

R003



TERVEYDEN JA  
HYVINVOINNIN LAITOS



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



Romanien  
hyvinvointitutkimus

Tarra <Haast>

## Romanien hyvinvointitutkimus HAASTATTELU

## TAUSTATIEDOT

### H1. Mikä on äidinkielenne?

- 1 suomi
- 2 ruotsi
- 3 joku muu

H1\_1. mikä? \_\_\_\_\_

### H2. Mikä on siviilisäätynne?

- 1 naimisissa
- 2 avoliitossa
- 3 naimaton
- 4 asumuserossa tai eronnut
- 5 leski
- 6 rekisteröity parisuhde

### H3. Kuinka monta jäsentä kuuluu tällä hetkellä talouteenne eli ruokakuntaanne mukaan lukien itsenne?

|\_|\_|\_| | jäsentä

### H4. Kuinka moni taloutenne jäsenistä mukaan lukien itsenne on?

(merkitkää 0 jos ei yksikään)

- alle 3 -vuotias |\_|\_|
- 3–6 -vuotias |\_|\_|
- 7–17-vuotias |\_|\_|
- 18–64 -vuotias |\_|\_|
- 65–79 -vuotias |\_|\_|
- 80 -vuotias tai vanhempi |\_|\_|

### H5. Luetteko suomeksi/ruotsiksi?

- 1 en lainkaan
- 2 huonosti
- 3 kohtalaisesti
- 4 hyvin
- 5 erinomaisesti

### H6. Kirjoitatteko suomeksi/ruotsiksi?

- 1 en lainkaan
- 2 huonosti
- 3 kohtalaisesti
- 4 hyvin
- 5 erinomaisesti

### H7. Kuinka hyvin puhutte romanikieltä?

- 1 en lainkaan
- 2 huonosti
- 3 kohtalaisesti
- 4 hyvin
- 5 erinomaisesti

### H8. Kuinka monta vuotta olette yhteensä käynyt koulua ja opiskellut päätoimisesti? (Kansakoulu tai peruskoulu lasketaan mukaan. Sen lisäksi ammattitutkinto.)

|\_\_|\_\_| vuotta

### H9. Mikä on koulutuksenne? Merkitkää ylin suorittamanne koulutus.

- 0 vähemmän kuin kansakoulu tai peruskoulu
- 1 kansakoulu tai peruskoulu
- 2 keskikoulu
- 3 ammattikoulu tai vastaava
- 4 lukio
- 5 opistotutkinto
- 6 alempi korkeakoulututkinto (ammattikorkeakoulu tai vastaava)
- 7 ylempi korkeakoulututkinto (maisteri tai vastaava)

### H10. Oletteko ollut ansiotyössä pää- tai sivutoimisesti viimeisen 12 kk aikana?

- 1 en
- 2 kyllä

### H11. Oletteko tällä hetkellä pääasiassa (valitkaa vain yksi vaihtoehto)

- 1 palkkatyössä tai yrittäjänä/ ammatinharjoittajana (mukaan lukien palkaton työ perheyrittäjässä, oppisopimuskoulutus ja palkalliset harjoittelijat)
- 2 työtön
- 3 opiskelija, lisäkoulutuksessa tai palkattomassa työharjoittelussa
- 4 eläkkeellä
- 5 perhevapaalla, kotiäiti tai -isä
- 6 jokin muu

### H12. Missä asutte tällä hetkellä?

- 1 omistamassanne tai jonkun tässä asunnossa asuvan perheenjäsenen omistamassa asunnossa
- 2 vuokra-asunnossa (kunnan tai yleishyödyllisen yhtiön tai yksityisen omistamassa)
- 3 palvelutalossa, kuntoutuskodissa tai vanhainkodissa
- 4 tuttavien tai sukulaisten luona
- 5 muualla (ohje: laitoksessa yms.)

missä muualla? \_\_\_\_\_

### H13. Kuinka monta kertaa olette muuttanut asunnosta toiseen viiden (5) viime vuoden aikana?

|\_\_|\_\_| kertaa

### H14. Montako huonetta asunnossanne on? (ohje: keittiötä/keittokomeroa ei lasketa)

|\_\_| huonetta

**H15. Ovatko tai olivatko vanhempanne romaneja? (OHJE: biologiset tai kasvattivanhemmat)**

	kyllä	ei	en tiedä	en halua kertoa
isä	1	2	3	4
äiti	1	2	3	4

**H16. Koetteko elävänne romanikulttuurissa?**

- 1 kyllä, täysin
- 2 kyllä, osittain
- 3 en

**H17. Käytättekö perinteistä romanasua?**

- 1 kyllä, aina
- 2 kyllä, toisinaan
- 3 en

**TERVEYDENTILA**

**H18. Onko terveydentilanne mielestänne nykyisin**

- 1 hyvä
- 2 melko hyvä
- 3 keskitasoinen
- 4 melko huono
- 5 huono

**H19. Onko Teillä 12 viime kuukauden aikana ollut mitään seuraavia lääkärin toteamia tai hoitamia sairauksia?**

	ei	kyllä
sydämen vajaatoiminta	1	2
kohonnut verenpaine, verenpainetauti	1	2
sepelvaltimotauti	1	2
syöpä	1	2
nivelreuma	1	2
muu nivelsairaus	1	2
selän kulumavika, muu selkäsairaus	1	2
polven tai lonkan kulumavika (nivelrikko)	1	2
osteoporoosi	1	2
masennus	1	2
muu psyykinen sairaus	1	2
munuaisten vajaatoiminta	1	2
uniapnea	1	2
astma	1	2
diabetes (ohje: sokeritauti)?	1	2
kilpirauhasen vajaatoiminta	1	2
kilpirauhasen liikatoiminta	1	2
joku muu lääkärin toteama pitkäaikainen sairaus?	1	2
mikä? _____		

