

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *



Vestfold og Telemark
FYLKESKOMMUNE



Folkehelseundersøkinga – Helse og trivsel i Vestfold og Telemark 2021

Klikk på knappen «Neste side» for å komme til samtykkeerklæring og spørjeskjema. Dette er ei undersøking om livskvalitet, helse, trivsel og andre forhold som har betydning for folkehelsa. Dersom du vil lese meir om undersøkinga, finn du informasjon på nettsidene til Vestfold og Telemark fylkeskommune <https://www.vtfk.no/folkehelseundersokelsen2021>.

Undersøkinga vil ta ca. 20 minutt.



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

SAMTYKKE

Samtykket gjeld folkehelseundersøkelsen i Vestfold og Telemark 2021.

Hovudføremålet med denne undersøkinga er å skaffe resultat som fylkes- og bustadkommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet. Undersøkinga inneber at du fyller ut eit spørjeskjema. Det blir spurt om helse, helseåtfærd, trivsel og livskvalitet.

Kva skjer med opplysningane dine?

Opplysningane som du gir i spørjeskjemaet, blir oppbevart og behandla etter gjeldande reglar om personvern. Alle opplysningane vil bli behandla utan namn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjennande opplysingar. Fødselsnummeret blir oppbevart åtskilt frå andre opplysingar om deg. All forskning vil følgje gjeldande reglar for forskning, og bli utført av Folkehelseinstituttet eller andre godkjende forskingsinstitusjonar.

Dei innsamla opplysningane vil også bli brukte til forskning som kan gi meir kunnskap om befolkninga si helse og faktorar som påverkar helsa. I denne samanhengen kan det vere aktuelt å hente inn opplysingar frå andre register i tillegg, til dømes opplysingar om utdanning, inntekt og trygdeytningar frå register som er forvalta av Statistisk sentralbyrå, eller opplysingar om sjukdom og behandling frå medisinske register som Kreftregisteret, Norsk pasientregister, Hjerter- og karregisteret. Tilleggsopplysningar frå andre register er også nødvendige for å utføre kvalitetskontroll og for å kunne gjere best mogelege analysar.

Fylkeskommunen/bustadkommunen kan få oversendt anonyme datafiler for vidare analysar og statistiske framstillingar. Alle personidentifiserande kjenneteikn og opplysingar som kan brukast til å identifisere deltakarane blir fjerna frå datafilene før oversending.

Fylkeskommunen kan også få tilgang til datafiler som kan vere indirekte personidentifiserande, men som ikkje inneheld direkte personidentifiserande kjenneteikn som namn, fødselsnummer eller adresse. I tillegg kan desse datafilene bli samanstilte med opplysingar frå register forvalta av Statistisk sentralbyrå eller matrikkelen (kartdata). Føremålet er vidare analysar og statistiske framstillingar for kunnskapsarbeid i Vestfold og Telemark. Nøkkelen som koplar namn og fødselsnummer med øvrige opplysingar forvalta av FHI og er underlagt sterkt avgrensa tilgang. Fylkeskommunen vil ikkje kunne bruke personopplysningar til saksbehandling på individnivå og må følgje reglar for forsvarleg handtering av personopplysningar.

Opplysingar frå folkehelseundersøkinga i Vestfold og Telemark vil også kunne inngå i ei samla folkehelseundersøking for heile landet. Det kan også bli aktuelt å stille opplysingar frå folkehelseundersøkinga i Vestfold og Telemark med andre helseundersøkingar, som til dømes Den norske mor, far og barn-undersøkinga. Datainnsamlinga er heimla i forskrift om oversikt over folkehelsa § 7.

For å legge til rette for statistikk og forskning vil opplysningane bli oppbevarte på ubestemt tid etter avslutta innsamling. Føremålet er å følgje utviklinga i helse, livskvalitet og levekår over tid og blant anna undersøke årsaker til sjukdom. Ved eventuelle oppfølgingsstudiar vil du kunne bli kontakta på nytt.

Du vil ikkje få individuell tilbakemelding om resultat frå folkehelseundersøkinga.

Dine rettar:

- Det er frivillig å delta
- Du kan trekke samtykket ditt når som helst og be om at opplysningane blir sletta. Dette kan du gjere ved å sende ein e-post til fylkeshelseundersokelser@fhi.no
- Du har rett til innsyn i kva opplysingar som er lagra om deg, og kva opplysningane er blitt brukte til

Folkehelseinstituttet har behandlingsansvaret for undersøkinga. Personvernombod kan kontaktast ved å sende e-post til personvernombud@fhi.no

Informasjon om rettane dine finnast på Folkehelseinstituttet si nettside: www.fhi.no/studier/fhus/. Her finn du også kontaktinformasjon til behandlingsansvarleg, forskingsansvarleg og Folkehelseinstituttet sitt personvernombod.

