

lo1-lomakkeen painettu viivakoodi

ft17_lo1_viivakoodi_paino lo1-lomakkeen viivakooditarra

ft17_lo1_viivakoodi_tarra

lomakkeen tallennuskieli

ft17_I1_lomakekieli

FinTerveys 2017 -tutkimus

Kysely ennen tutkimusta

- Valitkaa kunkin kysymyksen kohdalla vain yksi, parhaiten sopiva vaihtoehto, ellei kysymyksen kohdalla erikseen mainita, että vaihtoehtoja voi valita useita
- Eräiden kysymysten kohdalla on täydentäviä vastaamishojeita.
- Muistakaa vastata kaikkiin kysymyksiin. Merkitkää myös kieltävä vastaus näkyviin joko valitsemalla vaihtoehto "ei" tai merkitsemällä "0" vastaukselle varattuun tilaan.

TERVEYDENTILA

1. Onko terveydentilanne mielestänne nykyisin

- hyvä ft17_I1_1=1
 melko hyvä ft17_I1_1=2
 keskitasoinen ft17_I1_1=3
 melko huono ft17_I1_1=4
 huono ft17_I1_1=5

2. Onko Teillä jokin pitkäaikainen sairaus tai muu pitkäaikainen terveysongelma?

- ei ft17_I1_2=1
 kyllä ft17_I1_2=2

3. Rajoittaako jokin terveysongelma Teitä sellaisissa toimissa, joita ihmiset tavallisesti tekevät?

- rajoittaa vakavasti ft17_I1_3=1
 rajoittaa, mutta ei vakavasti ft17_I1_3=2
 ei rajoita lainkaan ft17_I1_3=3

4. Onko rajoituksia ollut vähintään kuuden viime kuukauden ajan?

- kyllä ft17_I1_4=1
 ei ft17_I1_4=2

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

	ei	kyllä
Sydämen vajaatoiminta	ft17_I1_5_1=1	ft17_I1_5_1=2
Sepelvaltimotauti	ft17_I1_5_2=1	ft17_I1_5_2=2
Syöpä	ft17_I1_5_3=1	ft17_I1_5_3=2
Nivelreuma	ft17_I1_5_4=1	ft17_I1_5_4=2
Muu nivelsairaus	ft17_I1_5_5=1	ft17_I1_5_5=2
Selän kulumavika, muu selkäsairaus	ft17_I1_5_6=1	ft17_I1_5_6=2
Masennus	ft17_I1_5_7=1	ft17_I1_5_7=2
Muu psyykinen sairaus	ft17_I1_5_8=1	ft17_I1_5_8=2
Munuaisten vajaatoiminta	ft17_I1_5_9=1	ft17_I1_5_9=2
Uniapnea	ft17_I1_5_10=1	ft17_I1_5_10=2

6. Onko Teiltä koskaan tutkittu veren sokeripitoisuutta? Koska viimeksi?

- viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana ft17_I1_6=1
 ½ vuotta - 1 vuotta sitten ft17_I1_6=2
 1 vuotta - 5 vuotta sitten ft17_I1_6=3

yli 5 vuotta sitten **ft17_I1_6=4**
 ei koskaan **ft17_I1_6=5**
 en tiedä **ft17_I1_6=6**

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

ei **ft17_I1_7_1**

ei, mutta koholla olevat sokeriarvot tai piilevän diabeteksen **ft17_I1_7_2**

kyllä, tyyppin 1 eli nuoruustyyppin diabeteksen **ft17_I1_7_3 vuonna**

ft17_I1_7_3v

kyllä, tyyppin 2 eli aikuistyyppin diabeteksen **ft17_I1_7_4 vuonna**

ft17_I1_7_4v

kyllä, mutta en tiedä diabeteksen tyyppiä **ft17_I1_7_5 vuonna**

ft17_I1_7_5v

kyllä, raskausajan diabeteksen , viimeksi **ft17_I1_7_6 vuonna**

ft17_I1_7_6v

8. Määrättiinkö Teille tuolloin toteamisen yhteydessä diabeteksen (eli sokeritaudin) takia jotain seuraavista hoidoista?

ainoastaan elintapaneuvonta (ruokavalio, liikunta ym.) **ft17_I1_8=1**

tablettihoito **ft17_I1_8=2**

insuliinihoito **ft17_I1_8=3**

ei mitään näistä **ft17_I1_8=4**

9. Mitä lääkärin määräämiä lääkkeitä käytätte nykyisin diabeteksen (eli sokeritaudin) takia?

en mitään **ft17_I1_9=1**

insuliini **ft17_I1_9=2**

tabletti **ft17_I1_9=3**

insuliini ja tabletti yhdessä **ft17_I1_9=4**

lo1-lomakkeen sivun 4 marginaali

ft17_lo1_margin_4

10. Onko Teiltä koskaan tutkittu veren kolesterolipitoisuutta? Koska viimeksi?

viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana **ft17_I1_10=1**

½ vuotta - 1 vuotta sitten **ft17_I1_10=2**

1 vuotta - 5 vuotta sitten **ft17_I1_10=3**

yli 5 vuotta sitten **ft17_I1_10=4**

ei koskaan **ft17_I1_10=5**

en tiedä **ft17_I1_10=6**

11. Onko Teillä koskaan todettu olevan korkea tai kohonnut veren kolesterolipitoisuus?

ei **ft17_I1_11=1**

kyllä **ft17_I1_11=2**

12. Oletteko saanut ruokavalio-ohjeita veren kolesterolitason alentamiseksi?

ei **ft17_I1_12=1**

kyllä **ft17_I1_12=2**

13. Käytättekö nykyisin lääkärin määräämiä lääkkeitä veren kolesterolipitoisuuden alentamiseksi?

en **ft17_I1_13=1**

kyllä **ft17_I1_13=2**

14. Onko Teiltä koskaan mitattu verenpainetta? Koska viimeksi?

viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana **ft17_I1_14=1**

½ vuotta - 1 vuotta sitten **ft17_I1_14=2**

1 vuotta - 5 vuotta sitten **ft17_I1_14=3**

yli 5 vuotta sitten **ft17_I1_14=4**

ei koskaan **ft17_I1_14=5**

15. Onko Teillä koskaan todettu olevan korkea tai kohonnut verenpaine?

ei **ft17_I1_15=1**

kyllä **ft17_I1_15=2**

16. Oletteko koskaan käyttänyt verenpainelääkkeitä?

en **ft17_I1_16=1**

kyllä **ft17_I1_16=2**

17. Milloin olette viimeksi ottanut verenpainelääkettä?

tänään tai eilen **ft17_I1_17=1**
 2 - 7 päivää sitten **ft17_I1_17=2**
 1 viikko - ½ vuotta sitten **ft17_I1_17=3**
 ½ vuotta - 1 vuosi sitten **ft17_I1_17=4**
 1 vuosi - 5 vuotta sitten **ft17_I1_17=5**
 yli 5 vuotta sitten **ft17_I1_17=6**