--	--	--

**H20. Onko Teillä viimeksi kuluneen kuukauden (30 pv) aikana ollut seuraavia oireita tai vaivoja?**

	päivittäin	harvemmin kuin päivittäin	ei lainkaan
nivelsärkyä	1	2	3
päänsärkyä	1	2	3
selkäkipua, selkäsärkyä	1	2	3
turvotusta jaloissa	1	2	3
ummetusta	1	2	3
virtsan karkailua, inkontinenssia	1	2	3
vatsavaivoja	1	2	3
pahoinvointia	1	2	3
kävelyvaikeutta tai ontumista polven tai lonkan vaivan tai vian takia	1	2	3
huimauksen tunnetta	1	2	3
kuumia tai kylmiä aaltoja	1	2	3
yöhikoilua	1	2	3
pahanhajuinen hengitys	1	2	3
kuiva suu	1	2	3
hammassärky	1	2	3
muita hampaisiin tai hammasproteeseihin liittyviä vaivoja?	1	2	3

**H21. Milloin viimeksi olette käyttänyt seuraavia lääkkeitä?**

	viimeisen viikon aikana	1-4 viikkoa sitten	1-12 kuukautta sitten	yli vuosi sitten	en koskaan
särkylääkkeitä päänsärkyyn	1	2	3	4	5
särkylääkkeitä nivel- tai lihassärkyyn	1	2	3	4	5
särkylääkkeitä muuhun särkyyn	1	2	3	4	5
unilääkkeitä, nukahtamis-lääkkeitä	1	2	3	4	5
rauhoittavia lääkkeitä	1	2	3	4	5
masennus-lääkkeitä	1	2	3	4	5
astmalääkkeitä	1	2	3	4	5
heinänuha-lääkkeitä	1	2	3	4	5
sydän- tai aivoinfarktin ehkäisyyn asetosalisyylihappoa	1	2	3	4	5

(mm. Aspirin, Disperin, Primaspan)					
verenohennus-lääkkeitä (Marevan, Pradaxa, Xarelto ja Eliquis)	1	2	3	4	5
antibiootteja	1	2	3	4	5
vitamiini- ja/tai hivennäisainevalmisteita	1	2	3	4	5
verenpainelääkkeitä	1	2	3	4	5
kolesterolilääkkeitä	1	2	3	4	5
insuliinia tai muita diabeteslääkkeitä	1	2	3	4	5
lääkkeitä vatsavaivoihin	1	2	3	4	5
muistisairauteen/-sairauksiin käytettäviä lääkkeitä	1	2	3	4	5
hormonilääkkeitä vaihdevuosiin tai niiden jälkeiseen aikaan (ehto kysytään vain naisilta 40 tai yli)	1	2	3	4	5

**H22. Mitä ehkäisymenetelmää käytätte nykyisin tai olette käyttänyt 12 viime kuukauden aikana?** (EHTO: kysytään vain alle 55 -vuotiailta. Ilmoittakaa myös kumppaninne käyttämät menetelmät, voitte valita useita).

- 1 ehkäisypillerit
- 2 ehkäisyrengas tai laastari
- 3 kierukka
- 4 kondomi
- 5 jälkiehkäisy ("katumuspillereit")
- 6 oma tai kumppanin sterilointi
- 7 jokin muu ehkäisymenetelmä
- 8 en tai emme halua käyttää ehkäisyä (esim. lapsitoive tai uskonnollinen näkemys)
- 9 en tai emme mitään, koska ei ole tarvetta (esim. ei raskauden mahdollisuutta)

**H23. Oletteko saanut rokotuksen influenssaa vastaan 12 viime kuukauden aikana?**

- 1 en
- 2 kyllä

**H24. Oletteko koskaan kieltäytynyt lapsellenne neuvolassa tarjotusta rokotteesta?**

- 1 en
- 2 kyllä

**H25. Mitä mieltä olette seuraavista väitteistä:**

(1 täysin eri mieltä, 5 täysin samaa mieltä)

- Rokotteet ovat välttämättömiä terveyden suojelemiseksi. 1 2 3 4 5
- Rokotteet ovat turvallisia. 1 2 3 4 5
- Rokottamatta jättäminen voi aiheuttaa oman ja muiden sairastumisen. 1 2 3 4 5
- Olen saanut riittävästi tietoa rokotteista terveyskeskuksessa tai neuvolassa. 1 2 3 4 5
- Neuvolassa annettavien rokotteiden tulisi olla kaikille pakollisia 1 2 3 4 5
- Perheeni ja yhteisöni suhtautuvat myönteisesti rokotteisiin. 1 2 3 4 5

**H26. Kuinka suuren osan ajasta olette 4 viime viikon aikana:** Valitkaa kunkin kysymyksen kohdalta se vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa tilannettanne.

	koko ajan	suurimman osan aikaa	huomattavan osan aikaa	jonkin aikaa	vähän aikaa	en lainkaan
ollut hyvin hermostunut?	1	2	3	4	5	6
tuntenut mielialanne niin matalaksi, ettei mikään ole voinut piristää Teitä?	1	2	3	4	5	6
tuntenut itsenne tyyneksi ja rauhalliseksi?	1	2	3	4	5	6
tuntenut itsenne alakuloiseksi ja apeaksi?	1	2	3	4	5	6
ollut onnellinen?	1	2	3	4	5	6

**H27. Onko Teillä 12 viime kuukauden aikana ollut vähintään kahden viikon jaksoa, jolloin olette suurimman osan aikaa:**

	ei	kyllä
26a. ollut mieli maassa, alakuloinen tai masentunut?	1	2
26b. menettänyt kiinnostuksenne useimpiin asioihin, kuten harrastuksiin, työhön tai muihin asioihin, joista yleensä koette mielihyvää?	1	2
26c. Onko siihen jokin erityinen syy? mikä? _____ _____	1	2

**H28. Tunnetteko itsenne yksinäiseksi?**

- 1 en koskaan
- 2 hyvin harvoin
- 3 joskus
- 4 melko usein
- 5 jatkuvasti

**NAISTEN KYSYMYKSET.** EHTO: H28-H32 kysytään vain naisilta alle 55v.

**H29. Oletteko synnyttänyt?** Laskekaa mukaan alatiesynnytykset ja keisarileikkaukset.

1 en → siirry kysymykseen 30.

