

FINRISKI²⁰⁰⁷

SOKRAS

SOKERI- JA RASVA-AINEENVAIHDUNTATUTKIMUS

KYSELYLOMAKE

OHJEET VASTAAJALLE

Kysymyksiin vastataan ympäröimällä sopivan vaihtoehdon kohdalla oleva numero, rastittamalla oikea vaihtoehto tai kirjoittamalla kysytty tieto sitä varten varattuun tilaan.

Luekaa kysymys huolellisesti ennen vastaamista.

Pyydämme vastaamaan kaikkiin kysymyksiin - myös kieltävä vastaus on merkittävä näkyviin joko ympäröimällä vaihtoehto "ei" tai merkitsemällä "0" vastaukselle varattuun tilaan.

ESIMERKKI 1.

Onko Teillä milloinkaan todettu olevan korkea tai kohonnut veren sokeriarvo?

- ① ei
2 kyllä

ESIMERKKI 2.

Mikä oli syntymäpituutenne? (Jos ette tiedä, vastatkaa 0.)

| 5 | 1 | cm

Mikäli koette johonkin kysymykseen vastaamisen vaikeaksi, voitte kysyä neuvoa tutkimushoitajalta.

SOKRAS - TARRASARJA = Käynti listan tarratieto
 HAV TUN = Käynti listan kohde tunnus
 STUDY2 = SOKRAS vs FRO2 Seur
 VIIVAKOODI = Tallennetun sokerilomakkeen viivakoodi
 VIIVAKOODIN ALKUOSA = SOKRAS viivakoodin alkuosa
 SAAPDATE = Date of examination, SOKLO takasivu

VASTAUSLOMAKE

LAPSUUS JA NUORUUS

K1_PAIKKAKUNTA

1. Missä olette syntyneet?

Kirjoittakaa paikkakunta sekä sen sairaalan nimi, jossa olette syntyneet. Mikäli ette ole syntynyt sairaalassa, mainitkaa paikka.

Paikkakunta: _____

Sairaalan nimi / muu paikka _____ K1_SAIRAALA

2. Missä asuitte lapsena ennen kouluikää (0–6-vuotiaana)?

Ikäkausi (vuosina)	Paikkakunta
<i>esim. 0-2 v</i>	<i>Jyväskylä</i>
<i>esim. 3-6 v</i>	<i>Tukholma</i>

IKÄKAUSI PAIKKAKUNTA

enillinen
aineisto

3. Missä asuitte ja mitä koulua kävitte 7–18-vuotiaana?

Ikäkausi (vuosina)	Paikkakunta	Koulun nimi
<i>esim. 7-18 v</i>	<i>Turku</i>	<i>Turun normaalikoulu</i>

IKÄKAUSI PAIKKAKUNTA KOULU

enillinen
aineisto

LÄÄKKEET, SAIRAUDET JA SAIRAANHOITOPALVELUIDEN KÄYTTÖ

4. Missä terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa, lääkärikeskuksessa tai sairaalassa yleensä asioitte?

K4

5. Missä terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa, lääkärikeskuksessa tai sairaalassa olette ollut viimeksi tutkittavana tai hoidettavana?

K5

6. Onko Teillä milloinkaan todettu olevan korkea tai kohonnut veren sokeriarvo?

K6

- 1 ei
- 2 kyllä

7. Oletteko koskaan käyttänyt säännöllisesti verenpainelääkkeitä?

K7

- 1 en
- 2 kyllä

8. Onko lääkäri joskus todennut Teillä diabeteksen (eli sokeritaudin)?

- K8
- 1 ei (siirtykää kysymykseen 11)
 - 2 ei, mutta koholla olevat sokeriarvot tai piilevän diabeteksen
 - 3 kyllä, tyyppin 1 eli nuoruustyyppin diabeteksen
 - 4 kyllä, tyyppin 2 eli aikuistyyppin diabeteksen
 - 5 kyllä, mutta en tiedä diabeteksen tyyppiä
 - 6 kyllä, raskausajan diabeteksen

9. Minkä ikäisenä tämä todettiin?

K9 -vuoden iässä

10. Jos sairastatte diabetesta, missä terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa, lääkärikeskuksessa tai sairaalassa olitte hoidossa, kun diabetes todettiin?

