

Lyhyt puhelinhaastattelu

haastattelijan ohjeteksti, jota ei lueta tutkittavalle *kursivoituna*

HAVAINTOTUNNUS : /_/_/_/_/_/_/_/_

Lomakkeen täyttöpvm: _____/_____/2017

Lomakkeen täyttäjän tunnus: |__|__|__|__|

Ohje: Siirry haastatteluun esim. näin: "Kirjaan kieltäytymisenne. Vaikka, ette ole kiinnostunut/pysty osallistumaan itse terveystarkastukseen tai postitse saamaanne kyselyyn, olisi meille erittäin tärkeää, jos ehtisitte vastaamaan muutaman kysymyksen terveydentilastanne ja toimintakyvystänne sekä niihin vaikuttavista tekijöistä. Tähän menee noin 5-10 minuuttia." Jos tutkittava sanoo, ettei nyt ehdi, kysy voidaanko soittaa hänelle sopivampaan aikaan näiden tutkimuksen kannalta tärkeiden tietojen saamiseksi. Jos tutkittava vaikuttaa kovin kiireiseltä ja haluttomalta esitä vain tähdellä () merkityt ja kellatut tärkeimmät kysymykset. Näiden kysymisen jälkeen voit vielä tiedustella voidaanko vielä jatkaa muutamalla kysymyksellä ja palata muihin kysymyksiin, jos se vaikuttaa mahdolliselta. Jos tutkittavan puolesta kysymyksiin vastaa omainen tai muu läheinen, jätä kysymättä () merkityt kysymykset ilman NN ohjetta.*

***(1). Onko terveydentilanne mielestänne nykyisin**

- hyvä
- melko hyvä
- keskitasoinen
- melko huono
- huono?

***2. Onko Teillä (NN:llä) jokin pitkäaikainen sairaus tai muu pitkäaikainen terveysongelma?**

- ei
- kyllä

3. Rajoittaako jokin terveysongelma Teitä (NN:ää) sellaisissa toimissa, joita ihmiset tavallisesti tekevät?

- rajoittaa vakavasti
- rajoittaa, mutta ei vakavasti
- ei rajoita lainkaan (siirtykää kysymykseen 5)

4. Onko rajoituksia ollut vähintään kuuden viime kuukauden ajan?

- kyllä
- ei

5. **Onko lääkäri joskus todennut Teillä (NN:llä) diabeteksen (eli sokeritaudin)?** (Ohje: vaihtoehtoja ei tarvitse lukea, mutta jos vastaus on kyllä, niin tarkenna tyyppi. Voidaan valita useita.)

- ei
- ei, mutta koholla olevat sokeriarvot tai piilevän diabeteksen
- kyllä, tyyppin 1 eli nuoruustyyppin diabeteksen
- kyllä, tyyppin 2 eli aikuistyyppin diabeteksen
- kyllä, mutta en tiedä diabeteksen tyyppiä
- kyllä, raskausajan diabeteksen

6. **Onko Teillä (NN:llä) koskaan todettu olevan korkea tai kohonnut verenpaine?**

- ei
- kyllä

(7.) **Onko Teillä 12 viime kuukauden aikana ollut vähintään kahden viikon jaksoa, jolloin olette suurimman osan aikaa ollut mieli maassa, alakuloinen tai masentunut?**

- ei
- kyllä

8. **Pystyttekö (Pystyykö NN) yleensä seuraaviin suorituksiin? Vastausvaihtoehdot ovat:**

pystyn (pystyy) vaikeuksitta (1)

pystyn (pystyy), mutta vaikeuksia on jonkin verran (2)

pystyn (pystyy), mutta se on minulle erittäin vaikeaa (3)

en (ei) pysty lainkaan (4)

1 2 3 4

| | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| pystyttekö kävelemään levähtämättä noin puoli kilometriä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| entä pystyttekö yleensä lukemaan tavallista sanomalehtitekstiä (silmälaseilla tai ilman) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| entä pystyttekö yleensä kuulemaan, mitä usean henkilön välisessä keskustelussa sanotaan (kuulokojeen kanssa tai ilman) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

(9.) Millaiseksi koette muistinne? Toimiiko muistinne

- erittäin hyvin
- hyvin
- tyydyttävästi
- huonosti
- erittäin huonosti?

(10.) Tunnetteko itsenne yksinäiseksi

- en koskaan
- hyvin harvoin
- joskus
- melko usein vai
- jatkuvasti?

*11. Tupakoitteko nykyisin (savukkeita, sikareita tai piippua)?

- kyllä, päivittäin
- kyllä, satunnaisesti
- ei lainkaan

(*12.) Kuinka usein juotte alkoholia sisältäviä juomia

- en koskaan
- kerran kuukaudessa tai harvemmin
- 2 - 4 kertaa kuukaudessa
- 2 - 3 kertaa viikossa
- 4 kertaa tai useammin viikossa?

(13.) **Miten usein olette syönyt vihanneksia ja juureksia (ei perunaa) 7 viime päivän aikana sellaisenaan, raasteena tai tuoresalaattina**

- en kertaakaan
- 1–2 päivänä
- 3–5 päivänä
- 6–7 päivänä vai
- useita kertoja päivässä?

