



Statistiska centralbyrån
Statistics Sweden



Stockholms läns landsting



Hälsa Stockholm 2014

En undersökning om hälsa och levnadsförhållanden i Stockholms län



Foto: Yanan Li

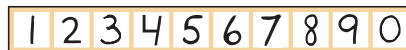


Hjälp oss att underlätta bearbetningen av dina svar

Enkäten läses maskinellt. När du besvarar enkäten ber vi dig därför att:

- Använda kulspetspenna med svart eller blå färg

- Skriva tydliga siffror, så här:



- Skriva STORA bokstäver, så här:



- Markera dina svar med kryss, så här: ☒

- Om du svarat fel täck hela rutan med det felaktiga krysset, så här: 



Hälsa och sjukdom

1. Hur mycket väger du *ungefär*?

Svara i hela kilo. Om du är gravid, svara med hur mycket du vägde före graviditeten.

--	--	--

 kg

2. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? Är det:

- ☐ Mycket gott
- ☐ Gott
- ☐ Någorlunda
- ☐ Dåligt
- ☐ Mycket dåligt

3. a) Har du någon långvarig sjukdom, besvär efter olycksfall, funktionshinder eller annat långvarigt hälsoproblem?

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Om Ja:

b) Medför dessa besvär att din arbetsförmåga är nedsatt eller hindrar dig i dina andra dagliga sysselsättningar?

- ☐ Ja, i hög grad
- ☐ Ja, i någon mån
- ☐ Inte alls

4. Markera genom att kryssa i en ruta i varje nedanstående grupp, vilket påstående som bäst beskriver ditt hälsotillstånd idag.

a) Rörlighet

- ☐ Jag går utan svårigheter
- ☐ Jag kan gå men med viss svårighet
- ☐ Jag är sängliggande

b) Hygien

- ☐ Jag behöver ingen hjälp med min dagliga hygien, mat eller påklädning
- ☐ Jag har vissa problem att tvätta eller klä mig själv
- ☐ Jag kan inte tvätta eller klä mig själv

c) Huvudsakliga aktiviteter

(till exempel arbete, studier, hushållssysslor, familje- och fritidsaktiviteter)

- ☐ Jag klarar av mina huvudsakliga aktiviteter
- ☐ Jag har vissa problem med att klara av mina huvudsakliga aktiviteter
- ☐ Jag klarar inte av mina huvudsakliga aktiviteter



d) Smärtor/besvär

- ☐ Jag har varken smärtor eller besvär
☐ Jag har måttliga smärtor eller besvär
☐ Jag har svåra smärtor eller besvär

e) Oro/nedstämdhet

- ☐ Jag är inte orolig eller nedstämd
☐ Jag är orolig eller nedstämd i viss utsträckning
☐ Jag är i högsta grad orolig eller nedstämd

5. Har du något/några av följande besvär eller symtom?

Markera ett alternativ på varje rad.

	Nej	Ja, lätta besvär	Ja, svåra besvär
a) Huvudvärk eller migrän?	☐	☐	☐
b) Ihållande trötthet?	☐	☐	☐
c) Sömnsvårigheter?	☐	☐	☐
d) Tinnitus (pip, tjut eller susande ljud i öronen)?	☐	☐	☐

6. Har du under *de senaste 12 månaderna* haft besvär av rinnande, kliande näsa eller ögon i samband med lövsprickning, gräsblomning eller pälsdjurskontakt?

- ☐ Ja, lätta besvär
☐ Ja, svåra besvär
☐ Nej

7. Har du under *de senaste 12 månaderna* vid något tillfälle haft handeksem?

- ☐ Ja
☐ Nej

8. Kan du utan svårighet höra vad som sägs i samtal med flera personer?

- ☐ Ja, utan hörapparat
☐ Ja, med hörapparat
☐ Nej

9. Har du under *de senaste 12 månaderna* vaccinerat dig mot influensa?

- ☐ Ja
☐ Nej



+

+

10. a) Har du under de senaste 6 månaderna haft ont i övre delen av ryggen eller nacken?

Om du har haft ont vid flera tillfällen, försök då uppskatta ett ungefärligt genomsnitt och kryssa i den ruta som ligger närmast.

- ☐ Nej
☐ Ja, ett par dagar per månad eller mer sällan
☐ Ja, ett par dagar per vecka eller oftare

Om Ja:

b) Har dessa besvär medfört att din arbetsförmåga varit nedsatt eller att du hindrats i andra dagliga sysselsättningar?

- ☐ Ja, i hög grad
☐ Ja, i någon mån
☐ Inte alls

11. a) Har du under de senaste 6 månaderna haft ont i nedre delen av ryggen?

Om du har haft ont vid flera tillfällen, försök då uppskatta ett ungefärligt genomsnitt och kryssa i den ruta som ligger närmast.

- ☐ Nej
☐ Ja, ett par dagar per månad eller mer sällan
☐ Ja, ett par dagar per vecka eller oftare

Om Ja:

b) Har dessa besvär medfört att din arbetsförmåga varit nedsatt eller att du hindrats i andra dagliga sysselsättningar?

- ☐ Ja, i hög grad
☐ Ja, i någon mån
☐ Inte alls

12. a) Har du under de senaste 6 månaderna haft ont i axlar eller armar?

Om du har haft ont vid flera tillfällen, försök då uppskatta ett ungefärligt genomsnitt och kryssa i den ruta som ligger närmast.

- ☐ Nej
☐ Ja, ett par dagar per månad eller mer sällan
☐ Ja, ett par dagar per vecka eller oftare

Om Ja:

b) Har dessa besvär medfört att din arbetsförmåga varit nedsatt eller att du hindrats i andra dagliga sysselsättningar?

- ☐ Ja, i hög grad
☐ Ja, i någon mån
☐ Inte alls

13. Har du av läkare fått någon eller några av följande diagnoser:

Svara med ett kryss antingen "Nej" eller "Ja" för varje diagnos. Om du svarar "Ja" ber vi dig också uppges ungefär hur gammal du var när du fick diagnosen.

a) Diabetes (sockersjuka)?

- ☐ Nej
☐ Ja, när jag var ungefär år

b) Kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL)?

- ☐ Nej
☐ Ja, när jag var ungefär år

c) Psoriasis?

- ☐ Nej
☐ Ja, när jag var ungefär år

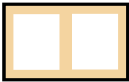
+

+



d) Förhöjda blodfetter?

☐ Nej

☐ Ja, när jag var ungefär  år

e) Angina pectoris (kärlkramp, kranskärslssjukdom med smärta i bröstet)?

☐ Nej

☐ Ja, när jag var ungefär  år

f) Hjärtsvikt (försämrade pumpfunktion)?

☐ Nej

☐ Ja, när jag var ungefär  år

g) Astma?

☐ Nej

☐ Ja, när jag var ungefär  år

14. a) Har du haft smärta eller obehag i magen/buken minst 3 dagar per månad, under de senaste 3 månaderna?

☐ Nej

☐ Ja —————> Om Ja:

b) Blev smärtan/obehaget bättre när du tömt tarmen?

☐ Ja

☐ Nej

c) Är smärtan/obehaget associerat med en förändring i avföringsfrekvens (ökat eller minskat antal gånger du tömmer tarmen)?

☐ Ja

☐ Nej

d) Är smärtan/obehaget associerat med en förändring i avföringskonsistens (att konsistensen är lösare eller hårdare än vanligt)?

☐ Ja

☐ Nej

15. Har en läkare någonsin diagnosticerat dig med någon av följande sjukdomar: inflammatorisk tarmsjukdom, Crohns sjukdom, Ulcerös Kolit, eller glutenintolerans (Celiaki)?

☐ Ja

☐ Nej

16. Får du för närvarande behandling för högt blodtryck?

☐ Nej

☐ Ja, men enbart råd om ändrad livsföring

☐ Ja, läkemedel mot högt blodtryck





17. Har du under *de senaste 12 månaderna* av en läkare eller barnmorska fått någon eller några av följande diagnoser?

	Nej	Ja
a) Klamydia	☐	☐
b) Könsherpes	☐	☐
c) Kondylom	☐	☐
d) Annan sexuellt överförbar sjukdom (t ex gonorré, syfilis, HIV)	☐	☐

Fråga 18 handlar om problem förorsakade av en försvagad eller skadad bäckenbotten, och ställs enbart till kvinnor.