K10 _____

11. Onko perheenjäsenillänne tai sukulaisillanne todettu diabetesta (tyypin 1 tai 2 diabetesta)?

- K11
- 1 ei
 - 2 kyllä: isovanhemmilla, vanhempien sisaruksilla tai serkuilla (mutta ei omilla vanhemmilla, sisaruksilla tai lapsilla)
 - 3 kyllä: vanhemmilla, sisaruksilla tai omilla lapsilla

12. Mitä lääkärin määräämiä lääkkeitä käytätte säännöllisesti?

Ilmoittakaa lääkkeen nimi, annos ja montako kertaa päivässä otatte annoksen (esimerkki: Mindiab 5 mg, 2 tablettia, 2 kertaa/päivä).

Mikäli ette käytä lääkkeitä, kirjoittakaa "en mitään".

LAAKKEET_EI

Lääkkeen nimi NIMI	Annos ANNOS	Montako kertaa päivässä KERTAA
<i>erillinen aineisto!</i>		

HUOM_SAIRAUDET

PITUUS JA PAINO

13. Mikä oli syntymäpituutenne? (Jos ette tiedä, vastatkaa 0)

cm K13_SPI

14. Mikä oli syntymäpainonne?

g K14_SPA

Jos ette ole varma, merkitkää arvioimanne syntymäpaino alapuolelle:

Arvioin, että syntymäpainoni oli grammaa. K14_SPA_ARVIO

15. Onko painonne muuttunut edeltävän kuukauden (neljän viikon) aikana?

- K15
- 1 pysynyt samana
 - 2 noussut kg K15_N
 - 3 laskenut kg K15_L

- 16. Kuinka paljon painoitte**
(jos ette ole vielä saavuttanut kyseistä ikää, merkitkää viiva (-) kyseiseen kohtaan)
- 1 noin 20-vuotiaana? kiloa K16_1
- 2 noin 30-vuotiaana? kiloa K16_2
- 3 noin 40-vuotiaana? kiloa K16_3
- 4 noin 50-vuotiaana? kiloa K16_4
- 17. Oletteko milloinkaan vakavasti yrittänyt laihduttaa itseänne? Jos olette, kuinka monta kertaa?**
- 1 en ole koskaan yrittänyt laihduttaa (siirtykää kysymykseen 23)
- 2 1-2 kertaa
- 3 3-5 kertaa K17
- 4 6 kertaa tai useammin
- 18. Mikä on ollut suurin painonpudotuksenne laihdutuksen yhteydessä?**
- 1 alle 2 kg
- 2 2-5 kg K18
- 3 6-10 kg
- 4 yli 10 kg
- 19. Kuinka monta kertaa viimeisen 10 vuoden aikana olette laihduttaneet vähintään 5 kg?**
- 1 en kertaakaan (siirtykää kysymykseen 21)
- 2 kertaa K19 K19_2
- 20. Monellako näistä kerroista kaikki laihdutetut kilot ovat tulleet takaisin?**
- 1 ei kertaakaan
- 2 kertaa K20 K20_2
- 21. Yritättekö laihduttaa tällä hetkellä?**
- 1 kyllä K21
- 2 en (siirtykää kysymykseen 23)
- 22. Millä keinolla yritätte tällä hetkellä laihduttaa? Valitkaa yksi tai useampi vaihtoehto.**
- 1 ruokavaliolla K22_1
- 2 liikunnalla K22_2
- 3 lääkärin määräämillä laihdutuslääkkeillä K22_3
- 4 muilla laihdutusvalmisteilla (luontaistuotteet yms.) K22_4
- 5 muilla keinoilla (akupunktio yms.) K22_5
- 23. Kuinka usein syötte kasviksia, hedelmiä tai marjoja?**
- 1 päivittäin K23
- 2 harvemmin kuin joka päivä
- 24. Onko/ oliko äitinne mielestänne ylipainoinen (suurimman osan aikuisikää)?**
- 1 kyllä
- 2 ei K24
- 3 en tiedä
- 25. Onko/ oliko isänne mielestänne ylipainoinen (suurimman osan aikuisikää)?**
- 1 kyllä
- 2 ei K25
- 3 en tiedä

26. Veljien ja velipuolien lukumäärä ja ylipaino K26_1

1 Kuinka monta veljeä ja/ tai velipuolta teillä on/ oli?

2 Kuinka moni veljistänne ja/ tai velipuolistanne on/oli ylipainoinen K26_2

27. Siskojen ja sisarpuolien lukumäärä ja ylipaino K27_1

1 Kuinka monta siskoa ja/ tai sisarpuolta teillä on/ oli?

2 Kuinka moni siskoistanne ja/ tai sisarpuolistanne on/ oli ylipainoinen? K27_2
HUOM_LAIHDUTUS

LIIKUNTA

28. Sisältyykö jokaiseen päiväänne yleensä vähintään puoli tuntia liikuntaa työssä ja/tai vapaa-ajalla ns. arkiliikunta mukaan lukien?