(14.) **Mitä rasvaa käytätte enimmäkseen leivällä?** (Ohje: *valitaan vain yksi vaihtoehto, vaihtoehtoja ei tarvitse lukea, tarkenna tai anna esimerkkejä tarvittaessa*).

- en mitään (*tai ei syö leipää*)
- rasvalevitettä, jossa korkeintaan 40 % rasvaa (esim. Keiju Kevyt, Lätta, Flora Kevyt 40, Kevyt Becel, Kevyt Levi 40, Better-rahkariini)
- rasvalevitettä, jossa noin 60 % rasvaa (esim. Keiju 60, Flora 60, Becel 60, Rypisi 55, Keiju+DHA 60)
- rasvalevitettä, jossa 70 - 80 % rasvaa (esim. Keiju 70, Flora Kultaa 80, Keiju 70, Becel voi & Kasviöljyt)
- voi-kasviöljyseosta, rasvaseosta (esim. Oivariini, Ingmariini, Flora & Voi)
- voita
- kasvisterolimargariinia (esim. Becel pro.activ, Benecol, Benecol Voi & Rypsiöljy, Keiju Alentaja)

(15.) **Kuinka paljon liikutte ja rasitate itseänne ruumiillisesti vapaa-aikana?**

- Vapaa-aikanani luen, katselen televisiota ja teen askareita, joissa en paljonkaan liiku ja jotka eivät rasita minua ruumiillisesti
- Vapaa-aikanani kävelen, pyöräilen tai liikun muulla tavalla useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan mm. kävely, kalastus ja metsästys, ja kevyt puutarhatyö
- Harrastan vapaa-aikanani varsinaista kuntoliikuntaa useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, lenkkeily, hiihto, kuntovoimistelu, uinti, pallopelit ja rasittavat puutarhatyöt
- Harjoittelen vapaa-aikanani kilpailumielessä säännöllisesti rasittavia urheilumuotoja useita kertoja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, suunnistus, hiihto, uinti, pallopelit kilpailumielessä

***16. Kuinka pitkä olette (NN on)?**

cm (*arviokin riittää*)

***17. Kuinka paljon painatte nykyisin (NN painaa)?**

kiloa (*arviokin riittää*)

(18.) **Kuinka tyytyväinen olette taloudelliseen tilanteeseenne? Oletteko**

- erittäin tyytyväinen
- tyytyväinen
- jokseenkin tyytyväinen
- tyytymätön vai
- erittäin tyytymätön?

***19. Kuinka monta jäsentä kuuluu tällä hetkellä talouteenne eli ruokakuntaanne (NN:n talouteen eli ruokakuntaan) mukaan lukien itsenne?**

jäsentä

20. Oletteko (Onko NN) tällä hetkellä pääasiassa (valitaan vain yksi vaihtoehto)

- palkkatyössä tai yrittäjänä/ammattinharjoittajana (mukaan lukien palkaton työ perheyrytyksessä, oppisopimuskoulutus ja palkalliset harjoittelijat)
- työtön
- opiskelija, lisäkoulutuksessa tai palkattomassa työharjoittelussa
- eläkkeellä
- perhevapaalla, kotiäiti tai -isä
- jokin muu

21. Mikä on koulutuksenne (NN:n koulutus)? (Merkitään ylin suoritettu koulutus)

- kansakoulu tai peruskoulu
- keskikoulu
- ammattikoulu tai vastaava
- lukio
- opistotutkinto
- alempi korkeakoulututkinto (ammattikorkeakoulu tai vastaava)
- ylempi korkeakoulututkinto (maisteri tai vastaava)

Ohje: kiitä lopuksi saaduista tiedoista. Jos tarpeen, tarkenna vielä tietojen antajaa koskevat tiedot tai huomiot haastattelusta seuraavalle sivulle.

Tässä olivat kaikki kysymykset. Kiitos vastauksistanne!

Tarkenna vielä lopuksi kysymällä jos ei tullut alussa/haastattelun aikana selväksi:

22. Kuka antoi tiedot (tai avusti haastattelussa)?

- puoliso
- lapsi
- vanhempi
- muu sukulainen
- ystävä tai naapuri
- kodinhoitaja, sairaanhoitaja tms.
- asiointitulkki (muu kuin perheenjäsen tai läheinen)
- muu, kuka? _____

23. Miksi tarvittiin toista henkilöä avustamaan tai antamaan tiedot?

| | ei | kyllä |
|---|--------------------------|--------------------------|
| tutkittavalla oli vaikeuksia muistaa asioita (esim. dementia) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| tutkittavalla oli vaikeuksia puhumisessa (esimerkiksi afasia) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| tutkittavalla oli kuulovaikeuksia tai hän oli kuuro | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| tutkittavalla oli vaikeuksia ymmärtää suomen tai ruotsin (tai englannin) kieltä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| muut syyt, mitä? _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

24. Huomiot haastattelusta:

- haastattelu keskeytyi (löi luurin korvaan tai muuten kävi ilmi, ettei kannata soittaa uudestaan)
- haastateltavalla oli selviä kielivaikeuksia (ei ymmärrä/puhu suomea eikä haastattelua pystytä tekemään myöskään ruotsiksi tai englanniksi)
- haastateltavalla oli vaikeuksia kuulla tai muita toimintakykyrajoitteita, jotka estivät haastattelun tai hankaloittavat sitä merkittävästi
- muita huomioita:
