



TERVEYS 2000

Tutkimus suomalaisten
terveydestä ja toimintakyvystä

TERVEYSKYSELY NUORILLE AIKUISILLE

Tämän kyselyn avulla kerätään tärkeimmät tiedot suomalaisten terveydestä, toimintakyvystä sekä hyvinvoinnista. Kyselyn tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti ja kaikki tulokset esitetään ainoastaan taulukkoina, joista ei voida tunnistaa ketään henkilöä. Pyydämme, että **täytät kyselyn ja palautat sen oheisessa kuoressa Kansanterveyslaitokselle.**

VASTAUSOHJEITA

- Kysymyksiin vastaat tavallisesti ympyröimällä omaa tilannettasi tai mieli- pidettäsi parhaiten kuvaavan vaihtoehdon numeron tai merkitsemällä ky- sytyn lukumäärän sille varattuun tilaan.
- Eräiden kysymysten kohdalla on erikseen täydentäviä vastaamisohjeita.

PERHE

AA01

1. Mikä on siviilisäätysi tällä hetkellä?

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

AB01N

2. Kuinka monta jäsentä kuuluu kotitalouteesi tällä hetkellä itsesi mukaan luettuna?

_____ jäsentä

Mukaan lasketaan myös omasta tai puolison aiemmasta liitosta olevat lapset, jotka asuvat kotitaloudessa vain osan aikaa (riippumatta siitä, missä he ovat kirjoilla).

AB07X

3. Asutko tällä hetkellä jomman- kumman tai molempien vanhem- piesi kanssa samassa asunnossa?

- 1 kyllä → siirry kysymykseen 5
- 2 en

AB08N

4. Minkä ikäisenä muutit pois lapsuuskodistasi (vanhempiesi luota)?

_____ vuotiaana

BC02

5. Kuinka monta lasta Sinulla on tällä hetkellä yhteensä? (mukaan lukien adoptiolapset ja sijaisvanhemmuus)

_____ lasta

KOULUTUS

AC00aN

6. Opiskeletko tai käytkö koulua

- 1 kyllä
- 2 en

AC00bN

7. Minkä tyyppisessä oppilaitoksessa?

- 1 peruskoulussa
- 2 lukiossa
- 3 ammatillisessa koulussa (esim. ammattikoulu, ammatillinen kurssikeskus)
- 4 ammatillisessa opistossa
- 5 ammattikorkeakoulussa
- 6 muussa korkeakoulussa tai yliopistossa
- 7 oppisopimuskoulutuksessa
- 8 muussa
- 9 en osaa sanoa

AC01X

8. Mikä tällä hetkellä on mennessä suorittamasi peruskoulutus?

- 1 osa peruskoulua (vähemmän kuin 9 vuotta)
- 2 peruskoulu
- 3 osa lukiota tai koko lukio (päästötodistus)
- 4 ylioppilastutkinto

AC02N

9. Mikä on korkein ammatillinen koulutus tai tutkinto, jonka olet tähän mennessä suorittanut?

- 1 ei mitään ammattikoulutusta
- 2 ammatillinen kurssi tai työpaikkakoulutus
- 3 ammattikoulu, oppisopimuskoulutus, näyttötutkinto
- 4 ammatillinen koulu (esim. teknillinen koulu)
- 5 ammatillinen opistotutkinto
- 6 erikoisammattitutkinto (esim. mestarintutkinto)
- 7 ammattikorkeakoulututkinto
- 8 alempi korkeakoulututkinto
- 9 ylempi korkeakoulututkinto
- 10 lisensiaatin tutkinto
- 11 tohtorin tutkinto

TERVEYS JA ELÄMÄNLAATU

BA01

10. Millainen terveydentilasi mielestäsi on nykyisin?

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

Nkys_K06

11. Millainen on elämänlaatusi?

- 1 erittäin hyvä
- 2 hyvä
- 3 kohtalainen
- 4 huono
- 5 erittäin huono

Nkys_K07

12. Miten tyytyväinen olet terveyteesi?

- 1 erittäin tyytyväinen
- 2 tyytyväinen
- 3 en tyytyväinen enkä tyytymätön
- 4 tyytymätön
- 5 erittäin tyytymätön

Nkys_K08

13. Onko Sinulla tarpeeksi voimia ja energiaa jokapäiväiseen elämääsi?

- 1 enemmänkin kuin tarpeeksi
- 2 tarpeeksi
- 3 melko riittävästi
- 4 liian vähän
- 5 aivan liian vähän

Nkys_K09

14. Miten tyytyväinen olet kykyysi suoriutua päivittäisistä toimitasi ja tehtävistäsi?

- 1 erittäin tyytyväinen
- 2 tyytyväinen
- 3 en tyytyväinen enkä tyytymätön
- 4 tyytymätön
- 5 erittäin tyytymätön

Nkys_K10

15. Kuinka tyytyväinen olet itseesi?

- 1 erittäin tyytyväinen
- 2 tyytyväinen
- 3 en tyytyväinen enkä tyytymätön
- 4 tyytymätön
- 5 erittäin tyytymätön

Nkys_K11

16. Kuinka tyytyväinen olet henkilökohtaisiin ihmissuhteisiisi?

- 1 erittäin tyytyväinen
- 2 tyytyväinen
- 3 en tyytyväinen enkä tyytymätön
- 4 tyytymätön
- 5 erittäin tyytymätön

Nkys_K12

17. Onko Sinulla riittävästi rahaa tarpeisiisi ?

- 1 enemmänkin kuin tarpeeksi
- 2 tarpeeksi
- 3 melkein tarpeeksi
- 4 liian vähän
- 5 aivan liian vähän

Nkys_K13

**18. Miten tyytyväinen olet asunto-
oloihisi?**

- 1 erittäin tyytyväinen
- 2 tyytyväinen
- 3 en tyytyväinen mutten
tyytymätönkään
- 4 tyytymätön
- 5 erittäin tyytymätön

SAIRAUDET JA NIIDEN HOITO

BA02

19. Onko Sinulla jokin pysyvä tai pitkäaikainen sairaus, tai jokin vika, vaiva tai vamma, joka vähentää työ- tai toimintakykyäsi?

Tässä tarkoitetaan kaikkia lääkärin toteamia pitkäaikaisia sairauksia sekä myös vähintään kolme kuukautta kestäneitä vaivoja, joita lääkäri ei ole todennut, mutta jotka vaikuttavat toimintakykyyn.

- 1 kyllä
- 2 ei

BA03b_2N

20. Oletko sairautesi tai vammasi vuoksi joutunut luopumaan opiskelusta tai muuttamaan opintosuunnitelmiasi?

- 1 kyllä
- 2 en

Onko lääkäri joskus todennut Sinulla jonkun seuraavista sairauksista?

Kyllä Ei

BA04

21. astma 1 2

BA27

22. haittaava allergia 1 2

Onko kyseessä?

BA27a1 1 heinänuha tai muu allerginen nuha (kyllä=1 ei =0)

BA27a2 2 allerginen silmätulehdus

BA27a3 3 allerginen ihottuma

BA27a4 4 ruoka-aineallergia

BA27a5 5 lääkeaineallergia

BA27a6 6 muu allergia

BA26

23. diabetes (sokeritauti) 1 2

BA24X

24. tapaturman aiheuttama pysyvä vamma 1 2

Missä vartalon osassa vamma on? (esim. alaraajassa, selässä, leuassa, näkövamma)

BA24X_1

BA42

25. vaikea päänsärky 1 2

BA42a Minkälainen päänsärky?

1 toistuva migreeni

2 muu päänsärky

BA25

26. psyykinen tai mielenterveyteen liittyvä sairaus 1 2

Minkälainen sairaus on kyseessä ? (sallitaan useampi vaihtoehto)

BA25a1 1 psykoosi (kyllä=1 ei =0)

BA25a2 2 masennus

BA25a3 3 ahdistus

BA25a4 4 päihdeongelma

BA25a5 5 muu

BA46

27. Onko Sinulla vielä jokin muu lääkärin toteama pitkäaikainen sairaus, vika, vaiva tai vamma ?

1 kyllä

2 ei

Mikä muu? a_1. ___ BA46a_1 _____

a_2. ___ BA46a_2 _____

a_3. ___ BA46a_3 _____

Jos Sinulla ei ole pitkäaikaisia sairauksia, (edellisiin kysymyksiin et merkinnyt yhtään lääkärin toteamaa sairautta) —> voit siirtyä kysymykseen 31.

BB01a

28. Tarvitsetko jatkuvaa lääkärinhoitoa jonkun äsken mainitsemasi pitkäaikaisen sairauden, vian tai vamman takia?

1 kyllä

2 en

BB01b

29. Saatko ainakin johonkin näistä sairauksista jatkuvaa lääkärinhoitoa?

1 kyllä

2 en

BB01c

30. Onko yksi tai useampi näistä pitkäaikaisista sairauksistasi sellainen, johon et saa jatkuvaa lääkärin hoitoa, mutta haluaisit saada?