Resultat frå undersøkinga vil bli publiserte på fylkeskommunen sine nettsider: www.vtfk.no/folkehelseundersokelsen2021

Forskning basert på undersøkinga vil bli publisert på Folkehelseinstituttet sine nettsider: www.fhi.no/studier/fhus/.

Dersom du ønsker å klage på behandlinga av opplysningane dine, kan du sende klage til Datatilsynet.

Eg samtykker/godkjenner at opplysningane eg gir, kan brukast i samsvar med ovannemnde. *

Ja, eg samtykker

Ditt fødselsnummer: *

 Sideskift

Side 3

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 1. NÆRMILJØET, KOMMUNEN

1.1. I kva grad trivst du i nærmiljøet ditt?

I stor grad

I nokon grad

I liten grad

Ikkje i det heile tatt

Tilgang på fasilitetar og servicetilbod lokalt

Tenk på ditt nærmiljø og din kommune.

1.2. Opplever du at kulturtilbod (eksempelvis kino, bibliotek, kulturhus, konserter og teater) er lett tilgjengelege?

Tilgjenget er:

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårleg

Dårleg

Svært dårleg

Veit ikkje

1.3. Opplever du at idrettstilbud (eksempelvis idrettshall, sylvjehall, treningscenter, ski/lysløyper) er lett tilgjengelege?

Tilgjengeleg er:

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårleg

Dårlig

Svært dårleg

Veit ikkje

1.4. Opplever du at butikkar, serveringssteder og andre servicetilbud er lett tilgjengelege?

Tilgjengeleg er:

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårleg

Dårlig

Svært dårleg

Veit ikkje

 Sideskift

Side 4

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

1.5. Opplever du at offentlig transport er lett tilgjengeleg?

Tilgjengeleg er:

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårleg

Dårlig

Svært dårleg

Veit ikkje

1.6. Opplever du at det er enkelt for deg å komme deg til natur- og friluftsområder, inkludert parker og andre grøntareal?

Tilgjenge er:

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårleg

Dårlig

Svært dårleg

Veit ikkje

1.7. Opplever du at du har god tilgang til kystline/strand eller sjøen der du bur?

Tilgjenge er:

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårleg

Dårlig

Svært dårleg

Veit ikkje

Eg bur ikkje i nærleiken av sjø eller innsjø

1.8. Opplever du at gang- og sykkelveggar er godt utbygde i ditt nærrområde?

Svært godt

Godt

Verken godt eller dårleg

Dårlig

Svært dårleg

Veit ikkje

 Sideskift

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Deltaking i aktivitetar

1.9. Kor ofte deltar du i organisert aktivitet / frivillig arbeid, som til dømes idrettslag, politiske lag, trussamfunn, kor eller liknande?

Dagleg

Kvar veke

1-3 gonger per måned

Sjeldnare

Aldri

1.10. Kor ofte deltar du i annan aktivitet, som til dømes klubb, møte, treffe venner, trimturar med venner/kollegaer eller andre?

Dagleg

Kvar veke

1-3 gonger per måned

Sjeldnare

Aldri



Sideskift

Side 6

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 2. HELSE

2.1. Korleis vurderer du alt i alt di eiga helse?

Vil du seie at ho er:

Svært god

God

Verken god eller dårleg

Dårleg

Svært dårleg

2.2. Korleis vurderer du tannhelsa di?

Vil du seie at ho er:

Svært god

God

Verken god eller dårleg

Dårlig

Svært dårleg

2.3. Når var du sist hos tannlege/tannpleiar?

0-2 år sidan

3-5 år sidan

Meir enn 5 år sidan

2.3a. Kvifor er det meir enn 5 år sidan du var hos tannlege/tannpleier?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «Meir enn 5 år sidan» er valgt i spørsmålet «2.3. Når var du sist hos tannlege/tannpleiar?»

Fleire kryss er mogleg.

Økonomiske årsaker

Redsel/frykt

Problem med transport/reiseveg

Andre årsaker



Sideskift

Side 7

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Kroppshøgde og vekt

2.4. Kor høg er du utan sko?

Oppgi i cm.

2.5. Kor mykje veg du utan klede og sko?

Oppgi i heile kg.

(Viss du er gravid, oppgi vekt før graviditet.)



