiser du vanligvis fisk (som pålegg, til lunsj eller middag)?

- Sjelden/aldri
- 1-3 ganger per måned
- 1 gang per uke
- 2-3 ganger per uke
- 4-6 ganger per uke
- 1 gang per dag
- Flere ganger per dag



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *


Tobakk

4.8. Hender det at du røyker?

*Dette inkluderer kun tobakksholdige produkter, **ikke e-sigaretter.***


- Ja
- Nei

4.8a. Hvor ofte røyker du?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «4.8. Hender det at du røyker?»

- Daglig
- Av og til

4.8b. Har du røykt tidligere?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Nei» er valgt i spørsmålet «4.8. Hender det at du røyker?»

Hvis du tidligere har røykt både daglig og av og til, velg "Ja, daglig".


- Ja, daglig
- Ja, av og til
- Nei

4.9. Hender det at du bruker snus?

Ja

Nei


4.9a. Hvor ofte bruker du snus?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «4.9. Hender det at du bruker snus?»

Daglig

Av og til

4.9b. Har du brukt snus tidligere?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Nei» er valgt i spørsmålet «4.9. Hender det at du bruker snus?»

Hvis du tidligere har brukt snus både daglig og av og til, velg "Ja, daglig".

Ja, daglig

Ja, av og til

Nei

 Sideskift

Side 18

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Alkohol


4.10. Har du noen gang drukket alkohol?

Vi tenker her på alle alkoholholdige drikker, som øl, vin, brennevin, rusbrus med videre.

Ja


Nei

4.10a. I løpet av de siste 12 måneder, hvor ofte har du drukket alkohol?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «4.10. Har du noen gang drukket alkohol?»

- Aldri
- Månedlig eller sjeldnere
- 2-4 ganger i måneden
- 2-3 ganger i uken
- 4 ganger i uken eller mer


4.10b. Hvor mange alkoholenheter tar du på en "typisk" dag når du drikker alkohol?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «2-4 ganger i måneden», «2-3 ganger i uken», «Månedlig eller sjeldnere» eller «4 ganger i uken eller mer» er valgt i spørsmålet «4.10a. I løpet av <u>de siste 12 måneder</u>, hvor ofte har du drukket alkohol?»

Én enhet alkohol tilsvarer én liten flaske øl, ett glass vin eller én drink.

- 1-2
- 3-4
- 5-6
- 7-9
- 10 eller flere

4.10c. Hvor ofte drikker du **seks alkoholenheter eller mer** ved én og samme anledning?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «2-4 ganger i måneden», «2-3 ganger i uken», «Månedlig eller sjeldnere» eller «4 ganger i uken eller mer» er valgt i spørsmålet «4.10a. I løpet av <u>de siste 12 måneder</u>, hvor ofte har du drukket alkohol?»

Én enhet alkohol tilsvarer én liten flaske øl, ett glass vin eller én drink.

- Aldri
- Sjeldnere enn månedlig
- Månedlig
- Ukentlig
- Daglig eller nesten daglig

Del 5. SKADER OG FYSISK MILJØ

Skader

Det følgende spørsmålet gjelder nye skader i perioden, ikke behandling av gamle skader. 'Oppsøkt lege' inkluderer både fastlege, legevakt og kontakt med spesialisthelsetjenesten.

5.1. Har du i løpet av de siste 12 måneder vært utsatt for en eller flere skader som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?

Ja, en

Ja, flere

Nei

5.1a. Hva var årsaken til skaden?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja, flere» eller «Ja, en» er valgt i spørsmålet «5.1. Har du i løpet av de <u>siste 12 måneder</u> vært utsatt for en eller flere skader som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?»

Hvis mer enn én skade, tenk på den alvorligste.

Ulykke/uhell

Vold/overfall

Skadet deg selv med vilje

Annen årsak

Ønsker ikke å svare

5.1b. Hvor skjedde skaden?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja, flere» eller «Ja, en» er valgt i spørsmålet «5.1. Har du i løpet av de <u>siste 12 måneder</u> vært utsatt for en eller flere skader som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?»

- Vei, gate, fortau, gang/sykkelvei - trafikkulykke (kjøretøy i bevegelse - også sykkelvelt)
- Vei, gate, fortau, gang/sykkelvei - ikke trafikkulykke
- Inne i eller utenfor skjenkested (bar, pub, restaurant)
- Bolig, innendørs
- Boligområde ute
- Produksjons-, verkstedsområde (fabrikk, anlegg, offshore)
- På gård eller under arbeid i skogen
- På båt
- Institusjon, sykehus, syke-, aldershjem
- Sports eller idrettsområde
- Fri natur - utmark, hav, sjø, vann
- Annet skadested

5.1c. Hva holdt du på med da skaden skjedde?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja, flere» eller «Ja, en» er valgt i spørsmålet «5.1. Har du i løpet av de <u>siste 12 måneder</u> vært utsatt for en eller flere skader som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?»

- Inntektsgivende arbeid
- Utdanning
- Idrett, sport, trening
- Friluftsliv, jakt, fiske
- Husarbeid, hagearbeid
- Lek, hobby
- Annen aktivitet



Sideskift

Støy

5.2. Hvis du tenker på de siste 12 månedene, hvor plaget er du av støy fra **veitrafikk** når du er hjemme?

Med hjemme mener vi både innendørs og på uteareal som tilhører boligen.

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Middels plaget
- Mye plaget
- Svært mye plaget

5.3. Hvis du tenker på de siste 12 månedene, hvor plaget er du av støy fra **andre utendørs støykilder enn veitrafikk** når du er hjemme?

Med hjemme mener vi både innendørs og på uteareal som tilhører boligen.

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Middels plaget
- Mye plaget
- Svært mye plaget

 Sideskift

Side 21

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 6. LIVSKVALITET

6.1. Alt i alt, hvor fornøyd er du med livet ditt for tiden?

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 betyr ikke fornøyd i det hele tatt og 10 betyr svært fornøyd.

0 - Ikke fornøyd i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært fornøyd

6.2. Hvor fornøyd tror du at du vil være med livet ditt fem år fra nå?

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 betyr ikke fornøyd i det hele tatt og 10 betyr svært fornøyd.

0 - Ikke fornøyd i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært fornøyd

6.3. Alt i alt, i hvilken grad opplever du at det du gjør i livet er meningsfylt?

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 betyr ikke meningsfylt i det hele tatt og 10 betyr svært meningsfylt.

0 - Ikke meningsfylt i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært meningsfylt



Sideskift

Side 22

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du...

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 betyr at du ikke opplevde følelsen i det hele tatt og 10 betyr at du opplevde følelsen i svært stor grad.

6.4. ...glad?

0 - Ikke glad i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært glad

6.5. ...bekymret?

0 - Ikke bekymret i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært bekymret

6.6. ...nedfor eller trist?

0 - Ikke nedfor eller trist i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært nedfor eller trist

6.7. ...irritert?

0 - Ikke irritert i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært irritert

6.8. ...ensom?

0 - Ikke ensom i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært ensom

6.9. ...engasjert?

0 - Ikke engasjert i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært engasjert

6.10. ...rolig og avslappet?

0 - Ikke rolig og avslappet i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært rolig og avslappet

6.11. ...engstelig?

0 - Ikke engstelig i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært engstelig



Sideskift

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Hvor enig er du i påstandene nedenfor?

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 betyr helt uenig og 10 betyr helt enig.

6.12. Mine sosiale relasjoner er støttende og givende:

0 - Helt uenig

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Helt enig

6.13. Jeg bidrar aktivt til andres lykke og livskvalitet:

0 - Helt uenig

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Helt enig

6.14. Hvor ofte er du sammen med gode venner?

Regn ikke med medlemmer av din egen familie.

- Omtrent daglig
- Omtrent hver uke, men ikke daglig
- Omtrent hver måned, men ikke ukentlig
- Noen ganger i året
- Sjeldnere enn hvert år
- Har ingen gode venner



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

6.15. Vil du stort sett si at folk er til å stole på, eller at en ikke kan være for forsiktig når en har med andre å gjøre?

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 betyr at en kan ikke være for forsiktig, mens 10 betyr at folk flest er til å stole på.

- 0 - **Kan ikke være for forsiktig**
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 - **Folk flest er til å stole på**

6.16. I hvilken grad føler du at du hører til på stedet der du bor?

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 vil si at du ikke føler tilhørighet overhodet, og 10 at du føler en sterk grad av tilhørighet.

0 - Føler ikke tilhørighet overhodet

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Føler sterk grad av tilhørighet

6.17. Alt i alt, hvor trygg føler du deg når du er ute og går i nærmiljøet?

Svar på en skala fra 0-10, der 0 vil si at du ikke er trygg i det hele tatt og 10 at du er svært trygg.

0 - Ikke trygg i det hele tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært trygg

 Sideskift

7.1. Hva er din **høyeste fullførte** utdanning?

- Grunnskole eller tilsvarende (f.eks.framhaldsskole, folkehøgskole)
- Videregående skole eller tilsvarende (f.eks. yrkesskole, gymnas)
- Fagskole
- Høgskole/universitet, årsstudium eller tilsvarende (mindre enn 2 år)
- Høgskole/universitet, bachelorgrad, cand.mag. eller tilsvarende (2-4 år)
- Høgskole/universitet, mastergrad, hovedfag eller tilsvarende (mer enn 4 år)
- Ingen fullført utdanning

7.2. Hvis enpersonshusholdning: Tenk på din samlede inntekt. Dersom du bor sammen med andre, tenk på den samlede inntekten til alle i husholdningen. Hvor lett eller vanskelig er det for deg/dere å få pengene til å strekke til i det daglige, med denne inntekten?