1 kyllä K28

2 ei

29. Kuinka usein harrastitte aiemmin ja harrastatte nykyään vapaa-ajan kuntoliikuntaa (esim. lenkkeily, hiihto, pyöräily, uinti, kunto/sauvakävely, aerobic, pallopelit, jääkiekko, jne.)? Rastittakaa kuinka usein harrastitte liikuntaa eri ikäisenä. Aloittakaa nuorimmasta iästä. Jokaiseen Teitä koskevaan sarakkeeseen tulee yksi rasti.

*Enillinen
aineisto*

		i1	i2	i3	i4	i5	i6
		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	Yli 65
En voinut vamman tai sairauden vuoksi harrastaa liikuntaa	1						
Harvemmin kuin kerran kuukaudessa	2						
1-3 kertaa kuukaudessa	3						
1 kerran viikossa	4						
2-3 kertaa viikossa	5						
4-5 kertaa viikossa	6						
Yli 5 kertaa viikossa	7						

K29_i1_1 - K29_i6_7

30. Oletteko joskus harrastanut kilpaurheilua?

1 en koskaan (siirtykää kysymykseen 33) K30

2 kyllä

31. Minkä ikäisenä harrastitte kilpaurheilua? -vuotiaana K31
K31_LOPPU

32. Missä lajeissa kilpailitte? Ympyröikää listalta urheilulaji tai -lajit.

- 1 juoksu K32_1
- 2 hiihto K32_2
- 3 voimistelu K32_3
- 4 jalkapallo K32_4
- 5 pesäpallo K32_5
- 6 lentopallo K32_6
- 7 jääkiekko K32_7
- 8 suunnistus K32_8
- 9 uinti K32_9
- 10 soutu K32_10
- 11 paini K32_11
- 12 yleisurheilu K32_12
- 13 Muu, mikä: _____ K32_13

K32_13M

Liikunta viimeisen 7 päivän ajalta

Kysymyksiin vastataan kirjoittamalla vastaus tyhjälle viivalle, täyttämällä lokerikko tai merkitsemällä rasti ruutuun.

Kysymyksiin vastatessanne

- **Rasittava** liikunta tarkoittaa toimintoja, jotka vaativat kovaa ruumiillista ponnistelua ja jotka saavat sinut selvästi hengästymään.
- **Kuormitukseltaan kohtalainen** liikunta tarkoittaa toimintoja, jotka vaativat kohtalaista ruumiillista ponnistelua ja jotka saavat sinut hengästymään hieman.

- K33 33. Kuinka monena päivänä viime viikon aikana liikunta-aktiivisuutenne oli rasittavaa kuten painavien taakkojen nostamista, lumenluontia, aerobicia, hiihtoa tai juoksua? Ottakaa huomioon vain ne toiminnot, jotka kestivät vähintään 10 minuuttia kerralla.
- päivänä viikossa
 ei yhtenäkkään (siirtykää kysymykseen 35)
- K34 34. Kuinka paljon aikaa käytitte tavallisesti ruumiillisesti rasittavaan toimintaan tuollaisena päivänä?
K34_T K34_M
 tuntia minuuttia K34-YM ("yhteensä minutteja")
- K35 35. Kuinka monena päivänä viime viikon aikana liikunta-aktiivisuutenne oli kohtuullisesti kuormittavaa, kuten kevyiden taakkojen kantamista, kotivoimistelua tai kevyttä hölkkää? Älkää laskeko mukaan kävelyä. Ajatelkaa jälleen vain niitä toimintoja, jotka kestivät vähintään 10 minuuttia kerralla.
- päivänä viikossa
 ei yhtenäkkään (siirtykää kysymykseen 37)
- K36 36. Kuinka paljon aikaa kaikkiaan käytitte tavallisesti tuollaisena päivänä kohtuullisesti kuormittavaan liikuntaan?
K36_T K36_M
 tuntia minuuttia K36-YM
- K37 37. Kuinka monena päivänä viime viikon aikana kävelitte vähintään 10 minuuttia kerrallaan? Tähän sisältyy kävely töissä tai kotona, kävely paikasta toiseen siirryessänne sekä kävely, jota harrastitte pelkästään virkistykseen ja kuntoilun vuoksi vapaa-aikananne.
- päivänä viikossa
 ei yhtenäkkään (siirtykää kysymykseen 39)
- K38 38. Kuinka paljon aikaa kaikkiaan käytitte tavallisesti kävelyyn tuollaisena päivänä?
K38_T K38_M
 tuntia minuuttia K38-YM
- K39 39. Kuinka paljon aikaa kaikkiaan käytitte istumiseen tavallisena arkipäivänä? Tämä koskee istumista töissä ja vapaa-aikana, niin kotona kuin kylässä, sekä opiskellessa tai matkustaessa. Tähän sisältyy istuminen tai loikoileminen lukiessa tai televisiota katsellessa.
K39_T K39_M
 tuntia minuuttia K39-YM

40. Olivatko viimeiset 7 päivää tavanomaisia (normaali työ/ kouluviikko) vai poikkeavia (lomalla, sairaana)?

- K40
1 tavanomaisia
2 poikkeavia

41. Mitä mieltä olette omasta vapaa-ajan liikunnastanne?

- 1 liikun vapaa-aikanani riittävästi (siirtykää kysymykseen 43)
K41 2 liikun vapaa-aikanani jonkin verran, mutta en kuitenkaan riittävästi
3 vapaa-ajan liikuntani on täysin riittämätöntä

42. Mitkä ovat tärkeimmät syyt siihen, että ette liiku riittävästi vapaa-aikananne? Ympyröikää itsellenne tärkeimmät vaihtoehdot.

- K42_1 1 minulla ei ole riittävästi aikaa
K42_2 2 liikuntavarusteet maksavat liian paljon
K42_3 3 liikuntapaikat ovat kaukana tai muuten hankalasti saavutettavissa
K42_4 4 liikuntapaikkojen käyttömaksut ovat liian korkeat
K42_5 5 en mielestäni hallitse riittävän hyvin liikunnassa tarvittavia taitoja
K42_6 6 minulla ei ole sellaisia ystäviä tai ryhmää, joiden kanssa voisin liikkua
K42_7 7 en pidä liikunnasta
K42_8 8 minulla on sairaus tai vamma, joka rajoittaa liikkumista
K42_9 9 muu syy, mikä? K42-M

43. Onko lääkäri tai terveydenhoitaja koskaan kehottanut teitä harrastamaan liikuntaa?

- K43 1 kyllä
2 ei

44. Seuraavassa on lista suomalaisten yleisesti harrastamista liikuntalajeista. Pyydämme teitä arvioimaan omat taitonne kussakin liikuntalajeissa ympyröimällä paras vaihtoehto.

		En osaa ollenkaan	Osaan, mutta huonosti	Osaan melko hyvin	Osaan erittäin hyvin
Hiihto	K44L1	1	2	3	4
Juoksu	K44L2	1	2	3	4
Yleisurheilu	K44L3	1	2	3	4
Uinti	K44L4	1	2	3	4
Voimistelu	K44L5	1	2	3	4
Tanssi	K44L6	1	2	3	4
Suunnistus	K44L7	1	2	3	4
Golf	K44L8	1	2	3	4
Salibandy, sähly	K44L9	1	2	3	4
Jalkapallo	K44L10	1	2	3	4
Luistelu	K44L11	1	2	3	4
Lentopallo	K44L12	1	2	3	4
Pesäpallo	K44L13	1	2	3	4
Laskettelu	K44L14	1	2	3	4
Kuntosaliharjoittelu	K44L15	1	2	3	4
Rullaluistelu	K44L16	1	2	3	4
Keilailu	K44L17	1	2	3	4

K44_HUOM

HUOM_LIIKUNTA

TYÖ JA LIIKUNTA

45. Oletteko ollut työssä viimeisen 12 kuukauden aikana?

- K45 1 kyllä
2 en (siirtykää kysymykseen 49)

46. Millainen on työaikanne?

- K46 1 työ on säännöllistä päivätyötä
2 työ on säännöllistä 2- tai 3-vuorotyötä
3 työ on ilta- tai yötyötä
4 työaika on epäsäännöllinen
5 en ole työssä
6 osa-aikatyö-/ -eläke

47. Työpäivänne keskimääräinen kesto (sisältää tauot)

K47_T tuntia minuuttia K47_M K47_YM

48. Ajatelkaa tavanomaista työpäivää. Ilmoittakaa työpäivän kuluessa (ruokatunti mukaanlukien) tekemänne liikkeitä ja niiden keskimääräinen kesto 15 minuutin tarkkuudella. Työmatkaa ei lasketa työajaksi.

Jos työskentelette vain osan vuotta, kysymys koskee sitä ajankohtaa, jona teette työtä.

Perusliike	Kesto		
K48_1_T Istuminen	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_1_M	K48_1_YM
K48_2_T Istuminen autossa/ työkoneessa	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_2_M	.
K48_3_T Seisominen	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_3_M	.
K48_4_T Kävely tasaisella	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_4_M	.
K48_5_T Kävely epätasaisella (metsä)	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_5_M	.
K48_6_T Kävely portaissa, pyöräily, juoksu	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_6_M	.
K48_7_T Metsä-, rakennus- tai maataloustyö	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_7_M	.
K48_8_T Purku- ja lastaustyö (tai muu vastaava)	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_8_M	.
K48_9_T Muu, mikä: <u>K48_MUUMIKA</u>	<input type="text"/> tuntia <input type="text"/> min	K48_9_M	K48_9_YM

HUOM_TYO

UNI

49. Kuinka monta tuntia nukutte keskimäärin:

yössä? tuntia vuorokaudessa? tuntia
K49_Y_T K49_VK_T

50. Kuorsaatteko nukkuessanne?

- K50 1 en (siirtykää kysymykseen 54)
2 kyllä

51. Kuinka usein kuorsaatte?

- K51 1 kerran kuussa tai harvemmin
2 1-2 yötä viikossa
3 3-5 yönä viikossa
4 joka yö tai lähes joka yö
5 en osaa sanoa

52. Millaista kuorsauksenne on laadultaan?

- K52 1 kuorsaan hiljaa ja tasaisesti
2 kuorsaan tasaisesti, mutta melko äänekkäästi
3 kuorsaan tasaisesti, mutta niin äänekkäästi, että se kuuluu viereiseen huoneeseen
4 kuorsaan hyvin äänekkäästi ja epätasaisesti (välillä hengityskatkoja, jolloin ei kuulu mitään ääntä ja välillä kuuluu hyvin korahtelevaa kuorsausta)
5 en osaa sanoa

53. Kuinka usein kuorsaatte äänekkäästi?

- 1 en koskaan
 2 harvoin K53
 3 joskus
 4 usein
 5 hyvin usein

54. Ovatko lähiomaiset tai muut huomanneet että teillä on nukkuessanne lyhyitä hengityskatkoksia?

- 1 ei
 2 kyllä K54

55. Kuinka usein heräätte yöllä?

- 1 en koskaan
 2 harvoin
 3 joskus K55
 4 usein
 5 hyvin usein

56. Tunnetteko itsenne väsyneeksi päivisin?

- 1 en koskaan
 2 harvoin K56
 3 joskus
 4 usein
 5 hyvin usein

57. Nukahteletteko tahtomattanne lyhyitä jaksoja päiväsaikaan?

- 1 en koskaan
 2 harvoin
 3 joskus K57
 4 usein
 5 hyvin usein

58. Onko lääkäri todennut Teillä uniapnean?

- 1 ei K58
 2 kyllä
 HUOM_UNI

DIABETEKSEN EHKÄISY**59. Mitkä seuraavista ovat mielestänne tyypin 2 eli aikuistyyppin diabeteksen ehkäisykeinoja?**

		kyllä	ei
K59_1	Laihduuttaminen normaalipainoon	1	2
K59_2	5-10 prosentin painonlasku	1	2
K59_3	Vyötärölle kertyneiden liikkilojen karistaminen	1	2
K59_4	Arkiliikunnan lisääminen	1	2
K59_5	Kuntoliikunta	1	2
K59_6	Stressin vähentäminen, riittävä lepo	1	2
K59_7	Vitamiini- ja kivennäisvalmisteiden käyttö	1	2
K59_8	Lääkehoito	1	2
K59_9	Tupakoimattomuus/tupakoinnin lopettaminen	1	2
K59_10	Alkoholin käytön vähentäminen	1	2
K59_11	Kahvinjuonnin vähentäminen	1	2
K59_12	Suolan käytön vähentäminen	1	2
K59_13	Vilja- ja kasvispainotteinen, kuitupitoinen ruoka	1	2
K59_14	Vähärasvainen ruoka, kasvisrasvojen suosiminen	1	2

60. Mitkä seuraavista ovat mielestänne tyypin 2 diabeteksen vaaratekijät?

		kyllä	ei
K60_1	Stressi	1	2
K60_2	Korkea verenpaine	1	2
K60_3	Korkea veren kolesteroli	1	2
K60_4	Lihavuus	1	2
K60_5	Runsas sokerin käyttö	1	2
K60_6	Vähäinen ravinnon kuitupitoisuus	1	2
K60_7	Runsas rasvan syönti	1	2
K60_8	Runsas alkoholin käyttö	1	2
K60_9	Vähäinen työliikunta	1	2
K60_10	Vähäinen vapaa-ajan liikunta	1	2

**MIESTEN OSALTA LOMAKE PÄÄTTYY TÄHÄN.
 KIITOS VASTAUKSISTANNE!**

HUOM_DIABEHK

PALAUTTAKAA LOMAKE TUTKIMUSHOITAJALLE.

SEURAAVAT KYSYMYKSET OVAT VAIN NAISILLE

61. Oletteko koskaan synnyttänyt tai ollut raskaana?

K61 1 en (lomake päättyy kohdallanne tähän)

2 kyllä raskautta synnytyistä
 K61_2_R K61_2_S

62. Minä vuosina olette synnyttänyt, paljonko lapset ovat painaneet ja oliko synnytys ennenaikainen (ympyröikää numero 1), normaaliaikainen (numero 2) vai yliaikainen (numero 3)?

Vuosi	Syntymäpaino	Ennenaikainen	Normaaliaikainen	Yliaikainen
VUOSI	SPAINO	AIKAISUUS		
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3
<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	2	3

*enillinen
aineisto*

63. Onko Teillä havaittu raskauksienne aikana sokeriaineenvaihdunnan häiriöitä (esim. sokeria virtsassa tai kohonneita verensokeriarvoja)?

K63 1 ei
 2 kyllä, vuosina , ,
 3 en tiedä K63_V1 K63_V2 K63_V3

HUOM_RASKAUS

KIITOS VASTAUKSISTANNE!

PALAUTTAKAA LOMAKE TUTKIMUSHOITAJALLE.

HOITAJA TÄYTTÄÄ ALLA OLEVAT KOHDAT

HAVAINTOTUNNUS
1. Havaintotunnus

TUTK_NIMIKIRJ
Tutkittavan nimikirjaimet

2. Saapumisaika pvm _____ 2007 SAAPUMISAIKA_PP

SAAPUMISAIKA_TT

klo _____

SAAPUMISAIKA_KK

SAAPUMISAIKA_MM

PAINO

3. Paino (punnusvaaka) _____ kg (100 g:n tarkkuudella)

VYÖTÄRO

4. Vyötärön ympärysmitta _____ cm (puolen cm:n tarkkuudella)

5. Bioimpedanssitulokset

PITUUS (FR terveyystarkastuksessa, cm)
BMI (laskettu FR:ssä mitatulla pituudella)

Kysymyksiä naisille: Onko parhaillaan kuukautiset? 1 ei NAIS_KUUK
 2 kyllä

Oletteko nyt raskaana? 1 ei
 2 kyllä, laskettu aika on

_____ 200_____

NAIS_RASK_LASK

paino _____ kg (100 g:n tarkkuudella) BIOIMP_PAINO

painoindeksi _____ BIOIMP_PAINOIND

rasvaprosentti _____ % BIOIMP_RASVAPROS

rasvaton massa _____ kg (100 g:n tarkkuudella) BIOIMP_RASVATONM

6. Verenpaine	RR1_YLA	RR1_ALA	SYST (2 mittauksen keskiarvo)
	RR2_YLA	RR2_ALA	
	1. _____ / _____ mmHg		
	2. _____ / _____ mmHg		DIAST (2 mittauksen keskiarvo)
7. Pulssi	_____ PULSSI /30s		
8. Verenpaineeseen liittyvät huomautukset			
RR_EPASAANN	<input type="checkbox"/>	epäsäännöllinen, epätasainen rytmi (flimмери)	
RR_VASEN	<input type="checkbox"/>	verenpaine mitattu vasemmasta käsivarresta	
RR_KORIV	<input type="checkbox"/>	diastoliseksi arvoksi merkitty Korotkoffin IV vaihe	
RR_MUUTA	<input type="checkbox"/>	muuta, mitä? _____	
		RR_MUUMIKA	

14. Huomautuksia itse ilmoitettu paino HUOM_PAINO_ITSE

muuta, mitä? _____

LAHTOAIKA_TT LAHTOAIKA_MM HUOM_MUUTA

15. Lähtöaika klo _____

HUOM_ARVOT

LOMAKETTA_EI_PALAUTETTU