18. Mittaateko verenpainettanne kotimittarilla

päivittäin **ft17_I1_18=1**
 viikoittain **ft17_I1_18=2**
 kuukausittain **ft17_I1_18=3**
 2-4 kertaa vuodessa **ft17_I1_18=4**
 kerran vuodessa **ft17_I1_18=5**
 en koskaan **ft17_I1_18=6**

19. Oletteko sairastanut lääkärin toteaman sydäninfarktin eli sydänveritulpan?

en **ft17_I1_19=1**
 kyllä **ft17_I1_19=2** minä vuonna viimeksi? **ft17_I1_19v**

20. Oletteko sairastanut lääkärin toteaman aivohalvauksen, aivoverenvuodon tai aivoverisuonitukoksen?

en **ft17_I1_20=1**
 kyllä **ft17_I1_20=2** minä vuonna viimeksi: **ft17_I1_20v**

21. Onko Teille koskaan tehty sydämen sepelvaltimon ohitusleikkausta?

ei **ft17_I1_21=1**
 kyllä **ft17_I1_21=2** minä vuonna viimeksi: **ft17_I1_21v**

22. Onko Teille koskaan tehty sydämen sepelvaltimon pallolaajennusta?

ei **ft17_I1_22=1**
 kyllä **ft17_I1_22=2** minä vuonna viimeksi: **ft17_I1_22v**

lo1-lomakkeen sivun 5 marginaali

ft17_lo1_margin_5

23. Onko lääkäri koskaan todennut Teillä astman?

ei **ft17_I1_23=1**
 kyllä **ft17_I1_23=2**

24. Onko lääkäri koskaan todennut Teillä keuhkohtaumataudin (COPD)?

ei **ft17_I1_24=1**
 kyllä **ft17_I1_24=2**

25. Esiintyykö Teillä tavallisesti limaisia ysköksiä herätessänne talviaamuisin?

ei **ft17_I1_25=1**
 kyllä **ft17_I1_25=2**

26. Esiintyykö Teillä tavallisesti limaisia ysköksiä päivisin tai öisin talviaikana?

ei **ft17_I1_26=1**
 kyllä **ft17_I1_26=2**

27. Esiintyykö Teillä limaisia ysköksiä useimpina päivinä tai öinä ainakin 3 kk:n ajan vuosittain?

ei **ft17_I1_27=1**
 kyllä **ft17_I1_27=2**

28. Onko Teillä koskaan ollut heinänuhaa tai muita allergisia nenäoireita?

ei **ft17_I1_28=1**
 kyllä, 12 viime kuukauden aikana **ft17_I1_28=2**
 kyllä, viimeksi yli vuosi sitten **ft17_I1_28=3**

29. Onko Teillä koskaan ollut allergisia silmäoireita?

ei **ft17_I1_29=1**
 kyllä, 12 viime kuukauden aikana **ft17_I1_29=2**
 kyllä, viimeksi yli vuosi sitten **ft17_I1_29=3**

30. Onko Teillä koskaan ollut kutisevaa ihottumaa, jota on sanottu maitoruveksi, taiveihottumaksi tai atooppiseksi ihottumaksi?

ei ft17_l1_30=1

kyllä, 12 viime kuukauden aikana ft17_l1_30=2

kyllä, viimeksi yli vuosi sitten ft17_l1_30=3

31. Onko Teillä ollut viimeksi kuluneiden 30 päivän aikana selkäkipua?

ei ft17_l1_31=0

kyllä ft17_l1_31=1

32. Onko Teillä ollut viimeksi kuluneiden 30 päivän aikana niskakipua?

ei ft17_l1_32=0

kyllä ft17_l1_32=1

33. Onko Teillä ollut viimeksi kuluneiden 30 päivän aikana olkapääkipua?

ei ft17_l1_33=0

kyllä ft17_l1_33=1

34. Onko Teillä ollut viimeksi kuluneiden 30 päivän aikana kävelyvaikeutta tai ontumista lonkan vaivan tai vian takia?

ei ft17_l1_34=0

kyllä ft17_l1_34=1

35. Onko Teillä ollut viimeksi kuluneiden 30 päivän aikana kävelyvaikeutta tai ontumista polven vaivan tai vian takia?

ei ft17_l1_35=0

kyllä ft17_l1_35=1

36.

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

	ei	kyllä
ollut mieli maassa, alakuloinen tai masentunut?	ft17_l1_36_1=1	ft17_l1_36_1=2
menettänyt kiinnostuksenne useimpiin asioihin, kuten harrastuksiin, työhön tai muihin asioihin, joista yleensä koette mielihyvää?	ft17_l1_36_2=1	ft17_l1_36_2=2

lo1-lomakkeen sivun 6 marginaali

ft17_lo1_margin_6

37.