18. Har du något/några av följande besvär?

Markera ett alternativ på varje rad.

	Aldrig	Nästan aldrig	1-3 ggr per månad	1-3 ggr per vecka	Dagligen
a) Har du en känsla av att något buktar ut ur slidan?	☐	☐	☐	☐	☐
b) Har du urinläckage eller ofrivillig urinavgång (inkontinens)?	☐	☐	☐	☐	☐
c) Händer det att du har svårt att tömma tarmen?	☐	☐	☐	☐	☐
d) Händer det att du behöver hålla emot bakre slidväggen eller mellangården för att tömma tarmen?	☐	☐	☐	☐	☐
e) Har du svårt att hålla avföring eller gaser?	☐	☐	☐	☐	☐

Uppväxtvillkor

19. Vilken/vilka av följande personer bodde du med när du var barn/tonåring?

Svara med att kryssa för alla personer du bott med, även om det bara gällde delar av din uppväxttid.

- ☐ Biologisk mamma
- ☐ Biologisk pappa
- ☐ Styvmamma
- ☐ Styvpappa
- ☐ Foster mamma
- ☐ Foster pappa
- ☐ Adoptiv mamma
- ☐ Adoptiv pappa
- ☐ Annan vuxen



+

+

20. Vilken är/var din pappas högsta utbildning?

Tänk på den person som du huvudsakligen bodde tillsammans med under din uppväxt, d.v.s. din biologiske pappa, styvpappa, fosterpappa eller adoptivpappa. Ange endast ett alternativ.

- ☐ Grundskola, folkskola, realskola eller liknande
☐ Gymnasieutbildning
☐ Universitets- eller högskoleutbildning
☐ Vet ej

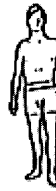
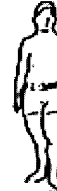
21. Vilken är/var din mammas högsta utbildning?

Tänk på den person som du huvudsakligen bodde tillsammans med under din uppväxt, d.v.s. din biologiska mamma, styvmamma, fostermamma eller adoptivmamma. Ange endast ett alternativ.

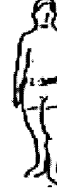
- ☐ Grundskola, folkskola, realskola eller liknande
☐ Gymnasieutbildning
☐ Universitets- eller högskoleutbildning
☐ Vet ej

22. Vilken figur beskriver bäst din kroppsbyggnad när du var 7 år, 18 år och idag?

Markera ett alternativ på varje rad.

										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Vet ej
a) 7 år	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b) 18 år	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c) Idag	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
										

23. Vilken figur stämmer bäst överens med hur du vill se ut?

										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Vet ej
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
										

+

+



Levnadsvanor

24. Nedan följer en lista med olika matvaror. Hur ofta brukar du äta dessa matvaror?

Svara per månad eller per vecka eller per dag.

Ha de senaste 12 månaderna i tankarna. Markera endast ett alternativ per rad.

	Gånger per månad				Gånger per vecka						Gånger per dag			
	<1*	1	2	3	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4 el. fler
a) Grönsaker, baljväxter, rotfrukter (färska, frysta, konserv, stuvade mm) – men ej potatis	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b) Fukt och bär (färska, frysta, konserv, juice mm)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c) Fisk eller skaldjur till huvudrätt	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d) Korv till huvudrätt	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
e) Choklad och godis	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
f) Bullar, kakor, kex, tårta, mm	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
g) Ost, 24-40 % fett (ej mager ost)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
h) Läsk/saft sötad med socker	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

* Mer sällan än 1 gång per månad eller aldrig





25. Ange din fysiska aktivitet under de senaste 12 månaderna.

Nivån kan variera över året och under veckan, men försök ange ett genomsnitt.

a) Daglig sysselsättning och/eller arbete

- ☐ Mest stillasittande
- ☐ Sitter ca hälften av tiden
- ☐ Mest stående
- ☐ Går mest, lyfter, bär lite
- ☐ Går mest, lyfter, bär mycket
- ☐ Tungt kroppsarbete

b) Hem-, hushålls- och trädgårdsarbete

- ☐ Mindre än 1 timme per dag
- ☐ 1-2 timmar per dag
- ☐ 2-3 timmar per dag
- ☐ 3-4 timmar per dag
- ☐ 4-5 timmar per dag
- ☐ Mer än 5 timmar per dag

c) Stillasittande aktiviteter (t ex läsa, titta på tv/dator/surfplatta)

- ☐ Mindre än 1 timme per dag
- ☐ 1-2 timmar per dag
- ☐ 2-3 timmar per dag
- ☐ 3-4 timmar per dag
- ☐ 4-5 timmar per dag
- ☐ 5-6 timmar per dag
- ☐ Mer än 6 timmar per dag

d) Gång/cykling

- ☐ Nästan aldrig
- ☐ Mindre än 20 minuter per dag
- ☐ 20-40 minuter per dag
- ☐ 40-60 minuter per dag
- ☐ 1-1,5 timmar per dag
- ☐ Mer än 2 timmar per dag

e) Motion

Förutom det du angivit under gång/cykling.

- ☐ Nästan aldrig
- ☐ Mindre än 1 timme per vecka
- ☐ 1-2 timmar per vecka
- ☐ 2-3 timmar per vecka
- ☐ 3-4 timmar per vecka
- ☐ 4-5 timmar per vecka
- ☐ Mer än 5 timmar per vecka

26. Har du någon gång rökt så gott som dagligen, under minst 6 månader?

Gäller cigaretter, pipa, cigarrer såväl som cigariller.

- ☐ Ja
- ☐ Nej → Gå till fråga 31

27. Hur gammal var du när du började röka dagligen?

Jag var

--	--

 år



+

+

28. a) Röker du för närvarande så gott som dagligen?

☐ Ja

☐ Nej → b) Hur gammal var du när du *slutade* röka dagligen?

Jag var år

29. I hur många år har du sammanlagt rökt så gott som dagligen?

Räkna inte med perioder där du haft ett längre uppehåll, dvs. 6 månader eller mer.

år

30. Hur mycket har du som regel rökt *per dag*?

Räkna enbart den tid då du rökt så gott som dagligen.

cigaretter, pipstopp, cigarrer och/eller cigariller per dag

31. Har du någon gång snusat så gott som dagligen, under *minst 6 månader*?

Gäller snus som innehåller tobak.

☐ Ja

☐ Nej → Gå till fråga 36

32. Hur gammal var du när du *började* snusa dagligen?

Jag var år

33. a) Snusar du för närvarande så gott som dagligen?

☐ Ja

☐ Nej → b) Hur gammal var du när du *slutade* snusa dagligen?

Jag var år

34. I hur många år sammanlagt har du snusat så gott som dagligen?

Räkna inte med perioder där du haft ett längre uppehåll, dvs. 6 månader eller mer.

år

35. Hur mycket har du som regel snusat *per vecka*?

Räkna enbart den tid då du snusat så gott som dagligen.

dosor per vecka

36. Har du någon gång använt hasch eller marijuana?

☐ Nej

☐ Ja, för mer än ett år sedan

☐ Ja, det senaste året

☐ Ja, den senaste månaden

37. Har du *de senaste 12 månaderna* någon gång druckit minst 1 glas sprit, starkvin, lättvin, starköl, folköl, starkcider eller alkoholäsk?

☐ Nej → Gå till fråga 40

☐ Ja

+

+

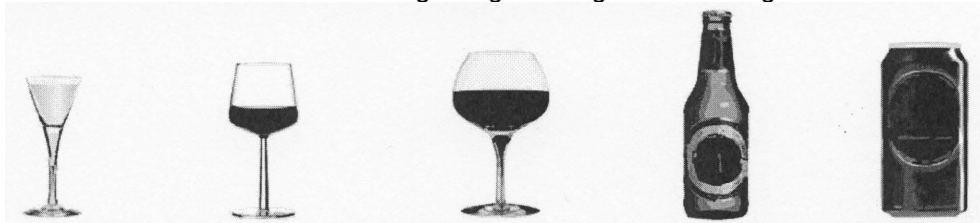
+

+

38. Hur ser dina alkoholvanor ut under en *normalvecka*?

Det kan variera under året, med försök ta ett genomsnitt. Tänk först igenom dag för dag hur mycket du brukar dricka av de olika dryckerna.