Side 8

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Psykiske plagar

2.6. I kva grad har du vore plaga av **nervøsit** eller **indre uro** den siste veka?

- Ikkje plaga
- Litt plaga
- Ganske mykje plaga
- Veldig mykje plaga

2.7. I kva grad har du vore plaga av **redsle** eller kjent deg **engsteleg** den siste veka?

- Ikkje plaga
- Litt plaga
- Ganske mykje plaga
- Veldig mykje plaga

2.8. I kva grad har du vore plaga av ei kjensle av **håpløyse** med tanke på framtida den siste veka?

- Ikkje plaga
- Litt plaga
- Ganske mykje plaga
- Veldig mykje plaga

2.9. I kva grad har du vore **nedtrykt** eller **tungsindig** den siste veka?

- Ikkje plaga
- Litt plaga
- Ganske mykje plaga
- Veldig mykje plaga

2.10. I kva grad har du vore plaga av **bekymring** eller **uro** den siste veka?

- Ikkje plaga
- Litt plaga
- Ganske mykje plaga
- Veldig mykje plaga



Side 9

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Søvn

Følgande spørsmål om søvnen din gjeld korleis du vanlegvis har det no.

2.11. Kor ofte har du vanskeleg for å sovne om kvelden?

- Aldri/sjeldan
- Av og til
- 1-2 gonger per veke
- Minst 3 gonger per veke

2.12. Kor ofte har du gjentatte oppvakningar om natta?

- Aldri/sjeldan
- Av og til
- 1-2 gonger per veke
- Minst 3 gonger per veke

2.13. Kor ofte er du trøytt eller søvning på dagtid?

- Aldri/sjeldan
- Av og til
- 1-2 gonger per veke
- Minst 3 gonger per veke

2.14. Om du har søvnevanskar, kor lenge har dei vart?

- Mindre enn 1 måned
- 1-2 månader
- 3-6 månader
- 7-12 månader
- Meir enn 1 år
- Eg har ikkje søvnevanskar

2.15. Kor mange timar søvn får du **vanlegvis** per natt på kvardagar?

Ta eit gjennomsnitt.

Velg ...



Side 10

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Langvarige helseproblem og funksjonsnedsettingar

2.16. Har du nokon langvarige **sjukdommar** eller **helseproblem**? Vi tenkjer også på sjukdommar eller problem som varierer med tidspunkt på året, eller som kjem og går.

Føresetnaden er at den/dei har vart, eller er venta å vare i minst seks månader.

- Ja
- Nei

2.16a. Korleis påverkar desse sjukdommane/helseproblema kvardagen din?

- i** Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.16. Har du nokon langvarige **sjukdommar** eller **helseproblem**? Vi tenkjer også på sjukdommar eller problem som varierer med tidspunkt på året, eller som kjem og går.»

- I stor grad
- I nokon grad
- I lita grad
- Ikkje i det heile tatt

2.17. Har du nokon **funksjonsnedsettingar**, eller har du **plager som følgje av skade**?

Vi tenkjer også på plager som kjem og går.

Ja

Nei

2.17a. Korleis påverkar funksjonsnedsettinga (plagene) kvardagen din?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.17. Har du nokon funksjonsnedsettingar, eller har du plager som følgje av skade?»

I stor grad

I nokon grad

I lita grad

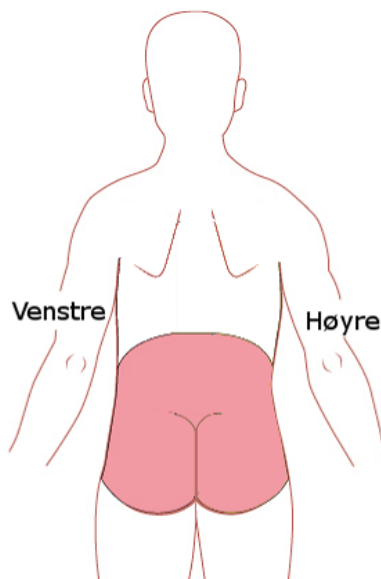
Ikkje i det heile tatt

 Sideskift

Side 11

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Nakke- og korsryggsmerter



2.18. I løpet av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt **smarter i korsryggen**?

Ja

Nei

2.18a. Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt smerter i korsryggen?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.18. I løpet av <u>dei siste 28 dagane (4 vekene</u>), har du hatt smerter i korsryggen?»

Smerter delar av dagen tel som ein dag.

Velg ...

2.18b. Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har smertene i korsryggen gjort at du har måtta redusere dei vanlege aktivitetane eller endre dei daglege rutinane dine?

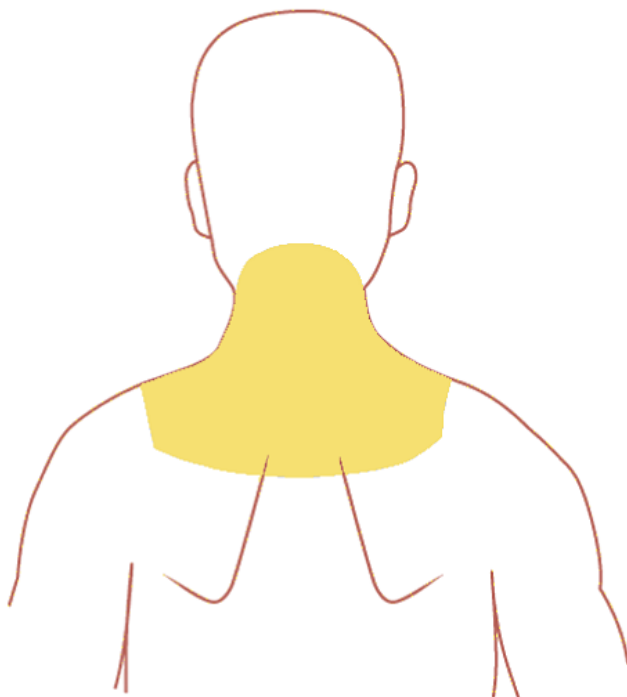
i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.18. I løpet av <u>dei siste 28 dagane (4 vekene</u>), har du hatt smerter i korsryggen?»

Velg ...

 Sideskift

Side 12

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *




2.19. I løpet av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt **smerter i nakken**?

Ja

Nei


2.19a. Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt smerter i nakken?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.19. I løpet av <u>dei siste 28 dagane (4 vekene</u>), har du hatt smerter i nakken?»

Smerter delar av dagen tel som ein dag.

Velg ...

2.19b. Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har smertene i nakken gjort at du har måtta redusere dei vanlege aktivitetane eller endre dei daglege rutinane dine?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «2.19. I løpet av <u>dei siste 28 dagane (4 vekene</u>), har du hatt smerter i nakken?»

Velg ...



Side 13

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 3. SOSIAL STØTTE, EINSEMD

Sosial støtte

3.1. Kor mange personar står deg så nær at du kan rekne med dei dersom du har store personlege problem?

Rekn også med næraste familie.

Ingen

1-2

3-5

6 eller fleire

3.2. Kor stor interesse viser andre for det du gjer?

Vil du seie dei viser:

Stor interesse

Noko interesse

Verken stor eller lita interesse

Lita interesse

Inga interesse

3.3. Kor lett er det å få praktisk hjelp frå naboar om du skulle trenge det?

Er det:

Svært lett

Lett

Verken lett eller vanskeleg

Vanskeleg

Svært vanskeleg



Sideskift

Side 14

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Einsemd

3.4. Kor ofte føler du at du saknar nokon å vere saman med?

Aldri

Sjeldan

Av og til

Ofte

Svært ofte

3.5. Kor ofte føler du deg utanfor?

Aldri

Sjeldan

Av og til

Ofte

Svært ofte

3.6. Kor ofte føler du deg isolert frå andre?

- Aldri
- Sjeldan
- Av og til
- Ofte
- Svært ofte



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 4. HELSERELATERT ÅTFERD

Fysisk aktivitet

4.1. Omtrent kor mange timar sit du i ro på ein vanleg kvardag?

Rekn med tida både på jobb, i skule og på fritida.

4.2. Kor ofte trenar eller mosjonerer du vanlegvis?

Med mosjon meiner vi at du til dømes går tur, går på ski, sym eller driv trening/idrett. Inkluder også eventuell mosjon/trening til/frå jobb. Ta eit gjennomsnitt.

- Aldri
- Sjeldnare enn ein gong i veka
- Ein gong i veka
- 2-3 gonger i veka
- 4-5 gonger i veka
- Omtrent kvar dag

4.2a. Kor hardt trenar eller mosjonerer du?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Omtrent kvar dag», «2-3 gonger i veka», «4-5 gonger i veka», «Sjeldnare enn ein gong i veka» eller «Ein gong i veka» er valgt i spørsmålet «4.2. Kor ofte trenar eller mosjonerer du vanlegvis?»

Ta eit gjennomsnitt.

- Tar det roleg utan å bli andpusten eller sveitt
- Tar det så hardt at eg blir andpusten og/eller sveitt
- Tar meg nesten heilt ut

4.2b. Kor lenge held du på kvar gong?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Omtrent kvar dag», «2-3 gonger i veka», «4-5 gonger i veka», «Sjeldnare enn ein gong i veka» eller «Ein gong i veka» er valgt i spørsmålet «4.2. Kor ofte trenar eller mosjonerer du vanlegvis?»

Ta eit gjennomsnitt.

- Mindre enn 15 minutt
- 15 minutt - 29 minutt
- 30 minutt - 1 time
- Meir enn 1 time

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Omtrent kvar dag», «2-3 gonger i veka», «4-5 gonger i veka», «Sjeldnare enn ein gong i veka» eller «Ein gong i veka» er valgt i spørsmålet «4.2. Kor ofte trenar eller mosjonerer du vanlegvis?»

4.2c. Svar "Ja" eller "Nei" på om du **vanlegvis** trenar eller mosjonerer i følgjande omgivningar:

| | Ja | Nei |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Innandørs heime | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Innandørs i treningshall, treningsstudio eller liknande | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Utandørs, i naturomgivningar (til dømes skog, sjø, park, kyststi, fjell) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Utandørs, i boligområde, byomgivningar, langs bebyggd veg | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



Dette elementet vises kun dersom alternativet «Omtrent kvar dag», «2-3 gonger i veka», «4-5 gonger i veka», «Sjeldnare enn ein gong i veka» eller «Ein gong i veka» er valgt i spørsmålet «4.2. Kor ofte trenar eller mosjonerer du vanlegvis?»

4.2d. Avstand og transport i forbindelse med trening og mosjon. Svar "Ja" eller "Nei" på det som **vanlegvis** stemmer for deg:

| | Ja | Nei |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Eg trenar/mosjonerer vanlegvis i eller ved heimen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Eg trenar/mosjonerer ved å gå, jogge, sykle eller liknande heimanfrå og tilbake | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Eg går, joggar, sykklar eller liknande dit eg trenar/mosjonerer | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Eg køyrer / sit på i bil eller anna motorkøyretøy dit eg trenar/mosjonerer | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

4.3. Dersom du er i løna eller ulønt arbeid, korleis vil du beskrive arbeidet ditt?

Sett kryss i den ruta som passar best.

Dersom du ikkje er i arbeid, kan du gå vidare til neste spørsmål.

- For det meste stillesittande arbeid (til dømes skrivebordsarbeid, montering)
- Arbeid som krev at du går mykje (til dømes ekspeditørarbeid, lett industriarbeid, undervisning)
- Arbeid der du går og løfter mykje (til dømes pleiar, bygningsarbeidar)
- Tungt kroppsarbeid



Sideskift

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Kosthald

4.4. Kor ofte drikk du vanlegvis **sukkerhaldig** brus/saft/leskedrikk (inkludert iste, energidrikk, sportsdrikk, nektar)?

- Sjeldan/aldri
- 1-3 gonger per måned
- 1 gong per veke
- 2-3 gonger per veke
- 4-6 gonger per veke
- 1 gong per dag
- Fleire gonger per dag

4.5. Kor ofte et du vanlegvis frukt eller bær (rekn ikkje med juice eller fruktsaft)?

- Sjeldan/aldri
- 1-3 gonger per måned
- 1 gong per veke
- 2-3 gonger per veke
- 4-6 gonger per veke
- 1 gong per dag
- Fleire gonger per dag

4.6. Kor ofte et du vanlegvis grønsaker (inkludert salat)?

Rekn ikkje med poteter.

- Sjeldan/aldri
- 1-3 ganger per måned
- 1 gong per uke
- 2-3 gonger per veke
- 4-6 gonger per uke
- 1 gong per dag
- Fleire gonger per dag

4.7. Kor ofte et du vanlegvis fisk (som pålegg, til lunsj eller middag)?

- Sjeldan/aldri
- 1-3 gonger per måned
- 1 gong per veke
- 2-3 gonger per veke
- 4-6 gonger per veke
- 1 gong per dag
- Fleire gonger per dag



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Tobakk

4.8. Hender det at du røykjer?

*Dette inkluderer berre tobakkshaldige produkt, **ikkje e-sigarettar**.*

- Ja
- Nei

4.8a. Kor ofte røykjer du?

- Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «4.8. Hender det at du røykjer?»

- Dagleg
- Av og til

4.8b. Har du røykt tidlegare?

- Dette elementet vises kun dersom alternativet «Nei» er valgt i spørsmålet «4.8. Hender det at du røykjer?»

Viss du tidlegare har røykt både dagleg og av og til, vel "Ja, dagleg".


- Ja, dagleg
- Ja, av og til
- Nei

4.9. Hender det at du brukar snus?

Ja

Nei


4.9a. Kor ofte brukar du snus?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «4.9. Hender det at du brukar snus?»

Dagleg

Av og til

4.9b. Har du brukt snus tidlegare?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Nei» er valgt i spørsmålet «4.9. Hender det at du brukar snus?»

Viss du tidlegare har brukt snus både dagleg og av og til, vel "Ja, dagleg".

Ja, dagleg

Ja, av og til

Nei

 Sideskift

Side 18

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Alkohol


4.10. Har du nokon gong drukke alkohol?

Vi tenkjer her på alle alkoholhaldige drikker, som øl, vin, brennevin, rusbrus med vidare.

Ja


Nei

4.10a. I løpet av dei siste 12 månedene, kor ofte har du drukke alkohol?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «4.10. Har du nokon gong drukke alkohol?»