Kuinka suuren osan ajasta olette 4 viime viikon aikana

	koko ajan	suurimman osan aikaa	huomattavan osan aikaa	jonkin aikaa	vähän aikaa	en lainkaan
ollut hyvin hermostunut	ft17_l1_37_1=1	ft17_l1_37_1=2	ft17_l1_37_1=3	ft17_l1_37_1=4	ft17_l1_37_1=5	ft17_l1_37_1=6
tuntenut mielialanne niin matalaksi, ettei mikään ole voinut piristää teitä	ft17_l1_37_2=1	ft17_l1_37_2=2	ft17_l1_37_2=3	ft17_l1_37_2=4	ft17_l1_37_2=5	ft17_l1_37_2=6
tuntenut itsenne tyyneksi ja rauhalliseksi	ft17_l1_37_3=1	ft17_l1_37_3=2	ft17_l1_37_3=3	ft17_l1_37_3=4	ft17_l1_37_3=5	ft17_l1_37_3=6
tuntenut itsenne alakuloiseksi ja apeaksi	ft17_l1_37_4=1	ft17_l1_37_4=2	ft17_l1_37_4=3	ft17_l1_37_4=4	ft17_l1_37_4=5	ft17_l1_37_4=6
ollut onnellinen	ft17_l1_37_5=1	ft17_l1_37_5=2	ft17_l1_37_5=3	ft17_l1_37_5=4	ft17_l1_37_5=5	ft17_l1_37_5=6

38.

Milloin viimeksi olette käyttäneet seuraavia lääkkeitä? Vastatkaa jokaiselle riville rastittamalla oikea vaihtoehto

	viimeisen viikon aikana	1-4 viikkoa sitten	1-12 kuukautta sitten	yli vuosi sitten	en koskaan
särkyläkkeitä päänsärkyyn	ft17_I1_38_1=1	ft17_I1_38_1=2	ft17_I1_38_1=3	ft17_I1_38_1=4	ft17_I1_38_1=5
särkyläkkeitä nivel- tai lihassärkyyn	ft17_I1_38_2=1	ft17_I1_38_2=2	ft17_I1_38_2=3	ft17_I1_38_2=4	ft17_I1_38_2=5
särkyläkkeitä muuhun särkyyn	ft17_I1_38_3=1	ft17_I1_38_3=2	ft17_I1_38_3=3	ft17_I1_38_3=4	ft17_I1_38_3=5
unilääkkeitä, nukahtamislääkkeitä	ft17_I1_38_4=1	ft17_I1_38_4=2	ft17_I1_38_4=3	ft17_I1_38_4=4	ft17_I1_38_4=5
rauhottavia lääkkeitä	ft17_I1_38_5=1	ft17_I1_38_5=2	ft17_I1_38_5=3	ft17_I1_38_5=4	ft17_I1_38_5=5
masennuslääkkeitä	ft17_I1_38_6=1	ft17_I1_38_6=2	ft17_I1_38_6=3	ft17_I1_38_6=4	ft17_I1_38_6=5
astmalääkkeitä	ft17_I1_38_7=1	ft17_I1_38_7=2	ft17_I1_38_7=3	ft17_I1_38_7=4	ft17_I1_38_7=5
heinänuhaläykkeitä	ft17_I1_38_8=1	ft17_I1_38_8=2	ft17_I1_38_8=3	ft17_I1_38_8=4	ft17_I1_38_8=5
sydän- tai aivoinfarktin ehkäisyyn asetosalisylihappoa (mm. Aspirin, Disperin, Primaspan)	ft17_I1_38_9=1	ft17_I1_38_9=2	ft17_I1_38_9=3	ft17_I1_38_9=4	ft17_I1_38_9=5
verenohennuslääkkeitä (Marevan, Pradaxa, Xarelto ja Eliquis)	ft17_I1_38_10=1	ft17_I1_38_10=2	ft17_I1_38_10=3	ft17_I1_38_10=4	ft17_I1_38_10=5
antibiootteja	ft17_I1_38_11=1	ft17_I1_38_11=2	ft17_I1_38_11=3	ft17_I1_38_11=4	ft17_I1_38_11=5

39. Mihin tarkoitukseen saitte viime antibioottikuurinne?

 hengitystieinfektioon (esim. angiina, poskiontelotulehdus, keuhkoputkentulehdus, keuhkokuume) **ft17_I1_39=1**

 vatsatautiin, johon liittyy ripulia ja/tai oksentelua **ft17_I1_39=2**

 virtsatieinfektioon **ft17_I1_39=3**

 ihon tai haavan infektioon **ft17_I1_39=4**

 muuhun **ft17_I1_39=5**

 en osaa sanoa **ft17_I1_39=6**

 en ole koskaan saanut antibioottikuuria **ft17_I1_39=7**
lo1-lomakkeen sivun 7 marginaali
ft17_lo1_margin_7
40. Missä viime antibioottikuurinne aloitettiin?

 vuodeosastolla (sisältää kotiin annetun jatkohoidon) **ft17_I1_40=1**

 kotona (avohoitopisteessä saatu resepti) **ft17_I1_40=2**
41. Onko hampaidenne kunto ja suunne terveydentila mielestänne nykyisin

 hyvä **ft17_I1_41=1**

 melko hyvä **ft17_I1_41=2**

 keskitasoinen **ft17_I1_41=3**

 melko huono **ft17_I1_41=4**

 huono **ft17_I1_41=5**
42. Kuinka usein yleensä harjaatte hampaanne?

 useammin kuin kaksi kertaa päivässä **ft17_I1_42=1**

 kaksi kertaa päivässä **ft17_I1_42=2**

 kerran päivässä **ft17_I1_42=3**

 harvemmin kuin joka päivä **ft17_I1_42=4**

 en koskaan **ft17_I1_42=5**
43. Kuinka usein käytätte suunne ja hampaidenne hoitoon hammaslankaa tai hammasväliharjaa?

 päivittäin **ft17_I1_43=1**

 viikoittain **ft17_I1_43=2**

 harvemmin **ft17_I1_43=3**

en lainkaan ft17_l1_43=4

TOIMINTAKYKY JA HYVINVOINTI

44.