2 kyllä

**H29\_1. montako synnytystä**      |\_\_|\_\_|

**H29\_2. Minkä ikäisenä saitte ensimmäisen lapsenne?**

|\_\_|\_\_| -vuotiaana

**H30. Kuinka kauan olette yhteensä imettäneet lastanne/ kaikkia lapsianne?**

ohje: Huomioikaa myös osa-aikainen imetus/ rintaruokinta lapsen muun ruokinnan ohella ja kirjatkaa yhteenlaskettuna kaikkien lasten imetysaika. Jos imetätte tällä hetkellä ja suunnittelette jatkavanne, merkitkää kuinka pitkään olette tähän mennessä imettäneet

1 ei lapsia tai en ole koskaan imettäneet lasta

2 olen imettäneet (yhteensä) alle kuukauden

3 olen imettäneet yhteensä |\_\_|\_\_| vuotta |\_\_|\_\_| kuukautta

**H31. Onko Teillä ollut sellaisia ajanjaksoja, jolloin olette yrittäneet saada lapsen/ tulla raskaaksi, mutta ette ole onnistunut tai onnistumiseen on kulunut aikaa yli 12 kuukautta?**

1 en tiedä, koska en ole yrittänyt/ emme ole yrittäneet saada lasta

2 ei

3 kyllä, viimeksi |\_\_| vuotta sitten

**H31\_1 Oletteko ollut tutkimuksissa tai saanut hoitoa lapsettomuuteen tai hedelmättömyyteen? Huomioikaa sekä oma että puolisonne tai kumppaninne tutkimukset tai saatu hoito.**

1 en

2 kyllä, viimeksi |\_\_| vuotta sitten

**H32. Onko Teille tehty raskauden keskeytyksiä?**

1 ei

2 kyllä

**H32\_1. montako**      |\_\_|

**H33. Onko Teillä ollut keskenmenoon päättyneitä raskauksia?**

1 ei

2 kyllä

**H33\_1. montako**      |\_\_|



## HÄIRINTÄ JA VÄKIVALTA

### H34. Onko joku viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana?

#### a) Estänyt Teitä liikkumasta, tarttunut kiinni, tyrkkinyt, töninyt tai läimäissyt?

- 1 ei  
2 kyllä

<b>H34a_1 Jos kyllä, oliko tekijä</b>	<b>kyllä</b>	<b>ei</b>
1 tuntematon	1	2
2 asiakas, työtoveri tai esimies	1	2
3 puoliso tai muu läheinen?	1	2
4 muu tuttu henkilö	1	2

#### b) Lyönyt nyrkillä tai kovalla esineellä, potkinut, kuristanut tai käyttänyt jotakin asetta?

- 1 ei  
2 kyllä

<b>H34b_1 Jos kyllä, oliko tekijä</b>	<b>kyllä</b>	<b>ei</b>
1 tuntematon	1	2
2 asiakas, työtoveri tai esimies	1	2
3 puoliso tai muu läheinen?	1	2
4 muu tuttu henkilö	1	2

#### c) Häirinyt Teitä seksuaalisesti loukkaavilla sanoilla tai teoilla? (ohje: esim. koskettelemalla, nimittelemällä, kaksimielisillä jutuilla)

- 1 ei  
2 kyllä

<b>H34c_1 Jos kyllä, oliko tekijä</b>	<b>kyllä</b>	<b>ei</b>
1 tuntematon	1	2
2 asiakas, työtoveri tai esimies	1	2
3 puoliso tai muu läheinen?	1	2
4 muu tuttu henkilö	1	2

#### d) Pakottanut tai yrittänyt pakottaa sukupuoliyhteyteen tai muuhun seksuaaliseen kanssakäymiseen?

- 1 ei  
2 kyllä

<b>H34_1 Jos kyllä, oliko tekijä</b>	<b>kyllä</b>	<b>ei</b>
1 tuntematon	1	2
2 asiakas, työtoveri tai esimies	1	2
3 puoliso tai muu läheinen?	1	2
4 muu tuttu henkilö	1	2

**H35. Välttelettekö joitain paikkoja siksi, että olette huolissanne turvallisuudestanne?**

(ohje: esimerkiksi joitakin alueita asuinpaikkakunnallanne)

1 en

2 kyllä

**EPÄOIKEUDENMUKAINEN KOHTELU**

**H36. Oletteko viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana ollut tekemisissä seuraavien viranomaisten kanssa. Jos olette, miten Teitä kohdeltiin?**

	En ole	Olen ja minua kohdeltiin hyvin	Olen ja minua kohdeltiin epäoikeudenmukaisesti (ei kohdeltu hyvin ja tasa-arvoisesti)
<b>Kela</b> (sairausvakuutusasiat, toimeentulotukiasiat ym.), sosiaalitoimisto tai muut sosiaalipalvelut (esim. kotipalvelu, vammaispalvelu)	1	2	3
<b>Terveysasema tai muut terveystalvelut</b> (esim. lääkäri, hoitaja tai muu ammattihenkilö terveyskeskuksessa, lääkärin vastaanotolla tai sairaalassa)	1	2	3
<b>Työ- ja elinkeinotoimisto</b> (TE- toimisto) tai työvoiman palvelukeskus (esim. työtä tai koulutuspaikkaa hakiessa)	1	2	3
<b>Poliisi</b> (esim. passihakemus, henkilötodistus, sakko, rikosilmoitus, liikennevalvonta)	1	2	3

**H37. Ovatko vieraat ihmiset kadulla tai muulla yleisellä paikalla kohdelleet Teitä epäoikeudenmukaisesti 12 viime kuukauden aikana?** (esim. kaupassa, ravintolassa)?

1 ei

2 kyllä

**H38. Onko oma esimiehenne, työtoverinne tai asiakkaat työpaikalla kohdelleet Teitä epäoikeudenmukaisesti 12 viime kuukauden aikana?**

1 ei

2 kyllä

3 en ole ollut ansiotyössä 12 viime kuukauden aikana

## SOSIAALINEN HYVINVOINTI

**H39. Osallistutteko jonkin kerhon, järjestön, yhdistyksen, harrastusryhmän tai hengellisen tai henkisen yhteisön toimintaan** (esimerkiksi urheiluseura, asukastoiminta, puolue, kuoro, seurakunta)?

1 en

2 kyllä, silloin tällöin

3 kyllä, aktiivisesti

**H40. Kuinka usein keskimäärin teette seuraavia asioita?**

	joka päivä tai useampina päivinä	kerran tai pari viikossa	kerran tai pari kuukaudessa	kerran tai muutaman kerran vuodessa	harvemmin tai ei koskaan
kerho- tai yhdistystoimintaa (mukaan lukien yhteiskunnalliset luottamustehtävät)	1	2	3	4	5
teatterissa, elokuviissa, konserteissa, taidenäyttelyissä, urheilukilpailuissa tms. käymistä	1	2	3	4	5
opiskelua	1	2	3	4	5
kirkossa tai muissa uskonnollisissa tilaisuuksissa käymistä	1	2	3	4	5
liikuntaa, metsästystä, kalastusta, puutarhanhoitoa tai muuta ulkoilua	1	2	3	4	5

**H41. Käytättekö Internetiä seuraaviin tarkoituksiin?**

	käytän itse	käytän avustettuna	en käytä
sähköiseen asiointiin (esim. verkkopankki, Kela, vero toimisto, lippupalvelu, kunnan palvelut ym.)	1	2	3
tietojen hakemiseen (esim. aikataulut, terveystieto ym.)	1	2	3
yhteydenpitoon, esim. sähköposti, keskustelupalstat ym.	1	2	3

**H42. Äänestittekö edellisissä?**

	en	kyllä	en muista
kunnallisvaaleissa	1	2	3
eduskuntavaaleissa	1	2	3
presidentin vaaleissa	1	2	3
EU-parlamenttivaaleissa	1	2	3

**H43. Oletteko auttanut jotakuta kotitaloutenne ulkopuolella asuvaa henkilöä alla mainituissa asioissa vapaa-aikananne 12 viime kuukauden aikana? Ketä tai keitä?**

	en ole	kyllä, omia tai puolison vanhempia	kyllä, omia tai puolison isovanhempia	kyllä, lapsia tai lastenlapsia	kyllä, muita henkilöitä
lastenhoito	1	2	3	4	5
koti ja pihatyöt (ruoanlaitto, siivous, puutarhanhoito, lumityöt yms.)	1	2	3	4	5
kauppa-, pankki- ym. asioiden hoitaminen	1	2	3	4	5
päivittäisistä toiminnoista huolehtiminen (pukeutuminen, peseytyminen, lääkkeiden otto ym.)	1	2	3	4	5
henkinen tuki (kuunteleminen ja tukeminen vaikeuksissa)	1	2	3	4	5
taloudellinen tuki	1	2	3	4	5

**H44. Kuinka usein olette auttanut jotakuta kotitaloutenne ulkopuolella asuvaa henkilöä 12 viime kuukauden aikana?**

	en kertaakaan	kerran tai muutaman kerran vuodessa	kerran tai pari kuukaudessa	kerran tai pari viikossa	joka päivä tai useampina päivinä
omia tai puolison vanhempia?	1	2	3	4	5
omia tai puolison isovanhempia?	1	2	3	4	5
lapsiani tai lastenlapsiani	1	2	3	4	5
muita henkilöitä (esim. muu sukulainen tai naapuri)	1	2	3	4	5

**H45. Arvioikaa mahdollisuksianne saada apua läheisiltänne kun olette avun tai tuen tarpeessa. Voitte valita useampia vaihtoehtoja.**

	puoliso, kumppani	joku muu lähiomainen	läheinen ystävä	läheinen työtoveri	läheinen naapuri	joku muu läheinen	ei kukaan
Kenen voitte todella uskoa välittävän Teistä, tapahtuipa Teille mitä tahansa?	1	2	3	4	5	6	7
Keneltä saatte käytännön apua, kun sitä tarvitsette?	1	2	3	4	5	6	7

**H46. Kuinka paljon luotatte? (1 en luota ollenkaan—5 luotan täysin)**

julkisiin terveystalouteihin	1	2	3	4	5
julkisiin sosiaalipalveluihin	1	2	3	4	5
oikeuslaitokseen	1	2	3	4	5
poliisiin	1	2	3	4	5
kuntanne päätöksentekoon	1	2	3	4	5
ihmisiin yleensä	1	2	3	4	5

## TOIMINTA- JA TYÖKYKY

**H47. Riippumatta siitä, oletteko ansiotyössä vai ette, arvioikaa minkälainen työkykyne on nykyisin. Oletteko:**

1 täysin työkykyinen

2 osittain työkyvytön

3 täysin työkyvytön?

**H48. Oletetaan, että työkykyne on parhaimmillaan saanut 10 pistettä. Minkä pistemäärän antaisitte nykyiselle työkyvyllenne asteikolla 0-10?**

0 = täysin työkyvytön 10 = työkyky parhaimmillaan

|\_|\_|\_| pistettä

**H49. Pystytkö yleensä seuraaviin suorituksiin?**

	pystyn vaikeuksista	pystyn, mutta vaikeuksia on jonkin verran	pystyn, mutta se on minulle erittäin vaikeaa	en pysty lainkaan
kävelemään levähtämättä noin puoli kilometriä?	1	2	3	4
juoksemaan lyhyehkön matkan (noin sata metriä, 100m)?	1	2	3	4
nousemaan portaita yhden kerrosvälin levähtämättä?	1	2	3	4
lukemaan tavallista sanomalehtitekstiä (silmälaseilla tai ilman)	1	2	3	4
kuulemaan, mitä usean henkilön välisessä keskustelussa sanotaan (kuulokojeen kanssa tai ilman)	1	2	3	4

**H50. Pystytkö yleensä seuraaviin arkipäivän askareisiin ja toimintoihin?**

	pystyn vaikeuksista	pystyn, mutta vaikeuksia on jonkin verran	pystyn, mutta se on minulle erittäin vaikeaa	en pysty lainkaan
tekemään kevyitä kotitöitä (esim. imurointi, astioiden pesu, vuoteen sijaaminen, pyykinpesu)	1	2	3	4
tekemään kodin pieniä korjaustöitä (esim. lampun tai palovaroittimen pariston vaihtaminen)	1	2	3	4

hoitamaan päivittäisiä raha-asioitanne (esim. laskujen maksaminen, käteisen rahan nostaminen)	1	2	3	4
käymään ruokakaupassa	1	2	3	4

### H51. Millaiseksi koette muistinne, oppimis- ja keskittymiskykyne?

	erittäin hyvin	hyvin	tydyttävästi	huonosti	erittäin huonosti
muistini toimii	1	2	3	4	5
uusien tietojen omaksuminen ja asioiden oppiminen sujuu minulta	1	2	3	4	5
pystyn yleensä keskittymään asioihin	1	2	3	4	5

## RAVINTO

### H52. Mitkä seuraavista seikoista kuvaavat ruokavalintojanne?

Minulle on tärkeää...	ei lainkaan tärkeää	ei kovin tärkeää	melko tärkeää	hyvin tärkeää	en osaa sanoa
että ruokavalioni sisältää runsaasti lihavalmisteita	1	2	3	4	9
että ruoka sisältää vähän lisäaineita	1	2	3	4	9
valita vähän rasvaa sisältäviä elintarvikkeita	1	2	3	4	9
suosia runsaskuituisia elintarvikkeita	1	2	3	4	9
välttää runsassuolaisia elintarvikkeita	1	2	3	4	9
noudattaa vähähiilihydraattista ruokavaliota	1	2	3	4	9
syödä runsaasti kasviksia, hedelmiä tai marjoja	1	2	3	4	9
että ruoka lohduttaa minua, kun olen surullinen tai stressaantunut	1	2	3	4	9
että ruoka on romanitapojen mukaan puhdasta	1	2	3	4	9
että ruokaa on saatavilla ruokapankista tai diakoniatyön kautta	1	2	3	4	9

**H53. Kuinka usein olette käyttänyt seuraavia ruokia ja juomia 7 viime päivän aikana?**

	en kertaakaan	1–2 päivänä	3–5 päivänä	6–7 päivänä
rasvaisia juustoja (esim. Edam, Emmental, Oltermanni)	1	2	3	4
vähärasvaisempia juustoja (esim. Polar-15, Edam 17, raejuusto)	1	2	3	4
kalaa	1	2	3	4
tuoreita kasviksia tai kasvissalaattia	1	2	3	4
kypsennettyjä kasviksia (ei perunaa)	1	2	3	4
hedelmiä tai marjoja	1	2	3	4
hampurilaisia, pizzeria, suolaisia piiraita	1	2	3	4
pullaa, viinereitä, keksejä, kakkuja ym.	1	2	3	4
suklaata tai muita makeisia	1	2	3	4
sokeroituja mehuja tai virvoitusjuomia	1	2	3	4
tummaa leipää (ruis-, näkkileipä ym)	1	2	3	4
kasviöljyä tai juoksevaa kasviöljy-valmistetta (esim. Flora Culinesse)	1	2	3	4
voita tai voi-kasviöljyseosta (esim. Oivariini)	1	2	3	4
rasvatonta maitoa tai piimää	1	2	3	4

**H54. Kuinka monena arkipäivänä viikossa syötte seuraavat pääateriat?**

	en syö	1–2 päivänä	3–4 päivänä	joka arkipäivä
aamupala	0	1	2	3
lounas	0	1	2	3
päivällinen/ illallinen	0	1	2	3



### H55. Kuinka usein yleensä harjaatte hampaanne?

- 1 useammin kuin kaksi kertaa päivässä
- 2 kaksi kertaa päivässä
- 3 kerran päivässä
- 4 harvemmin kuin joka päivä
- 5 en koskaan
- 6 minulla ei ole lainkaan omia hampaita?

### H56. Kuinka paljon liikutte ja rasitatte itseänne ruumiillisesti vapaa-aikana?

1 Vapaa-aikanani luen, katselen televisiota ja teen askareita, joissa en paljonkaan liiku ja jotka eivät rasita minua ruumiillisesti

2 Vapaa-aikanani kävelen, pyöräilen tai liikun muulla tavalla useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan kävely, kalastus ja metsästys, ja kevyt puutarhatyö

3 Harrastan vapaa-aikanani varsinaista kuntoliikuntaa useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, lenkkeily, hiihto, kuntovoimistelu, uinti, pallopelit ja rasittavat puutarhatyöt

4 Harjoittelen vapaa-aikanani kilpailumielessä säännöllisesti rasittavia urheilumuotoja useita kertoja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, suunnistus, hiihto, uinti, pallopelit kilpailumielessä

### H57. Ovatko seuraavat asiat tärkeitä liikkumisellenne?

	ei	kyllä
Jossakin voimailu-/urheilulajissa kilpaileminen ja kilpailuissa menestyminen	1	2
Voiman ja /tai jonkun muun fyysisen suorituskyvyn osa-alueen kehittäminen tai ylläpitäminen	1	2
Samanhenkinen seura	1	2
Lihasmassan kasvattaminen	1	2
Painon pudottaminen	1	2
Terveysten edistäminen	1	2
Ulkonäön kohottaminen	1	2
Liikkumisesta/liikunnan aiheuttamista hyvinvoinnin tunteista nauttiminen	1	2
Ankarasta ponnistelusta/itsensä "kurittamisesta" nauttiminen	1	2
Sosiaalisten suhteiden luominen ja/tai ylläpitäminen	1	2
Oman arvostuksen luominen kaveripiirissä	1	2
Stressin, koulu- tai työpaineiden lievittäminen	1	2
Energisyyden lisääntyminen	1	2
Mielialan kohottaminen	1	2
Oman kehon hyväksyminen	1	2
Liikun perheeni/ystäväni kehotuksesta	1	2
Luonnosta nauttiminen	1	2
Muu tavoite, mikä _____	1	2

### H58. Rajoittavatko seuraavat asiat vapaa-ajan liikkumistanne?

	ei	kyllä
Kiinnostuksen puute	1	2
Ajan puute	1	2
Laiskuus	1	2
Väsymys töiden, opiskelun ym. vuoksi	1	2
Apea mieliala tai yleinen väsymys	1	2
Liikuntataitojen puute	1	2
En tiedä miten kannattaisi liikkua	1	2
Sairaus tai vamma	1	2
Rahan puute	1	2
Liikuntatilojen puute	1	2
Liikuntavarusteiden puute		
Romanivaatetus	1	2
Huonot liikenneyhteydet liikuntapaikoille	1	2
Sopivan liikuntamuodon puute	1	2
Liikunnan ohjauksen puute		
Ryhmäpaine, toisten negatiiviset asenteet	1	2
Sopivan ryhmän puute	1	2
Liikunnan aiheuttama epämiellyttävä olo	1	2
Epäonnistumisen pelko	1	2
En löydä tarpeeksi tietoa		
luontoon liittyvistä harrastuksista	1	2
Muu syy, mikä? _____	1	2

### H59. Kuinka monta tuntia istutte keskimäärin arkisin? Merkitkää 0, jos ette yhtään.

Työpäivän aikana toimistossa tai vastaavassa      |\_\_|\_\_| t |\_\_|\_\_| min

Kotona television, tietokoneen tai älylaitteen ääressä      |\_\_|\_\_| t |\_\_|\_\_| min

Kulkuneuvossa |\_\_|\_\_| t |\_\_|\_\_| min

Muu istuminen |\_\_|\_\_| t |\_\_|\_\_| min

### H60. Kuinka paljon painatte nykyisin?

|\_\_|\_\_|\_\_| kiloa (arviokin riittää)

### H61. Kuinka pitkä olette?

|\_\_|\_\_|\_\_| cm (arviokin riittää)

### H62. Pidättekö itseänne

- 1 liian laihana
- 2 hieman liian laihana
- 3 sopivan painoisena
- 4 hieman ylipainoisena
- 5 liian lihavana

**H63. Oletteko milloinkaan vakavasti yrittänyt laihduttaa?**

Jos olette, kuinka monta kertaa?

- 1 en ole koskaan yrittänyt laihduttaa
- 2 1–2 kertaa
- 3 3–5 kertaa
- 4 6 kertaa tai useammin

**H64. Tupakoittekö nykyisin (savukkeita, sikareita tai piippua)?**

- 1 kyllä, päivittäin
- 2 kyllä, satunnaisesti
- 3 en lainkaan

**H65. Miten paljon poltatte tai poltatte ennen tupakoinnin lopettamista keskimäärin päivässä?** Merkitkää polttamanne tupakkalaadut. Jos ette ole polttanut kyseistä tuotetta lankaan, merkitkää 0.

tehdasvalmisteisia savukkeita	__ __	kpl päivässä
itse käärittyjä savukkeita	__ __	kpl päivässä
piippua	__ __	kpl päivässä
sikareita	__ __	kpl päivässä

**H66. Käytättekö nuuskaa nykyisin?**

- 1 kyllä, päivittäin annosta
- 2 satunnaisesti
- 3 en lainkaan

**H67. Käytättekö nykyisin nikotiinipitoisia sähkösavukkeita?**

- 1 päivittäin
- 2 satunnaisesti
- 3 en käytä

**H68. Oletteko käyttänyt kannabista (hasis, marijuana)?**

- 1 en ole koskaan käyttänyt
- 2 kyllä, 12 viime kuukauden aikana
- 3 kyllä, mutta en 12 viime kuukauden aikana

**H69. Oletteko koskaan käyttänyt huumeita pistämällä?**

- 1 en
- 2 kyllä
- 3 en halua vastata

**H70. Onko Teistä 12 viime kuukauden aikana tuntunut, että rahapelaaminen saattaa olla Teille ongelma?**

- 1 en pelaa rahapelejä
- 2 ei koskaan
- 3 joskus
- 4 usein
- 5 lähes aina

### H71. Kuinka usein juotte alkoholia sisältäviä juomia?

- 0 en koskaan (siirtykää kysymykseen 75)
- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin
- 2 2-4 kertaa kuukaudessa
- 3 2-3 kertaa viikossa
- 4 4 kertaa tai useammin viikossa

### H72. Kuinka monta annosta alkoholia yleensä olette ottanut niinä päivinä, jolloin olette juonut alkoholia? Katsokaa viereisen kuvan mallia annoksista.

- 1 1-2 annosta
- 2 3-4 annosta
- 3 5-6 annosta
- 4 7-9 annosta
- 5 10 annosta tai enemmän

### H73. Kuinka usein olette juonut kerralla kuusi annosta tai enemmän?

- 1 en koskaan
- 2 harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- 3 kerran kuukaudessa
- 4 kerran viikossa
- 5 päivittäin tai lähes päivittäin

### H74. Onko joku alla mainituista henkilöistä kehottanut Teitä terveystyistä 12 viime kuukauden aikana? Voitte valita kultakin riviltä useampia vaihtoehtoja.

	ei kukaan	lääkäri tai hammaslääkäri	terveydenhoitaja tai muu terveydenhuollon ammattilainen	perheenjäsen	joku muu
lisäämään liikuntaa	1	2	3	4	5
muuttamaan ruokailutottumuksia	1	2	3	4	5
laihduuttamaan	1	2	3	4	5
vähentämään alkoholin käyttöä	1	2	3	4	5
lopettamaan tupakoinnin	1	2	3	4	5

### H75. Kuinka monta tuntia tavallisesti nukutte vuorokaudessa?

keskimäärin |\_\_|\_\_| tuntia|\_\_|\_\_| minuuttia

### H76. Nukutteko mielestänne tarpeeksi?

- 1 kyllä, lähes aina
- 2 kyllä, usein
- 3 harvoin tai tuskin koskaan
- 4 en osaa sanoa



## ELINOLOT

### H77. Miten tyytyväinen olette asumiseenne nykyisessä asunnossanne

	erittäin tyytyväinen	melko tyytyväinen	en tyytyväinen enkä tyytymätön	melko tyytymätön	erittäin tyytymätön
asunnon kokoon?	1	2	3	4	5
asunnon varusteisiin?	1	2	3	4	5
asunnon kuntoon?	1	2	3	4	5
asunnon kustannuksiin	1	2	3	4	5
asuinalueen turvallisuuteen	1	2	3	4	5
naapureihin	1	2	3	4	5
asunnon sijaintiin	1	2	3	4	5
asunnon saamisen mahdollisuuksiin	1	2	3	4	5

### H78. Asuuttko lapsena, noin 7-vuotiaana (ohje: tarkoitetaan koulun aloittamisikää)

1 molempien vanhempienne kanssa

(myös otto- ja kasvatusvanhemmat, isä- tai äitipuoli)

2 äidin tai isän kanssa

(myös otto- ja kasvatusvanhemmat, isä- tai äitipuoli)

3 sukulaisten, esimerkiksi isovanhempien, setien tai tätien kanssa

4 lastenkodissa tai muussa laitoksessa?

### H79. Kun ajattelette kasvuikaanne, siis aikaa ennen kuin täytitte 16 vuotta, niin

	ei	kyllä	en osaa sanoa
Oliko perheellänne pitkäaikaisia taloudellisia vaikeuksia	0	1	2
Oliko isänne tai äitinne usein työttömänä, vaikka olisi halunnut tehdä työtä	0	1	2
Oliko isällänne tai äidillänne joku vakava sairaus tai vamma	0	1	2
Oliko isällänne ongelmia alkoholin vuoksi	0	1	2
Oliko äidillänne ongelmia alkoholin vuoksi	0	1	2
Oliko isällänne jokin mielenterveysongelma, esim. skitsofrenia, muu psykoosi tai masennus	0	1	2
Oliko äidillänne jokin mielenterveysongelma, esim. skitsofrenia, muu psykoosi tai masennus	0	1	2
Esiintyikö perheessänne vakavia ristiriitaisuuksia	0	1	2
Erosivatko vanhempanne	0	1	2
Olitteko itse vakavasti tai pitkäaikaisesti sairaana	0	1	2
Kiusattiinko Teitä koulussa	0	1	2
Asuitteko pitkiä aikoja lastenkodissa?	0	1	2
Olitteko pitkäaikaisesti vailla vakinaista asuntoa?	0	1	2

### ELÄMÄNLAATU

Seuraavat kysymykset koskevat elämänlaatua. Seuraavaksi pyydämme Teitä arvioimaan elämänlaatuanne, terveyttänne ja muita arkielämänne asioita. Muistelkaa elämääne kahden (2) viime viikon ajalta.

### H80. Millaiseksi arvioitte elämänlaatunne?

- 1 erittäin huonoksi
- 2 huonoksi
- 3 ei hyväksi eikä huonoksi
- 4 hyväksi vai
- 5 erittäin hyväksi

**H81. Miten tyytyväinen olette olleet kahden (2) viime viikon aikana erilaisiin asioihin elämässänne?**

	erittäin tyytymätön	melko tyytymätön	en tyytyväinen eikä tyytymätön	melko tyytyväinen	erittäin tyytyväinen
terveyteenne?	1	2	3	4	5
kykyynne selviytyä päivittäisistä toimistanne?	1	2	3	4	5
itseenne?	1	2	3	4	5
ihmissuhteisiinne?	1	2	3	4	5
asuinalueenne olosuhteisiin?	1	2	3	4	5