- Aldri
- Månadleg eller sjeldnare
- 2-4 gonger i månaden
- 2-3 gonger i veka
- 4 gonger i veka eller meir


4.10b. Kor mange alkoholeiningar tek du på ein "typisk" dag når du drikk alkohol?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «2-4 gonger i månaden», «2-3 gonger i veka», «Månadleg eller sjeldnare» eller «4 gonger i veka eller meir» er valgt i spørsmålet «4.10a. I løpet av <u>dei siste 12 månedene</u>, kor ofte har du drukke alkohol?»

Ei eining alkohol svarar til ei lita flaske øl, eitt glas vin eller ein drink.

- 1-2
- 3-4
- 5-6
- 7-9
- 10 eller fleire

4.10c. Kor ofte drikk du **seks alkoholeiningar eller meir** ved eitt og same høve?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «2-4 gonger i månaden», «2-3 gonger i veka», «Månadleg eller sjeldnare» eller «4 gonger i veka eller meir» er valgt i spørsmålet «4.10a. I løpet av <u>dei siste 12 månedene</u>, kor ofte har du drukke alkohol?»

Ei eining alkohol svarar til ei lita flaske øl, eitt glas vin eller ein drink.

- Aldri
- Sjeldnare enn månadleg
- Månadleg
- Kvar veke
- Dagleg eller nesten dagleg

Del 5. SKADAR OG FYSISK MILJØ

Skadar

Det følgjande spørsmålet gjeld nye skadar i perioden, ikkje behandling av gamle skadar. 'Oppsøkt lege' inkluderer både fastlege, legevakt og kontakt med spesialisthelsetenesta.

5.1. Har du i løpet av dei siste 12 månadene vore utsett for ein eller fleire skadar som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?

Ja, ein

Ja, fleire

Nei

5.1a. Kva var årsaka til skaden?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja, ein» eller «Ja, fleire» er valgt i spørsmålet «5.1. Har du i løpet av <u>dei siste 12 månadene</u> vore utsett for ein eller fleire skadar som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?»

Viss meir enn ein skade, tenk på den alvorlegaste.

Ulukke/uhell


Vald/overfall

Skada deg sjølv med vilje

Anna årsak


Ønsker ikkje svare

5.1b. Kvar skjedde skaden?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja, ein» eller «Ja, fleire» er valgt i spørsmålet «5.1. Har du i løpet av <u>dei siste 12 månadene</u> vore utsett for ein eller fleire skadar som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?»

- Veg, gate, fortau, gang-/sykkelveg - trafikkulykke (køyretøy i bevegelse – også sykkelvelt)
- Veg, gate, fortau, gang-/sykkelveg - ikkje trafikkulykke
- Inne i eller utanfor skjenkestad (bar, pub, restaurant)
- Bustad, innandørs
- Bustadsområde ute
- Produksjons-, verkstadsområde (fabrikk, anlegg, offshore)
- På gard eller under arbeid i skogen
- På båt
- Institusjon, sjukehus, sjuke-/aldersheim
- Sports eller idrettsområde
- Fri natur - utmark, hav, sjø, vatn
- Annan skadestad

5.1c. Kva heldt du på med då skaden skjedde?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja, ein» eller «Ja, fleire» er valgt i spørsmålet «5.1. Har du i løpet av <u>dei siste 12 månadene</u> vore utsett for ein eller fleire skadar som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?»

- Inntektsgivande arbeid
- Utdanning
- Idrett, sport, trening
- Friluftsliv, jakt, fiske
- Husarbeid, hagearbeid
- Leik, hobby
- Annan aktivitet



Sideskift

Støy

5.2. Viss du tenkjer på dei siste 12 månadene, kor plaga er du av støy frå **vegtrafikk** når du er heime?

Med heime meiner vi både innandørs og på uteareal som tilhøyrrer bustaden.

- Ikkje plaga
- Litt plaga
- Middels plaga
- Mykje plaga
- Svært mykje plaga

5.3. Viss du tenkjer på dei siste 12 månadene, kor plaga er du av støy frå **andre utandørs støykjelder enn vegtrafikk** når du er heime?

Med heime meiner vi både innandørs og på uteareal som tilhøyrrer bustaden.

- Ikkje plaga
- Litt plaga
- Middels plaga
- Mykje plaga
- Svært mykje plaga



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

6.1. Alt i alt, kor fornøgd er du med livet ditt for tida?

Oppgi svaret på ein skala frå 0-10, der 0 betyr ikkje fornøgd i det heile tatt og 10 betyr svært fornøgd.

0 - Ikkje fornøgd i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært fornøgd

6.2. Kor fornøgd trur du at du vil vere med livet ditt fem år frå no?

Oppgi svaret på ein skala frå 0-10, der 0 betyr ikkje fornøgd i det heile tatt og 10 betyr svært fornøgd.

0 - Ikkje fornøgd i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært fornøgd

6.3. Alt i alt, i kva grad opplever du at det du gjer i livet er meningsfylt?

Oppgi svaret på ein skala frå 0-10, der 0 betyr ikkje meningsfylt i det heile tatt og 10 betyr svært meningsfylt.

0 - Ikkje meningsfylt i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært meningsfylt



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Tenk på korleis du har følt deg dei siste 7 dagane. I kva grad var du ...

Oppgi svaret på ein skala frå 0-10, der 0 betyr at du ikkje opplevde følelsen i det heile tatt og 10 betyr at du opplevde følelsen i svært stor grad.

6.4. ...glad?

0 - Ikkje glad i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært glad

6.5. ...bekymra?

0 - Ikkje bekymra i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært bekymra

6.6. ...nedfor eller trist?

0 - Ikkje nedfor eller trist i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært nedfor eller trist

6.7. ...irritert?

0 - Ikkje irritert i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært irritert

6.8. ...einsam?

0 - Ikkje einsam i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært einsam

6.9. ...engasjert?

0 - Ikkje engasjert i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært engasjert

6.10. ...roleg og avslappa?

0 - Ikkje roleg og avslappa i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært roleg og avslappa

6.11. ...engsteleg?

0 - Ikkje engsteleg i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært engsteleg

 Sideskift

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Kor einig er du i påstandane nedanfor?

Oppgi svaret på ein skala frå 0-10, der 0 betyr helt ueinig og 10 betyr helt einig.

6.12. Mine sosiale relasjonar er støttande og givande:

0 - Heilt ueinig

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Heilt einig

6.13. Eg bidrar aktivt til andre si lukke og andre sin livskvalitet:

0 - Heilt ueinig

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Heilt einig

6.14. Kor ofte er du saman med gode venner?

Rekn ikkje med medlemmer av din eigen familie.

- Omtrent dagleg
- Omtrent kvar veke, men ikkje dagleg
- Omtrent kvar månad, men ikkje kvar veke
- Nokre gonger i året
- Sjeldnare enn kvart år
- Har ingen gode venner



Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

6.15. Vil du stort sett seie at folk flest er til å stole på, eller at ein ikkje kan vere for forsiktig når ein har med andre å gjere?

Oppgi svaret på ein skala frå 0-10, der 0 betyr at ein ikkje kan vere for forsiktig, og 10 betyr at folk flest er til å stole på.

- 0 - **Kan ikkje vere for forsiktig**
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 - **Folk flest er til å stole på**

6.16. I kva grad føler du at du høyrer til på staden der du bur?

Oppgi svaret på ein skala frå 0 til 10, der 0 vil seie at du ikkje føler at du høyrer til i det heile tatt, og 10 at du føler ei sterk grad av å høyre til.

0 - Føler ikkje tilhørsle i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Føler sterk grad av tilhørsle

6.17. Alt i alt, kor trygg føler du deg når du er ute og går i nærmiljøet?

Svar på ein skala frå 0 til 10, der 0 vi seie at du ikkje er trygg i det heile tatt og 10 at du er svært trygg.

0 - Ikkje trygg i det heile tatt

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - Svært trygg

 Sideskift

7.1. Kva er di **høgaste fullførte** utdanning?

- Grunnskule eller tilsvarande (f.eks. framhaldsskule, folkehøgskule)
- Vidaregåande skule eller tilsvarande (f.eks. yrkesskule, gymnas)
- Fagskule
- Høgskule/universitet, årsstudium eller tilsvarande (mindre enn 2 år)
- Høgskule/universitet, bachelorgrad, cand. mag. eller tilsvarande (2 – 4 år)
- Høgskule/universitet, mastergrad, hovudfag eller tilsvarande (meir enn 4 år)
- Ingen fullført utdanning

7.2. Viss einpersonhushald: Tenk på den samla inntekta di. Dersom du bur saman med andre, tenk på den samla inntekta til alle i hushaldet. Kor lett eller vanskeleg er det for deg/dykk å få pengane til å strekkje til i det daglege, med denne inntekta?

- Svært vanskeleg
- Vanskeleg
- Forholdsviss vanskeleg
- Forholdsviss lett
- Lett
- Svært lett
- Veit ikkje

7.3. Kva arbeids- eller livssituasjon er du i?

Sett eitt eller fleire kryss.