Pystytttekö 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	ft17_l1_44_1=1	ft17_l1_44_1=2	ft17_l1_44_1=3	ft17_l1_44_1=4
juoksemaan lyhyehkön matkan (noin sata metriä)	ft17_l1_44_2=1	ft17_l1_44_2=2	ft17_l1_44_2=3	ft17_l1_44_2=4
nousemaan portaita yhden kerrosvälin levähtämättä	ft17_l1_44_3=1	ft17_l1_44_3=2	ft17_l1_44_3=3	ft17_l1_44_3=4
lukemaan tavallista sanomalehtitekstiä (silmälaseilla tai ilman)	ft17_l1_44_4=1	ft17_l1_44_4=2	ft17_l1_44_4=3	ft17_l1_44_4=4
kuulemaan, mitä usean henkilön välisessä keskustelussa sanotaan (kuulokojeen kanssa tai ilman)	ft17_l1_44_5=1	ft17_l1_44_5=2	ft17_l1_44_5=3	ft17_l1_44_5=4

45.

Millaiseksi koette muistinne, oppimis- ja keskittymiskykyne?

	erittäin hyvin	hyvin	tydyttävästi	huonosti	erittäin huonosti
muistini toimii	ft17_l1_45_1=1	ft17_l1_45_1=2	ft17_l1_45_1=3	ft17_l1_45_1=4	ft17_l1_45_1=5
uusien tietojen omaksuminen ja asioiden oppiminen sujuu minulta	ft17_l1_45_2=1	ft17_l1_45_2=2	ft17_l1_45_2=3	ft17_l1_45_2=4	ft17_l1_45_2=5
pystyn yleensä keskittymään asioihin	ft17_l1_45_3=1	ft17_l1_45_3=2	ft17_l1_45_3=3	ft17_l1_45_3=4	ft17_l1_45_3=5

46. **Osallistuttekö jonkin kerhon, järjestön, yhdistyksen, harrastusryhmän tai hengellisen tai henkisen yhdistyksen toimintaan (esimerkiksi liikuntaseura, asukastoiminta, puolue, kuoro, seurakunta)?**

en ft17_l1_46=1

kyllä, silloin tällöin ft17_l1_46=2

kyllä, aktiivisesti ft17_l1_46=3

47. **Riippumatta siitä, oletteko ansiotyössä vai ette, arvioikaa minkälainen työkykyne on nykyisin**

täysin työkykyinen ft17_l1_47=1

osittain työkyvytön ft17_l1_47=2

täysin työkyvytön ft17_l1_47=3

lo1-lomakkeen sivun 8 marginaali

ft17_lo1_margin_8

48. **Oletetaan, että työkykyne on parhaimmillaan saanut 10 pistettä. Minkä pistemäärän antaisitte nykyiselle työkyvyllenne? (rastittakaa työkykyänne vastaava numero)**

0 (täysin työkyvytön) ft17_l1_48=0

1 ft17_l1_48=1

2 ft17_l1_48=2

3 ft17_l1_48=3

4 ft17_l1_48=4

5 ft17_l1_48=5

6 ft17_l1_48=6

7 ft17_l1_48=7

8 ft17_l1_48=8

9 ft17_l1_48=9

10 (työkyky parhaimmillaan) ft17_l1_48=10

49. Tunneteko itsenne yksinäiseksi?

- en koskaan **ft17_I1_49=1**
 hyvin harvoin **ft17_I1_49=2**
 joskus **ft17_I1_49=3**
 melko usein **ft17_I1_49=4**
 jatkuvasti **ft17_I1_49=5**

50. Kuinka tyytyväinen olette taloudelliseen tilanteeseenne?

- erittäin tyytyväinen **ft17_I1_50=1**
 tyytyväinen **ft17_I1_50=2**
 jokseenkin tyytyväinen **ft17_I1_50=3**
 tyytymätön **ft17_I1_50=4**
 erittäin tyytymätön **ft17_I1_50=5**

51. Kuinka tyytyväinen olette siihen, mitä olette saavuttanut elämässänne?

- erittäin tyytyväinen **ft17_I1_51=1**
 tyytyväinen **ft17_I1_51=2**
 jokseenkin tyytyväinen **ft17_I1_51=3**
 tyytymätön **ft17_I1_51=4**
 erittäin tyytymätön **ft17_I1_51=5**

52. Kuinka tyytyväinen olette perhe-elämäänne?

- erittäin tyytyväinen **ft17_I1_52=1**
 tyytyväinen **ft17_I1_52=2**
 jokseenkin tyytyväinen **ft17_I1_52=3**
 tyytymätön **ft17_I1_52=4**
 erittäin tyytymätön **ft17_I1_52=5**
 minulla ei ole perhettä **ft17_I1_52=0**

LIIKUNTA**53. Miten rasittavaa työnne on ruumiillisesti? Valitkaa tilanteeseenne parhaiten sopiva vaihtoehto**

- en ole työssä tai työni on pääasiassa istumatyötä enkä kävele paljoakaan **ft17_I1_53=1**
 kävelen työssäni melko paljon, mutta en joudu nostelemaan tai kantamaan raskaita taakkoja **ft17_I1_53=2**
 joudun työssäni kävelemään ja nostelemaan paljon tai nousemaan portaita tai ylämäkeä **ft17_I1_53=3**
 työni on raskasta ruumiillista työtä, jossa joudun nostamaan tai kantamaan raskaita esineitä, kaivamaan, lapioimaan tai hakkaamaan jne. **ft17_I1_53=4**

54. Kuinka monta minuuttia liikutte työ- tai opiskelumatkalla esim. jalan tai pyöräillen? Tarkoittaa meno- ja paluumatkaa yhteensä.

