



# Terve Suomi

Kansallinen tutkimus terveydestä, hyvinvoinnista ja palveluista

## Maksatutkimus

*Pyydämme sinua ystävällisesti vastaamaan kyselyyn mahdollisimman pian, mielellään 10 päivän kuluessa.*

### Kysymyksiin vastataan:

- Rastittamalla kuulakärkikynällä sopiva vaihtoehto.
- Mikäli teet merkintöjä vastausruutuun, johon et ole niitä tarkoittanut, pyydämme että mustaat koko ruudun.
- Kunkin kysymyksen kohdalla valitaan vain yksi, sinulle parhaiten sopiva vaihtoehto, ellei kysymyksen kohdalla erikseen mainita, että vaihtoehtoja voi valita useita.
- Eräiden kysymysten kohdalla on täydentäviä vastaamisohjeita.
- Toivomme, että vastaat kaikkiin kysymyksiin. Merkitse myös kieltävä vastaus näkyviin rastittamalla vaihtoehto "Ei" vastaukselle varattuun tilaan.

### 1. Onko sinulla koskaan todettu:

	ei	kyllä
Rasvamaksa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Toistuvasti poikkeavat maksa-arvot	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Maksakirroosi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 2. Oletko viimeisen 3 kk aikana...

	ei	kyllä
Aloittanut uuden lääkityksen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt lääkitystä maksasairauteen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt suun kautta otettavia e-pillereitä (ei minipillereitä)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt estrogeeniä sisältävää vaihdevuosien hormonihoitoa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt testosteronia tai sen johdannaisia (anabolisia steroideja)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt säännöllisesti kalaöljyä tai mitä tahansa omega-rasvahappotuotteita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt säännöllisesti vihreää teetä tai vihreä tee -uutetta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt säännöllisesti laihdutus- tai painonhallintatarkoitukseen tarkoitettuja luontaistuotteita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käyttänyt säännöllisesti elimistön tai maksan puhdistamiseen tarkoitettuja luontaistuotteita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 3. Onko isälläsi todettu...

	ei	kyllä	en tiedä
Nivelreuma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kilpirauhasen vajaatoiminta (hypotyreoosi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nuoruustyyppin diabetes (tyypin 1 diabetes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psoriasis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muu autoimmuunitauti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tulehduksellinen suolistosairaus (Crohnin tauti, haavainen paksusuolentulehdus)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Maksasairaus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sappikivet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Raudankertymätauti (hemokromatoosi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholin liikkäyttö	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 4. Onko äidilläsi todettu...

	ei	kyllä	en tiedä
Nivelreuma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kilpirauhasen vajaatoiminta (hypotyreoosi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nuoruustyyppin diabetes (tyypin 1 diabetes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psoriasis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muu autoimmuunitauti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tulehduksellinen suolistosairaus (Crohnin tauti, haavainen paksusuolentulehdus)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Maksasairaus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sappikivet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Raudankertymätauti (hemokromatoosi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholin liikkäyttö	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 5. Tupakoitko nykyisin (savukkeita, sikareita tai piippua)?

- kyllä, päivittäin
- satunnaisesti
- en lainkaan
- en ole koskaan tupakoinut

**6. Oletko käyttänyt alkoholijuomia 12 viime kuukauden aikana?**

- en → siirry kysymykseen 10  
 kyllä

**7. Kuinka usein juot olutta, viiniä tai muita alkoholijuomia?**

*Ota mukaan myös ne kerrat, jolloin nautit vain pieniä määriä, esim. puoli pulloa olutta tai puoli lasia viiniä. Valitse se vaihtoehto, joka lähinnä vastaa omaa tilannettasi.*

- en koskaan  
 noin kerran kuukaudessa tai harvemmin  
 2-4 kertaa kuukaudessa  
 2-3 kertaa viikossa  
 4-5 kertaa viikossa  
 6 kertaa viikossa tai useammin

**8. Kuinka monta annosta alkoholia yleensä olet ottanut niinä päivinä, jolloin käytit alkoholia?**

*Katso oheista laatikkoa. Valitse vain yksi vaihtoehto*

- 1-2 annosta  
 3-4 annosta  
 5-6 annosta  
 7-9 annosta  
 10-12 annosta  
 13-15 annosta  
 16 tai enemmän

*YKSI ALKOHOLIANNOS ON:  
pullo (33cl) niin kutsuttua keskiolutta tai siideriä tai,  
lasi (12cl) mietoa viiniä tai  
pieni lasi (8cl) väkevää viiniä tai  
ravintola-annos (4cl) väkeviä.*

**9. Kuinka usein olet juonut kerralla kuusi tai useampia annoksia?**

*Käytä oheista laatikkoa apuna. Valitse vain yksi vaihtoehto.*

- en koskaan  
 harvemmin kuin kerran kuukaudessa  
 kerran kuukaudessa  
 kerran viikossa  
 päivittäin tai lähes päivittäin

*6 ALKOHOLIANNOSTA ON ESIM.:  
neljä 0,5l tuoppia nk. keskiolutta tai siideriä,  
kolme 0,5l tuoppia nk. A-olutta tai vahvaa siideriä  
0,75l pullo mietoa (12%) viiniä,  
puolikas 0,5l pullosta väkeviä*

**10. Mieti alkoholinkäyttöäsi eri ikäisenä.** Vastaa parhaan muistikuvasi mukaan sinua koskeviin ikäkysymyksiin, vaikka et olisikaan varma vastauksesta. Esimerkiksi jos olet 35-vuotias, vastaa kohtiin a, b ja c. Voit käyttää kysymyksen 8 ja 9 laatikoita apuna arvioinnissa.

**Kuinka usein käytit alkoholia?**

	en koskaan	noin kerran kuukaudessa tai harvemmin	2-4 kertaa kuukaudessa	2-3 kertaa viikossa	4 kertaa viikossa tai useammin
a) Alaikäisenä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) 20-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) 30-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) 40-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) 50-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) 60-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Kuinka monta annosta alkoholia otit kerralla?**

	1-2 annosta	3-4 annosta	5-6 annosta	7-9 annosta	10 annosta tai enemmän
a) Alaikäisenä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) 20-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) 30-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) 40-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) 50-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) 60-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Kuinka usein joit kerralla kuusi annosta tai enemmän?**

	en koskaan	harvemmin kuin kerran kuukaudessa	kerran kuukaudessa	kerran viikossa	päivittäin tai lähes päivittäin
a) Alaikäisenä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) 20-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) 30-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) 40-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) 50-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) 60-vuotiaana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Kiitos vastauksistasi!**