1 kyllä

2 ei

BB10

31. Entä oletko viimeksi kuluneiden 12kk aikana ollut sisäänotettuna potilaana vuodeosastolla sairaalahoidossa?

1 kyllä

2 en —> siirry kysymykseen 33

BB11b

32. Kuinka monta päivää yhteensä?

näivää

KÄYNNIT AVOHOIDOSSA SAIRAUKSIEN JA OIREIDEN VUOKSI

DB01

33. Oletko oman sairautesi takia (tai raskauden, raskauden ehkäisyn tai synnytyksen vuoksi) käynyt lääkärissä viimeksi kuluneiden 12 kk aikana? Mukaan ei lasketa niitä kertoja, jolloin olet ollut sairaalassa sisäänotettuna potilaana.

1 kyllä

2 ei —> siirry kysymykseen 35

DB02

34. Kuinka monta kertaa yhteensä? _____ kertaa

35. Kuinka monta kertaa olet viimeksi kuluneiden 12 kk aikana oman sairautesi (tai raskauden, synnytyksen tai raskauden ehkäisyn) vuoksi:

DB08X1 1. käynyt työterveyshoitajan vastaanotolla? _____

DB08X2 2. käynyt opiskelijaterveydenhuollon terveydenhoitajan vastaanotolla? _____

DB08X3 3. käynyt (muun) terveyden- tai sairaanhoitajan vastaanotolla? _____

DB08X4 4. tavannut kotonasi terveydenhoitajan tai kotisairaanhoitajan? _____

EC06X

36. Milloin kävit viimeksi hammaslääkärin luona?

- 0 viimeksi kuluneen vuoden aikana
- 1 1-2 vuotta sitten
- 2 3-5 vuotta sitten
- 3 yli 5 vuotta sitten
- 4 en ole koskaan käynyt hammaslääkärissä

DC00aN

37. Oletko koskaan saanut asiantuntija-apua tai hoitoa jonkin mielenterveydellisen tai psyykkisen ongelman vuoksi?

- 1 kyllä
- 2 en → siirry kysymykseen 40

DC00bN

38. Minkä ikäisenä sait ensimmäisen kerran tällaista asiantuntija-apua tai hoitoa?

DC00cN

39. Millainen tämä ongelma oli?

- 1 masennus
- 2 ahdistus
- 3 syömishäiriö (anoreksia tai ahmiminen/bulimia)
- 4 käytöshäiriö (esim. keskittymisvaikeudet, MBD)
- 5 alkoholin ja/tai huumeiden käyttö
- 6 muu

DC10N

40. Arvioitko tarvitsevasi tällä hetkellä jotain terveystalvveluja mielenterveydellisten ongelmien takia?

- 1 kyllä
- 2 en

LÄÄKKEET

DF02

41. Onko käytössäsi tällä hetkellä mitään lääkärin määräämää reseptilääkettä?

1 kyllä

2 ei → siirry kysymykseen 44

42. Minkä nimiset lääkkeet Sinulla on käytössäsi?

43. Oletko käyttänyt sitä viimeksi kuluneiden 7 vuorokauden aikana?

Tarkista tarvittaessa lääkkeiden nimet lääkepurkeista tai resepteistä. (Merkitse myös satunnaisesti otettavat lääkkeet)

kyllä en

1. ___ DF03_1 _____

DF04_1 1 2

2. ___ DF03_2 _____

DF04_2 1 2

3. ___ DF03_3 _____

DF04_3 1 2

4. ___ DF03_4 _____

DF04_4 1 2

5. ___ DF03_5 _____

DF04_5 1 2

OIREET

44. Onko Sinulla koskaan ollut kipua...?

		kyllä	ei
BE10x1	1. Selässä	1	2
BE10x2	2. Niskassa	1	2
BE10x3	3. Hartiassa	1	2
BE10x4	4. Olkapäässä	1	2

Jos vastasit kaikkiin kysymyksiin ei, siirry kysymykseen 46

45. Onko Sinulla ollut viimeisen kuukauden (30pv) aikana...?

		kyllä	ei
BE12x1	1. Selkäkipua	1	2
BE12x2	2. Niskakipua tai -vaivaa	1	2
BE12x3	3. Hartiakipua tai -vaivaa	1	2

BE12x4 4. Olkapääkipua

1

2

BH09N

46. **Onko viimeksi kuluneen vuoden aikana ollut vähintään 2 viikkoa kestänyttä jaksoa, jolloin lähes päivittäin olit surullinen, melankolinen, tyhjä tai masentunut?**
- 1 kyllä
 - 2 ei

Kys3_K03

47. **Heräätkö kesken unien aamuyöllä tai hyvin varhain aamulla?**
- 1 en lainkaan
 - 2 silloin tällöin
 - 3 usein
 - 4 lähes joka yö

Kys3_K04

48. **Oletko mielestäsi päiväaikaan väsyneempi kuin samanikäiset ihmiset yleensä?**
- 1 kyllä, lähes aina
 - 2 kyllä, useasti (ainakin viikoittain)
 - 3 en ole
 - 4 en osaa sanoa

TYÖKYKY

IB01

49. **Riippumatta siitä oletko ansio-työssä vai et, arvioi minkälainen työkykysi on nykyisin. Oletko...?**
- 1 täysin työkykyinen
 - 2 osittain työkyvytön
 - 3 täysin työkyvytön

IB11N

50. **Onko Sinulla sellaisia sairauksia tai vammoja, joista on haittaa nykyisessä/viimeisimmässä työssäsi?**
- 1 kyllä
 - 2 ei

IB09X

51. **Millainen työkykysi on nykyisen/viimeisimmän työsi tai opiskelusi ruumiillisten vaatimusten kannalta?**
- 1 erittäin hyvä
 - 2 melko hyvä
 - 3 kohtalainen
 - 4 melko huono
 - 5 erittäin huono

IB10X

52. **Millainen työkykysi on nykyisen/viimeisimmän työsi tai opiskelusi henkisten vaatimusten kannalta?**
- 1 erittäin hyvä
 - 2 melko hyvä
 - 3 kohtalainen
 - 4 melko huono
 - 5 erittäin huono

NÄKÖ JA KUULO

HE01

53. Onko Sinulla silmälasit tai jokin muu näön apuväline?

- 1 kyllä
- 2 ei

HC01

54. Onko näkösi kyllin hyvä (silmläseilla) tavallisen sanomalehtitekstin lukemiseen?

- 1 pystyn vaikeuksitta
- 2 pystyn lukemaan, mutta se tuottaa vaikeuksia
- 3 en pysty lukemaan lainkaan

HE04

55. Onko Sinulla kuulokoje tai jokin muu kuulon apuväline?

- 1 kyllä
- 2 ei

HC04

56. Pystytkö vaikeuksitta kuulemaan, mitä useamman henkilön välisessä keskustelussa sanotaan (kuulokojeen kanssa tai ilman)?

- 1 pystyn vaikeuksitta
- 2 pystyn, mutta se tuottaa vaikeuksia
- 3 en pysty

AVUN TARVE JA SAANTI

HD01

57. Saatko (toimintakykysi heikkenemisen takia) toistuvaa apua tavallisissa toimissasi, esim. kodinhoitotöissä, peseytymisessä, kaupassa käynnissä?

- 1 kyllä → siirry kysymykseen 59
- 2 en

HD02

58. Tarvitsisitko tällaista apua?

- 1 kyllä
- 2 en

PAINO JA PITUUS

BG01N

59. Kuinka pitkä olet?

_____ cm

BG02N

60. Kuinka paljon painat?

_____ kg

Nkys_K68

61. Oletko sairastanut anoreksiaa?

- 1 kyllä, sairastan edelleen
- 2 kyllä, olen sairastanut joskus aiemmin
- 3 en ole koskaan sairastanut
- 4 en osaa sanoa

TUPAKKA JA PÄIHTEET

FB05

62. Tupakoitko nykyisin (savukkeita, sikareita tai piippua)?

- 1 päivittäin
- 2 satunnaisesti
- 3 en lainkaan

Kys1_K39

63. Kuinka usein olet juonut alkoholijuomia viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana?

- 0 en kertaakaan
- 1 6-7 kertaa viikossa
- 2 4-5 kertaa viikossa
- 3 2-3 kertaa viikossa
- 4 kerran viikossa
- 5 pari kertaa kuukaudessa
- 6 noin kerran kuukaudessa
- 7 noin kerran parissa kuukaudessa
- 8 3-4 kertaa vuodessa
- 9 kerran pari vuodessa

Kys1_K51

64. Kuinka monta kertaa viimeksi kuluneiden 12 kuukauden olet ollut alkoholin nauttimisen jälkeen herätessäsi selvästi krapulassa?

- 0 en kertaakaan
- 1 noin _Kys1_K5101__ kertaa

Nkys_K88

65. Huumeiden käyttö on Suomessa huomattavasti lisääntynyt. Tunnetko Sinä ystävä- tai tuttavapiirissäsi jonkun tai joitakin, joiden tiedät käyttäneen joskus jotakin huumetta?