- en ole työssä tai työ on kotona **ft17_I1_54=1**
 kuljen työmatkan kokonaan moottoriajoneuvolla **ft17_I1_54=2**
 alle 15 minuuttia päivässä **ft17_I1_54=3**
 15-29 minuuttia päivässä **ft17_I1_54=4**
 30-60 minuuttia päivässä **ft17_I1_54=5**
 yli tunnin päivässä **ft17_I1_54=6**

lo1-lomakkeen sivun 9 marginaali**ft17_lo1_margin_9****55. 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 **ft17_I1_55=1**
 Vapaa-aikanani kävelen, pyöräilen tai liikun muulla tavalla useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan mm. kävely, kalastus ja metsästys, ja kevyt puutarhatyö **ft17_I1_55=2**
 Harrastan vapaa-aikanani varsinaista kuntoliikuntaa useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, lenkkeily, hiihto, kuntovoimistelu, uinti, pallopelit ja rasittavat puutarhatyöt **ft17_I1_55=3**
 Harjoittelen vapaa-aikanani kilpailumielessä säännöllisesti rasittavia urheilumuotoja useita kertoja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, suunnistus, hiihto, uinti, pallopelit kilpailumielessä **ft17_I1_55=4**

56.**Kuinka monta tuntia istutte keskimäärin arkisin? Merkitkää 0, jos ette yhtään.**

--	--	--

	tuntia	minuuttia
työpäivän aikana toimistossa tai vastaavassa	ft17_I1_56_1t	ft17_I1_56_1m
kotona television, tietokoneen tai äylaitteen ääressä	ft17_I1_56_2t	ft17_I1_56_2m
kulkuneuvossa	ft17_I1_56_3t	ft17_I1_56_3m
muu istuminen	ft17_I1_56_4t	ft17_I1_56_4m

TUPAKOINTI

57. Oletteko koskaan tupakoinut elämänne aikana?

en ft17_I1_57=1

kyllä ft17_I1_57=2

58. Oletteko tupakoinut elämänne aikana vähintään 100 kertaa (savukkeita, sikareita tai piippua)?

en ft17_I1_58=1

kyllä ft17_I1_58=2

59. Oletteko koskaan tupakoinut säännöllisesti (lähes joka päivä ainakin yhden vuoden ajan)? Kuinka monta vuotta yhteensä?

en ole koskaan tupakoinut säännöllisesti ft17_I1_59=1

olen tupakoinut säännöllisesti ft17_I1_59=2

ft17_I1_59v vuotta

60. Minkä ikäisenä aloititte tupakoinnin?

ft17_I1_60 -vuotiaana

61. Tupakoittekko nykyisin (savukkeita, sikareita tai piippua)?

kyllä, päivittäin ft17_I1_61=1

kyllä, satunnaisesti ft17_I1_61=2

en lainkaan ft17_I1_61=3

62. Koska olette tupakoinut viimeksi? Jos tupakoitte jatkuvasti, merkitkää vaihtoehto "eilen tai tänään"

eilen tai tänään ft17_I1_62=1

2 pv - 1 kk sitten ft17_I1_62=2

1 kk - puoli vuotta sitten ft17_I1_62=3

puoli vuotta - vuosi sitten ft17_I1_62=4

1 - 5 vuotta sitten ft17_I1_62=5

6-10 vuotta sitten ft17_I1_62=6

yli 10 vuotta sitten ft17_I1_62=7

63. Kuinka pian heräämisen jälkeen Teillä on tapana polttaa ensimmäinen savuke? Jos olette lopettanut tupakoinnin, muistelkaa millaista tupakointinne oli ennen lopettamista.

5 minuutin kuluessa ft17_I1_63=1

6-30 minuutin kuluessa ft17_I1_63=2

31-60 minuutin kuluessa ft17_I1_63=3

60 minuutin jälkeen ft17_I1_63=4

64.

Miten paljon poltatte tai poltatte ennen tupakoinnin lopettamista keskimäärin päivässä? Merkitkää kaikki polttamanne tupakkalaadut.

Jos ette ole polttanut kyseistä tuotetta lainkaan, merkitkää 0.

	kpl päivässä
tehdasvalmisteisia savukkeita	ft17_I1_64_1
itse käärittyjä savukkeita	ft17_I1_64_2
piippua	ft17_I1_64_3
sikareita	ft17_I1_64_4

lo1-lomakkeen sivun 10 marginaali**ft17_lo1_margin_10****65. Käytättekö nuuskaa nykyisin?**kyllä, päivittäin **ft17_I1_65=1****ft17_I1_65_annos annosta**satunnaisesti **ft17_I1_65=2**en lainkaan **ft17_I1_65=3**

66.

Montako tuntia päivässä olette sisätiloissa, joissa**joudutte hengittämään muiden aiheuttamaa****tupakansavua? Jos ette lainkaan merkitkää 0.****Pyöristäkää vastauksenne lähimpään täyteen tuntiin.**

	tuntia
työpaikalla	ft17_I1_66_1t
kotona	ft17_I1_66_2t
muissa tiloissa	ft17_I1_66_3t

67. Oletteko 12 viime kuukauden aikana käyttänyt nikotiinikorvaushoitoa (purukumi, laastari, pilleri, imeskelytabletti, kielenalustabletti, inhalaattori) tai tupakoinnin lopettamiseen määrättyjä reseptilääkkeitä?en ole käyttänyt **ft17_I1_67=1**kyllä, tupakoinnin lopettamisen tukena **ft17_I1_67=2**kyllä, muusta syystä **ft17_I1_67=3****68. Käytättekö nykyisin nikotiinipitoisia sähkösavukkeita?**päivittäin **ft17_I1_68=1**satunnaisesti **ft17_I1_68=2**en käytä **ft17_I1_68=3****RAVINTO**

69.

Kuinka monena arkipäivänä viikossa syötte seuraavat pääateriat?

	en syö	1-2 päivänä	3-4 päivänä	joka arkipäivä
aamupala	ft17_I1_69_1=0	ft17_I1_69_1=1	ft17_I1_69_1=2	ft17_I1_69_1=3
lounas	ft17_I1_69_2=0	ft17_I1_69_2=1	ft17_I1_69_2=2	ft17_I1_69_2=3
päivällinen/illallinen	ft17_I1_69_3=0	ft17_I1_69_3=1	ft17_I1_69_3=2	ft17_I1_69_3=3

70.

Kuinka monena arkipäivänä viikossa syötte seuraavia välipaloja?

	en syö	1-2 päivänä	3-4 päivänä	joka arkipäivä
aamupäivän välipala	ft17_I1_70_1=0	ft17_I1_70_1=1	ft17_I1_70_1=2	ft17_I1_70_1=3
iltapäivän välipala	ft17_I1_70_2=0	ft17_I1_70_2=1	ft17_I1_70_2=2	ft17_I1_70_2=3
iltapala	ft17_I1_70_3=0	ft17_I1_70_3=1	ft17_I1_70_3=2	ft17_I1_70_3=3
 muita välipaloja	ft17_I1_70_4=0	ft17_I1_70_4=1	ft17_I1_70_4=2	ft17_I1_70_4=3

71. Missä syötte useimmiten lounaanne arkipäivisin? Rastittakaa vain yksi vaihtoehto.en syö lounasta **ft17_I1_71=1**syön eväitä työpaikalla **ft17_I1_71=2**kotona **ft17_I1_71=3**ravintolassa, baarissa, pikaruokapaikassa **ft17_I1_71=4**työpaikkaruokalassa tai oppilaitosruokalassa **ft17_I1_71=5**muualla **ft17_I1_71=6****72. Onko Teillä mahdollisuus käydä syömässä työpaikka- tai oppilaitosruokalassa?**

kyllä **ft17_I1_72=1**

ei **ft17_I1_72=2**

en ole työssä enkä opiskele **ft17_I1_72=3**

lo1-lomakkeen sivun 11 marginaali

ft17_lo1_margin_11

73. Millaista maitoa tavallisesti juotte? Rastittakaa vain yksi vaihtoehto.

tilamaitoa, raakamaitoa **ft17_I1_73=1**

täysmaitoa tai täysmaitojuomaa (rasvapitoisuus n. 3 %, myös HYLA, luomu, laktoositon) **ft17_I1_73=2**

kevytmaitoa tai kevytmaitojuomaa (rasvapitoisuus 1,5 %, myös HYLA, luomu, laktoositon, Valio Maito Plus) **ft17_I1_73=3**

ykkösmaitoa **ft17_I1_73=4**

rasvatonta maitoa tai maitojuomaa (myös HYLA, luomu, laktoositon, Valio Maito Plus, Valio Profeel voimamaitojuoma)

ft17_I1_73=5

en juo maitoa **ft17_I1_73=0**

74. Mitä rasvaa käytätte enimmäkseen leivällä? Rastittakaa vain yksi vaihtoehto.

en mitään **ft17_I1_74=1**

rasvavetitettä, jossa korkeintaan 40 % rasvaa (esim. Keiju Kevyt, Lätta, Flora vähärasvaisempi 40, Kevyt Becel, Kevyt Levi 40, Better-rahkariini) **ft17_I1_74=2**

rasvavetitettä, jossa noin 60 % rasvaa (esim. Keiju 60, Flora 60, Becel 60, Kultarypsi 60, Keiju Rypsi 55, Keiju+DHA 60)

ft17_I1_74=3

rasvavetitettä, jossa 70–80 % rasvaa (esim. Keiju 70, Flora Kulta 80, Keiju Rypsi 75, Becel Gold 70, Becel voi & Kasviöljyt)

ft17_I1_74=4

voi-kasviöljyseosta, rasvaseosta (esim. Oivariini, Ingmariini, Flora & Voi) **ft17_I1_74=5**

voita **ft17_I1_74=6**

kasvisterolimargariinia (esim. Becel pro.activ, Benecol, Benecol Voi & Rypsiöljy, Keiju Alentaja) **ft17_I1_74=7**

75. Mitä rasvaa kotonanne käytetään enimmäkseen ruoan valmistuksessa? Leivontaa ei oteta huomioon. Rastittakaa vain yksi vaihtoehto.

kasviöljyä tai juoksevaa kasviöljyvalmistetta (esim. Flora Culinesse, Flora Kokin salaisuus, Keiju Rypsi Juokseva, Juokseva Sunnuntai, Becel Juokseva) **ft17_I1_75=1**

rasvavetitettä, jossa noin 60 % rasvaa (esim. Keiju 60, Flora 60, Becel 60, Kultarypsi 60, Keiju Rypsi 55) **ft17_I1_75=2**

rasvavetitettä, jossa 70–80 % rasvaa (esim. Keiju 70, Flora Kulta 80, Keiju Rypsi 75, Becel Gold 70, Becel Voi & Kasviöljyt)

ft17_I1_75=3

talousmargariinia (esim. Sunnuntai, Keiju) **ft17_I1_75=4**

voi-kasviöljyseosta, rasvaseosta (esim. Oivariini, Ingmariini, Flora & Voi) **ft17_I1_75=5**

voita **ft17_I1_75=6**

kasvisterolimargariinia (esim. Becel pro.activ, Benecol, Benecol Voi & Rypsiöljy, Keiju Alentaja 60) **ft17_I1_75=7**

ei mitään rasvaa **ft17_I1_75=8**

kotitaloudessamme ei valmisteta ruokaa **ft17_I1_75=9**

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

en kertaakaan **ft17_I1_76=1**

1–2 päivänä **ft17_I1_76=2**

3–5 päivänä **ft17_I1_76=3**

6–7 päivänä **ft17_I1_76=4**

useita kertoja päivässä **ft17_I1_76=5**

77. Miten usein olette syönyt hedelmiä tai marjoja 7 viime päivän aikana?

en kertaakaan **ft17_I1_77=1**

1–2 päivänä **ft17_I1_77=2**

3–5 päivänä **ft17_I1_77=3**

6–7 päivänä **ft17_I1_77=4**

useita kertoja päivässä **ft17_I1_77=5**

lo1-lomakkeen sivun 12 marginaali

ft17_lo1_margin_12

ALKOHOLIN KÄYTTÖ

78. Merkitkää omaa alkoholijuomien käyttöänne parhaiten kuvaava vaihtoehto.

Olen ollut koko elämäni raitis (tai maistanut alkoholijuomia enintään 10 kertaa koko elämäni aikana) **ft17_I1_78=1**

Olen käyttänyt aiemmin alkoholijuomia **ft17_I1_78=2** vuodesta

ft17_I1_78_2v1 , mutta lopettanut

vuotta sitten

ft17_I1_78_2v2

Olen käyttänyt alkoholijuomia **ft17_I1_78=3** vuodesta, ja käytän niitä edelleen

ft17_I1_78_3v

79. Kuinka usein juotte alkoholia sisältäviä juomia?

en koskaan **ft17_I1_79=0**

kerran kuukaudessa tai harvemmin **ft17_I1_79=1**

2 - 4 kertaa kuukaudessa **ft17_I1_79=2**

2 - 3 kertaa viikossa **ft17_I1_79=3**

4 kertaa tai useammin viikossa **ft17_I1_79=4**

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

1-2 annosta **ft17_I1_80=1**

3-4 annosta **ft17_I1_80=2**

5-6 annosta **ft17_I1_80=3**

7-9 annosta **ft17_I1_80=4**

10 annosta tai enemmän **ft17_I1_80=5**

**81. Kuinka usein olette juonut kerralla kuusi annosta tai enemmän?**

en koskaan **ft17_I1_81=1**

harvemmin kuin kerran kuukaudessa **ft17_I1_81=2**

kerran kuukaudessa **ft17_I1_81=3**

kerran viikossa **ft17_I1_81=4**

päivittäin tai lähes päivittäin **ft17_I1_81=5**

82.

Montako lasillista (tavallista ravintola-annosta) tai pullollista olette juonut 7 viime päivän aikana seuraavia: (ellette ole juonut yhtään, merkitkää 0.)

	annosta
Keskiolutta tai vastaavan vahvuista siideriä tai long-drink juomaa: pullollista/ tölkillistä (1/3 litraa)	ft17_I1_82_1
Vahvaa A olutta (alkoholipitoisuus yli 4,7%) tai vastaavan vahvuista siideriä tai long-drink juomaa: pullollista/ tölkillistä (1/3 litraa)	ft17_I1_82_2
Viiniä: lasillista (1 lasillinen= n. 12 cl)	ft17_I1_82_3
Väkeviä alkoholijuomia: ravintola-annosta (n. 4 cl)	ft17_I1_82_4

lo1-lomakkeen sivun 13 marginaali

ft17_lo1_margin_13

PAINO JA PITUUS

83. Kuinka paljon painatte nykyisin?

ft17_I1_83 kiloa (arviokin riittää)

84. Kuinka pitkä olette?

ft17_I1_84 cm (arviokin riittää)

85.

Kuinka paljon painoitte (arviokin riittää)

	kiloa
noin 20-vuotiaana?	ft17_I1_85_1
noin 30-vuotiaana?	ft17_I1_85_2
noin 40-vuotiaana?	ft17_I1_85_3
noin 50-vuotiaana?	ft17_I1_85_4
noin 60-vuotiaana?	ft17_I1_85_5
noin 70-vuotiaana?	ft17_I1_85_6
noin 80-vuotiaana?	ft17_I1_85_7

UNI JA NUKKUMINEN

86.

Kuinka monta tuntia tavallisesti nukutte vuorokaudessa?

	tuntia	minuuttia
keskimäärin	ft17_I1_86t	ft17_I1_86m

87. Nukutteko mielestänne tarpeeksi?

kyllä, lähes aina ft17_I1_87=1

kyllä, usein ft17_I1_87=2

harvoin tai tuskin koskaan ft17_I1_87=3

en osaa sanoa ft17_I1_87=4

88.

Kuinka usein viimeksi kuluneen kuukauden aikana

	usein	joskus	ei lainkaan
olette kokenut itsenne päivisin haittaavalla tavalla väsyneeksi ja uneliaaksi	ft17_I1_88_1=1	ft17_I1_88_1=2	ft17_I1_88_1=3
olette nähnyt painajaisunia	ft17_I1_88_2=1	ft17_I1_88_2=2	ft17_I1_88_2=3
Teitä on vaivannut unettomuus	ft17_I1_88_3=1	ft17_I1_88_3=2	ft17_I1_88_3=3

TAUSTAKYSYMYKSIÄ

89. Mikä on siviilisäätynne?

naimisissa ft17_I1_89=1

avoliitossa ft17_I1_89=2

naimaton ft17_I1_89=3

asumuserossa tai eronnut ft17_I1_89=4

leski ft17_I1_89=5

rekisteröity parisuhde ft17_I1_89=6

90. Mikä on koulutuksenne? Merkitkää ylin suorittamanne koulutus

kansakoulu tai peruskoulu ft17_I1_90=1

keskikoulu ft17_I1_90=2

ammattikoulu tai vastaava **ft17_I1_90=3**

lukio **ft17_I1_90=4**

opistotutkinto **ft17_I1_90=5**

alempi korkeakoulututkinto (ammattikorkeakoulu tai vastaava) **ft17_I1_90=6**

ylempi korkeakoulututkinto (maisteri tai vastaava) **ft17_I1_90=7**

lo1-lomakkeen sivun 14 marginaali

ft17_lo1_margin_14

91. Kuinka monta vuotta olette yhteensä käynyt koulua ja opiskellut päätoimisesti? Kansakoulu tai peruskoulu lasketaan mukaan. **ft17_I1_91** vuotta

92. Kuinka monta jäsentä kuuluu tällä hetkellä taloutenne eli ruokakuntaanne mukaan lukien itsenne? **ft17_I1_92** jäsentä

93. Kuinka moni taloutenne jäsenistä mukaan lukien itsenne on (Merkittää 0 jos ei yksikään.)

	lkm
alle 3-vuotias	ft17_I1_93_1
3-6-vuotias	ft17_I1_93_2
7-17-vuotias	ft17_I1_93_3
18-64-vuotias	ft17_I1_93_4
65-79-vuotias	ft17_I1_93_5
80-vuotias tai vanhempi	ft17_I1_93_6

94. Kuinka monta elossa olevaa lasta Teillä on tällä hetkellä yhteensä, mukaan lukien kasvatti- ja adoptiolapset? **ft17_I1_94** lasta

95. Oletteko tällä hetkellä pääasiassa (valitkaa vain yksi vaihtoehto)

palkkatyössä tai yrittäjänä/ ammatinharjoittajana (mukaan lukien palkaton työ perheyrytyksessä, oppisopimuskoulutus ja palkalliset harjoittelijat) **ft17_I1_95=1**

työtön **ft17_I1_95=2**

opiskelija, lisäkoulutuksessa tai palkattomassa työharjoittelussa **ft17_I1_95=3**

eläkkeellä **ft17_I1_95=4**

perhevapaalla, kotiäiti tai -isä **ft17_I1_95=5**

jokin muu **ft17_I1_95=6**

96. Kuinka suuret olivat taloutenne (ruokakuntanne) kokonaistulot viime vuonna (veroja vähentämättä)?

alle 15 000 € **ft17_I1_96=1**

15 001 - 25 000 € **ft17_I1_96=2**

25 001 - 35 000 € **ft17_I1_96=3**

35 001 - 45 000 € **ft17_I1_96=4**

45 001 - 50 000 € **ft17_I1_96=5**

50 001 - 60 000 € **ft17_I1_96=6**

60 001 - 70 000 € **ft17_I1_96=7**

70 001 - 80 000 € **ft17_I1_96=8**

80 001 - 90 000 € **ft17_I1_96=9**

yli 90 000 € **ft17_I1_96=10**

[#if subjectVariable("sex") != "1"]

97.

Oletteko käyttänyt tai käytättekö tällä hetkellä

	kyllä, käytän tällä hetkellä	en tällä hetkellä, mutta olen käyttänyt aiemmin	en ole koskaan käyttänyt

ehkäisytabletteja	ft17_l1_97_1=1	ft17_l1_97_1=2	ft17_l1_97_1=3
tavallista (kupari) kierukkaa	ft17_l1_97_2=1	ft17_l1_97_2=2	ft17_l1_97_2=3
hormonikierukkaa	ft17_l1_97_3=1	ft17_l1_97_3=2	ft17_l1_97_3=3
ehkäisyrenkasta, -laastaria tai muuta hormonivalmistetta raskauden ehkäisyyn	ft17_l1_97_4=1	ft17_l1_97_4=2	ft17_l1_97_4=3

lo1-lomakkeen sivun 15 marginaali

ft17_lo1_margin_15

98.

Kuinka monta vuotta yhteensä olette käyttäneet näitä valmisteita/ehkäisy menetelmiä? Kirjatkaa aika yhteenlaskettuna huomioiden myös aiemmat käyttöjaksot. Merkitkää 0, jos ette ole koskaan käyttänyt näitä vähintään vuoden ajan.

	vuotta
ehkäisytabletteja yhteensä	ft17_l1_98_1
tavallista (kupari) kierukkaa yhteensä	ft17_l1_98_2
hormonikierukkaa yhteensä	ft17_l1_98_3
ehkäisyrenkasta, -laastaria tai muuta hormonivalmistetta yhteensä	ft17_l1_98_4

99. Oletteko viimeksi kuluneen kuukauden aikana käyttänyt hormonihoitoa tabletteina, geelinä, puikkoina, salvana tai laastarina (ei koske raskauden ehkäisyä)?

kyllä, lääkärin reseptillä ft17_l1_99=1

kyllä, ilman reseptiä (käsikauppalääkkeenä) ft17_l1_99=2

en ole käyttänyt mitään ft17_l1_99=3

100. Kuinka kauan olette käyttäneet tällaista hormonihoitoa yhteensä?

olen käyttänyt ft17_l1_100=1

ft17_l1_100v vuoden ajan

en ole koskaan käyttänyt hormonihoitoa ft17_l1_100=2

101. Onko Teillä kuukautiset?

kyllä, säännölliset ft17_l1_101=1

kyllä, epäsäännölliset ft17_l1_101=2

ei, koska kuukautiset ovat jääneet pois käyttämäni hormonivalmisteen/-kierukan vuoksi ft17_l1_101=3

ei, koska kuukautiset loppuivat vaihdevuosiin ja viimeiset kuukautiset tulivat ft17_l1_101=4

ft17_l1_101v vuotta sitten (jos alle vuosi, merkitse 0)

ei, koska olen raskaana ft17_l1_101=5

ei kuukautisia muusta syystä johtuen (esim. ei kohtua tai muu sairaus) ft17_l1_101=6

102. Imetättekö tällä hetkellä?

en ft17_l1_102=1

kyllä, olen imettänyt ft17_l1_102=2

ft17_l1_102_kk kuukautta

103. Kuinka kauan olette yhteensä imettänyt lastanne/kaikkia lapsianne? Huomioikaa myös osa-aikainen imetys/rintaruokinta lapsen muun ruokinnan ohella ja kirjatkaa yhteenlaskettuna kaikkien lasten imetysaika. Jos imetätte tällä hetkellä ja suunnittelette jatkavanne, merkitkää kuinka pitkään olette tähän mennessä imettänyt.

ei lapsia tai en ole koskaan imettänyt lasta ft17_l1_103=1

olen imettänyt (yhteensä) alle kuukauden ft17_l1_103=2

olen imettänyt yhteensä ft17_l1_103=3

ft17_l1_103v vuotta

ft17_l1_103kk

kuukautta

104. Oletteko synnyttänyt? Laskekaa mukaan alatiesynnytykset ja keisarileikkaukset

en ft17_l1_104=1

kyllä ft17_l1_104=2

ft17_l1_104_synn montako synnytystä

105. Onko Teille tehty raskauden keskeytyksiä?

ei ft17_l1_105=1

kyllä ft17_l1_105=2 montako

ft17_l1_105_kpl

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

ei ft17_l1_106=1

kyllä ft17_l1_106=2 montako

ft17_l1_106_kpl

107. **Onko teillä ollut lääkärin toteamia kohdunulkoisia raskauksia?**

ei ft17_l1_107=1

kyllä ft17_l1_107=2 montako

ft17_l1_107_kpl

108. **Onko Teillä todettu raskauden aikana kohonnut verenpaine?**

ei ft17_l1_108=1

kyllä ft17_l1_108=2

109. **Kuinka usein tutkitte itse rintojanne?**

useammin kuin kerran kuukaudessa ft17_l1_109=1

noin kerran kuukaudessa ft17_l1_109=2

silloin tällöin ft17_l1_109=3

en koskaan ft17_l1_109=4

lo1-lomakkeen sivun 16 marginaali

ft17_lo1_margin_16 [/#if]