**H82. Missä määrin olette kahden (2) viime viikon aikana kokenut seuraavia asioita?**

	ei lainkaan	vähän	kohtuullisesti	lähes riittävästi	täysin riittävästi
Onko teillä riittävästi tarmoa arkipäivän elämää varten?	1	2	3	4	5
Onko teillä tarpeeksi rahaa tarpeisiin nähden	1	2	3	4	5

**H83. Oletteko joskus 12 viime kuukauden aikana**

	en	kyllä
pelännyt, että teiltä loppuu ruoka, ennen kuin saatte rahaa ostaaksenne lisää?	1	2
joutunut tinkimään lääkkeiden ostosta rahan puutteen vuoksi?	1	2
jättänyt rahan puutteen vuoksi käymättä lääkärissä?	1	2

## PALVELUT

### H84. Kuinka monta kertaa olette käynyt oman sairautenne (tai raskauden tai synnytyksen) vuoksi 12 viime kuukauden aikana lääkärin, terveyden- tai sairaanhoitajan vastaanotolla tai tavannut lääkärin tai hoitajan kotonanne?

Jos ette ole kertaakaan, merkitkää 0 kertaa. Mukaan ei lueta niitä kertoja, jolloin olette ollut sairaalassa sisään otettuna potilaana.

	lääkärin vastaanotolla	terveyden- tai sairaan- hoitajan vastaanotolla
työterveyshuollossa	__ __  kertaa	__ __  kertaa
terveyskeskuksessa	__ __  kertaa	__ __  kertaa
yksityisellä terveysasemalla	__ __  kertaa	__ __  kertaa
sairaalan poliklinikalla	__ __  kertaa	__ __  kertaa
hoitajan tai lääkärin kotikäynnillä	__ __  kertaa	__ __  kertaa
jossakin muualla	__ __  kertaa	__ __  kertaa
missä _____		

### H85. Oletteko käynyt 12 viime kuukauden aikana

	en	kyllä
terveyskeskuksen hammaslääkärillä	1	2
yksityisellä hammaslääkärillä	1	2
muulla hammaslääkärillä (yliopisto, sairaala)	1	2
hammasteknikolla	1	2
hammashoitajan tai suuhygienistin vastaanotolla?	1	2



**H86. Oletteko ollut seuraavissa tutkimuksissa?**

	kyllä, 12 viime kuukauden aikana	kyllä, viimeksi kuluneen 5 vuoden aikana	kyllä, yli 5 vuotta sitten	en koskaan
HIV-testi	1	2	3	4
klamydia-testi	1	2	3	4
Naiset: mammografia (rintojen röntgentutkimus)	1	2	3	4
Naiset: rintojen tutkimus ultraäänellä	1	2	3	4
Naiset: kohdunkaulan syövän seulontatutkimus (PAPA-koe)	1	2	3	4
Naiset: gynekologin tarkastuskäynti tai tutkimus	1	2	3	4

**H87. Oletteko mielestänne saanut riittävästi seuraavia sosiaali- ja terveyspalveluja asuinkunnassanne 12 viime kuukauden aikana:**

Huomioikaa kunnan ja/tai yksityisen palvelutarjoajan tuottamat palvelut

<p><b>terveyskeskuslääkärin vastaanotto</b> (ajanvaraus tai päivystys)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>sairaanhoidajan vastaanotto terveyskeskuksessa</b> (ajanvaraus tai päivystys)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>hammashoito</b> (hammaslääkäri tai suuhygienisti)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>fysioterapia</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>mielenterveyspalvelut</b> (esim. terapiakäynnit psykologin, hoitajan tai lääkärin luona)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>toimeentulotuki</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>ikäntyneiden sosiaalipalvelut</b> (esim. kotipalvelu, vanhainkoti)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>lasten ja perheiden sosiaalipalvelut</b> (esim. kasvatus- ja perheneuvonta)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>
<p><b>äitiys- ja lastenneuvola</b> (raskauteen tai lapsen kasvun ja kehityksen seurantaan liittyvät käynnit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 ei ole tarvittu</li><li>2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu</li><li>3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää</li><li>4 on käytetty, palvelu oli riittävää</li></ol>

**H88. Entä oletteko mielestänne saanut riittävästi seuraavia palveluita  
asuinkunnassanne 12 viime kuukauden aikana?**

<p><b>kirjastopalvelut</b></p> <p>1 ei ole tarvittu 2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu 3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää 4 on käytetty, palvelu oli riittävää</p>
<p><b>liikuntapalvelut</b> (esim. uimahallit, kuntosali, urheilukentät, ulkoilureitit)?</p> <p>1 ei ole tarvittu 2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu 3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää 4 on käytetty, palvelu oli riittävää</p>
<p><b>kulttuuripalvelut</b> (esim. elokuvat, teatterit, konsertit, näyttelyt ym.)?</p> <p>1 ei ole tarvittu 2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu 3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää 4 on käytetty, palvelu oli riittävää</p>
<p><b>lasten päivähoito ja varhaiskasvatus</b></p> <p>1 ei ole tarvittu 2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu 3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää 4 on käytetty, palvelu oli riittävää</p>
<p><b>nuorisopalvelut, nuorisotilat</b></p> <p>1 ei ole tarvittu 2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu 3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää 4 on käytetty, palvelu oli riittävää</p>
<p><b>työvoimahallinnon palvelut</b> (esim. TE-toimisto, työvoiman palvelukeskus)</p> <p>1 ei ole tarvittu 2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu 3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää 4 on käytetty, palvelu oli riittävää</p>
<p><b>kansalais- ja työväenopistot</b></p> <p>1 ei ole tarvittu 2 olisi tarvittu, mutta palvelua ei saatu 3 on käytetty, mutta palvelu ei ollut riittävää 4 on käytetty, palvelu oli riittävää</p>

**KIITOS**