- 1 kyllä
- 2 en

FYYSINEN KUNTO JA LIIKUNTA

HB01

66. Millainen ruumiillinen kuntosi mielestäsi on?

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

HB03

67. Kykenetkö juoksemaan pitkähkön matkan (noin puoli kilometriä)?

- 1 pystyn siihen vaikeuksitta
- 2 pystyn siihen mutta vaikeuksia on jonkin verran
- 3 pystyn siihen mutta se on minulle erittäin vaikeaa
- 4 en pysty siihen lainkaan

Kys1_K28

68. Kuinka usein harrastat vapaa-ajan liikuntaa vähintään puoli tuntia kerrallaan niin, että ainakin lievästi hengästyt ja hikoilet?

- 1 päivittäin
- 2 4 - 6 kertaa viikossa
- 3 2 - 3 kertaa viikossa
- 4 kerran viikossa
- 5 2 - 3 kertaa kuukaudessa
- 6 muutaman kerran vuodessa tai harvemmin

PÄÄASIALLINEN TOIMINTA JA AMMATTI

Pääasiallinen on se toiminta, johon käytät eniten aikaa

Jos et ole tällä hetkellä työssä, vastaa seuraavaan kysymykseen viimeisimmän ammattisi tai työsi mukaan.

AD01N

69. Mikä seuraavista vaihtoehdoista kuvaa parhaiten tämänhetkistä pääasiallista toimintaasi?

- 1 kokopäivätyössä
- 2 osa-aikatyössä
- 3 opiskelija
- 4 työkyvyttömyyseläkkeellä
- 5 työtön tai lomautettu
- 6 hoitamassa omaa kotitaloutta tai perheenjäseniä
- 7 varusmies- tai siviilipalvelussa
- 8 muu

AE00N

70. Oletko ollut elämäsi aikana päätoimisesti töissä yhteensä vähintään yhden vuoden ajan?

- 1 kyllä
- 2 en → siirry kysymykseen 73

AE01X

71. Oletko/olitko...?

- 1 palkansaaja
- 2 maatalousyrittäjä (ml. metsä, puutarha-, kalastus- ym.)
- 3 muu yrittäjä
- 4 ammatinharjoittaja tai freelancer
- 5 työssä perheenjäsenen maatilalla palkatta

6 työssä perheenjäsenen
yrityksessä palkatta

7 muu, mikä?

___AE01X_1_____

8 en ole koskaan toiminut
päätoimisesti ammatissa

9 en osaa sanoa

AE06_a

72. Mikä on nykyinen / viimeisin
(entinen) ammattisi?

Kys1_K83

73. Oletko ollut viimeisten 12
kuukauden aikana työssä?

1 olen ollut

0 en ole

AG01N

74. Onko Sinulla nykyisen pääasial-
lisen työsi, opiskelusi tai muun
toimintasi lisäksi myös jokin
(muu) työ?

1 kyllä

2 ei

75. Mitä arvelet pääasiassa tekeväsi
puolen vuoden kuluttua?

Nkys_K3501

1 opiskelen tai käyn koulua

Nkys_K3502

2 olen työssä

Nkys_K3503

3 olen työtön

Nkys_K3504

4 olen työkyvyttömyyseläkkeellä

Nkys_K3505

5 olen äitiys/isyys/vanhempainlomalla

Nkys_K3506

6 olen kotona hoitamassa lasta tai
muuta perheenjäsentä

Nkys_K3507

7 muuta, mitä?

___ Nkys_K3507_1 _____

TYÖTTÖMYYS

AH01

76. Oletko ollut työttömänä tai
lomautettuna viimeisten 5
vuoden aikana?

1 olen ollut

2 en ole —▶ voit siirtyä
kyselyn loppuun

AH03

78. Kuinka monta kuukautta olet
yhteensä ollut työttömänä tai
lomautettuna viimeisten 5 vuoden
aikana?

_____ kuukautta

AH02

77. Kuinka monta kertaa?

_____ kertaa

KAIKILLE!

Kiitokset vaivannäöstäsi!

Tarkistathan vielä, että olet vastannut kaikkiin kysymyksiin.

Lomakkeen voit palauttaa oheisella kirjekuorella (postimaksu valmiiksi maksettu).

Jokaiselle lomakkeen täytettynä palauttaneelle lähetetään kaksi elokuvalippua.

Palautusosoite:

Terveys 2000

Kansanterveyslaitos/TTO

Mannerheimintie 166

00300 Helsinki