- Yrkesaktiv heiltid (32 timar eller fleire per veke)
- Yrkesaktiv deltid (mindre enn 32 timar per veke)
- Sjølvstendig næringsdrivande
- Sjukmeld
- Arbeidsledig
- Uføretrygda/får arbeidsavklaringspengar
- Får sosialstønad
- Alders- eller førtidspensjonist
- Skuleelev eller student
- Vernepliktig, sivilarbeidar
- Heimearbeidande

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

7.4. Er du gift, sambuar, einsleg eller har du kjærast?

- Gift/registrert partner
- Sambuande
- Har kjærast (som du ikkje bur saman med)
- Einsleg

7.5. Kor mange personar bur det i husstanden din?


Rekn med deg sjølv.

Velg ...

7.6. Kor mange barn under 18 år har du omsorg/ansvar for?

Velg ...

7.6a. Kryss av for kva aldersgrupper ditt/dine barn tilhører?

-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «3», «4», «1», «2» eller «5 eller fleire» er valgt i spørsmålet «7.6. Kor mange barn under 18 år har du omsorg/ansvar for?»

Sett eitt eller fleire kryss.

- Før barnehagealder
- Barnehagealder
- Barneskulealder (1.-4.trinn)
- Barneskulealder (5.-7.trinn)
- Ungdomsskulealder (8.-10.trinn)
- Vidaregåande skulealder

7.7. Eig eller leiger du bustaden din?

- Eg eig min bustad
- Eg leiger min bustad
- Eg bur gratis hos familie eller venner

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

7.8. Er du, eller minst én av foreldra dine, fødd i utlandet?

Ja

Nei

7.8a. I kva land er du fødd?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst én av foreldra dine, fødd i utlandet?»

Velg ...

Oppgi kva land du er fødd:

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «7.8a. I kva land er du fødd?»

7.8b. I kva land er mor di fødd?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst én av foreldra dine, fødd i utlandet?»

Velg ...

Oppgi kva land mor di er fødd:


i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «7.8b. I kva land er mor di fødd?»

7.8c. I kva land er far din fødd?


i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst én av foreldra dine, fødd i utlandet?»

Velg ...

Oppgi kva land far din er fødd:

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «7.8c. I kva land er far din fødd?»

7.8d. Kor lenge har du budd i Noreg?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.8. Er du, eller minst éin av foreldra dine, fødd i utlandet?»

Mindre enn eitt år

1-4 år

5-9 år

10-19 år

20-29 år

30 år eller meir

Eg har budd i Noreg heile livet

 Sideskift

Side 28

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Del 8.

8.1 Her følger ei liste over varige helseplager. Svar "Ja" eller "Nei" på om du i løpet av dei siste 12 måneder har hatt...

| | Ja | Nei |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Astma, også allergisk astma | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kronisk bronkitt, kols eller emfysem | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hjerteinfarkt eller varige plager etter hjerteinfarkt | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Angina, hjertekramper | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Høgt blodtrykk/hypertensjon | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hjerneslag eller varige plager etter slag | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Slitasjegikt, artrose (ikkje artritt) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ryggledning som isjias, lumbago eller prolaps | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Nakkeliding | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Diabetes/sukkersjuka | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Pollenallergi, høysnue, allergisk ut-slett eller matallergi (ikkje matintole-ranse eller allergisk astma) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kronisk leversvikt/skrumplever | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Urininkontinens/urinlekkasje | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kronisk nyresvikt (ikkje nyrestein) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kreft | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Depresjon | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

8.2 Har du søkt hjelp hos lege, psykolog eller anna helsepersonell pga. psykiske helseplager i løpet av dei siste 12 måneder?

Ja

Nei

Obligatoriske felter er merket med denne stjernen *

Nedanfor følger nokre utsegner om oppleving av kontroll i livet. Kor einig eller ueinig er du?

8.3 Eg har lite kontroll over det som hender meg

Svært einig

Nokså einig

Verken einig eller ueinig

Nokså ueinig

Svært ueinig

8.4 Nokre av dei problema eg har kan eg rett og slett ikkje løyse

Svært einig

Nokså einig

Verken einig eller ueinig

Nokså ueinig

Svært ueinig

8.5 Det er lite eg kan gjere for å forandre sider ved livet mitt som er viktige

Svært einig

Nokså einig

Verken einig eller ueinig

Nokså ueinig

Svært ueinig

8.6 Stilt overfor problem i livet mitt føler eg meg ofte hjelpelaus

Svært einig

Nokså einig

Verken einig eller ueinig

Nokså ueinig

Svært ueinig

8.7 Nokre gonger føler eg det som om eg berre blir dytta hit og dit her i livet

Svært einig

Nokså einig

Verken einig eller ueinig

Nokså ueinig

Svært ueinig

Har du nokre kommentarar?

**Trykk på Send-knappen nedanfor for å sende inn skjemaet.
Tusen takk for ditt bidrag!**

[Se nylige endringer i Nettskjema](#)