- Svært vanskelig
- Vanskelig
- Forholdsvis vanskelig
- Forholdsvis lett
- Lett
- Svært lett
- Vet ikke

7.3. Hvilken arbeids- eller livssituasjon er du i?

Sett ett eller flere kryss.

- Yrkesaktiv heltid (32 timer eller mer per uke)
- Yrkesaktiv deltid (mindre enn 32 timer per uke)
- Selvstendig næringsdrivende
- Sykmeldt
- Arbeidsledig
- Uføretrygdet/mottar arbeidsavklaringspenger
- Mottar sosialstønad
- Alders- eller førtidspensjonist
- Skoleelev eller student
- Vernepliktig, sivilarbeider
- Hjemmearbeidende

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

7.4. Er du gift, samboer, enslig eller har du kjæreste?

- Gift/registrert partner
- Samboende
- Har kjæreste (som du ikke bor sammen med)
- Enslig

7.5. Hvor mange personer bor det i husstanden din?

Regn med deg selv.

Velg ...

7.6. Hvor mange barn under 18 år har du omsorg/ansvar for?

Velg ...

7.6a. Kryss av for hvilke aldersgrupper ditt/dine barn tilhører?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «4», «5 eller flere», «2», «3» eller «1» er valgt i spørsmålet «7.6. Hvor mange barn under 18 år har du omsorg/ansvar for?»

Sett ett eller flere kryss.

- Før barnehagealder
- Barnehagealder
- Barneskolealder (1.-4.trinn)
- Barneskolealder (5.-7.trinn)
- Ungdomsskolealder (8.-10.trinn)
- Videregående skolealder

7.7. Eier eller leier du boligen din?

- Jeg eier min bolig
- Jeg leier min bolig
- Jeg bor gratis hos familie eller venner

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

7.8. Er du, eller minst én av dine foreldre, født i utlandet?

Ja

Nei

7.8a. I hvilket land er du født?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst én av dine foreldre, født i utlandet?»

Velg ...

Oppgi hvilket land du er født:

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «7.8a. I hvilket land er du født?»

7.8b. I hvilket land er moren din født?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst én av dine foreldre, født i utlandet?»

Velg ...

Oppgi hvilket land moren din født:


i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «7.8b. I hvilket land er moren din født?»

7.8c. I hvilket land er faren din født?


i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst én av dine foreldre, født i utlandet?»

Velg ...

Oppgi hvilket land faren din født:

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «7.8c. I hvilket land er faren din født?»

7.8d. Hvor lenge har du bodd i Norge?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst én av dine foreldre, født i utlandet?»

- Mindre enn ett år
- 1-4 år
- 5-9 år
- 10-19 år
- 20-29 år
- 30 år eller mer
- Jeg har bodd i Norge hele livet

 Sideskift

Side 28

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 8.

8.1. Her følger en liste over varige helseplager. Svar "Ja" eller "Nei" på om du i løpet av de siste 12 måneder har hatt...

	Ja	Nei
Astma, også allergisk astma	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kronisk bronkitt, kols eller emfysem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hjerteinfarkt eller varige plager etter hjerteinfarkt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angina, hjertekramper	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Høyt blodtrykk/hypertensjon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hjerneslag eller varige plager etter slag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Slitasjegikt, artrose (ikke artritt)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rygglidelse som isjias, lumbago eller prolaps	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nakkelidelse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Diabetes/sukkersyke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pollenallergi, høysnue, allergisk utslett eller matallergi (ikke matintoleranse eller allergisk astma)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kronisk leversvikt/skrumplever	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Urininkontinens/urinlekkasje	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kronisk nyresvikt (ikke nyresten)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kreft	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Depresjon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8.2. Har du søkt hjelp hos lege, psykolog eller annet helsepersonell pga. psykiske helseplager i løpet av de siste 12 måneder?

Ja

Nei

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Nedenfor følger noen utsagn om opplevelse av kontroll i livet. Hvor enig eller uenig er du?

8.3. Jeg har lite kontroll over det som hender meg

Svært enig

Nokså enig

Verken enig eller uenig

Nokså uenig

Svært uenig

8.4. Noen av de problemene jeg har kan jeg rett og slett ikke løse

Svært enig

Nokså enig

Verken enig eller uenig

Nokså uenig

Svært uenig

8.5. Det er lite jeg kan gjøre for å forandre sider ved livet mitt som er viktige

Svært enig

Nokså enig

Verken enig eller uenig

Nokså uenig

Svært uenig

8.6. Stilt overfor problemer i livet mitt føler jeg meg ofte hjelpeløs

Svært enig

Nokså enig

Verken enig eller uenig

Nokså uenig

Svært uenig

8.7. Noen ganger føler jeg det som om jeg bare blir dyttet hit og dit her i livet

Svært enig

Nokså enig

Verken enig eller uenig

Nokså uenig

Svært uenig

Har du noen kommentarer?

**Trykk på Send-knappen nedenfor for å sende inn skjemaet.
Tusen takk for ditt bidrag!**