Ange i tabellen vad du kommit fram till i ungefärligt antal "glas". Med ett glas menas:



4 cl sprit
t ex whisky

5-8 cl
starkvin

ca 15 cl vitt
eller rött vin
(1 flaska ~ 5 glas)

33 cl starkcider
el. alkoholäsk

50 cl starköl
el. folköl

Illustration: AB Typoform

Fyll i nedanstående tabell: För den/de dagar du druckit någon alkoholdryck ska antal glas anges. Rutorna ska endast fyllas i för dagar då du druckit en viss alkoholdryck.

	Spritdrycker	Starkvin	Vin	Starkcider el. alkoholäsk	Starköl	Folköl
Måndag						
Tisdag						
Onsdag						
Torsdag						
Fredag						
Lördag						
Söndag						

Exempel: Om du skulle dricka enligt följande:

En flaska folköl till lunch *måndag-torsdag*. På *tisdag* kväll ett glas starkvin. På *onsdag* kväll två burkar starköl. På *fredag* kväll tre glas vin. På *lördag* kväll ett glas vin och en drink. På *söndag* lunch en snaps och en burk starköl.

Då fyller du i tabellen på följande sätt:

	Spritdrycker	Starkvin	Vin	Starkcider el. alkoholäsk	Starköl	Folköl
Måndag						
Tisdag						
Onsdag					2	
Torsdag						
Fredag			3			
Lördag						
Söndag						

+

+



39. Hur ofta under *de senaste 12 månaderna* har det hänt att du vid ett och samma tillfälle druckit alkohol motsvarande minst:

- 1 flaska vin
- **eller** 5 snapsar eller motsvarande mängd starksprit
- **eller** 4 burkar starköl
- **eller** 6 burkar folköl

- ☐ Nästan varje dag (minst 5 dagar per vecka)
- ☐ Några gånger per vecka (3-4 gånger per vecka)
- ☐ Någon gång per vecka (1-2 gånger per vecka)
- ☐ 2-3 gånger per månad
- ☐ 1 gång per månad
- ☐ 1-6 gånger per år
- ☐ Aldrig

40. Har du solat i solarium någon gång före 30 års ålder?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en gång
- ☐ Ja, 2-10 gånger
- ☐ Ja, mer än 10 gånger

41. Hur värderar du ditt sexliv?

*Med sexliv menas att ha sex ensam eller med en eller flera partner.
Vi ber dig svara på frågan oavsett om du har något sexliv eller inte.*

Tycker du att det är:

- ☐ Mycket tillfredsställande
- ☐ Ganska tillfredsställande
- ☐ Varken tillfredsställande eller otillfredsställande
- ☐ Ganska otillfredsställande
- ☐ Mycket otillfredsställande

Psykisk hälsa och trygghet

42. Har du *de senaste veckorna* kunnat koncentrera dig på allt du gjort?

- ☐ Bättre än vanligt
- ☐ Som vanligt
- ☐ Sämre än vanligt
- ☐ Mycket sämre än vanligt

43. Har du haft svårt att sova på grund av oro *de senaste veckorna*?

- ☐ Inte alls
- ☐ Inte mer än vanligt
- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Mycket mer än vanligt





44. Upplever du att du har gjort nytta *de senaste veckorna*?

- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Som vanligt
- ☐ Mindre än vanligt
- ☐ Mycket mindre än vanligt

45. Har du *de senaste veckorna* kunnat fatta beslut i olika frågor?

- ☐ Bättre än vanligt
- ☐ Som vanligt
- ☐ Sämre än vanligt
- ☐ Mycket sämre än vanligt

46. Har du ständigt känt dig spänd *de senaste veckorna*?

- ☐ Inte alls
- ☐ Inte mer än vanligt
- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Mycket mer än vanligt

47. Har du *de senaste veckorna* känt att du inte kunnat klara dina problem?

- ☐ Inte alls
- ☐ Inte mer än vanligt
- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Mycket mer än vanligt

48. Har du *de senaste veckorna* känt att du kunnat uppskatta det du gjort om dagarna?

- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Som vanligt
- ☐ Mindre än vanligt
- ☐ Mycket mindre än vanligt

49. Har du *de senaste veckorna* kunnat ta itu med dina problem?

- ☐ Bättre än vanligt
- ☐ Som vanligt
- ☐ Sämre än vanligt
- ☐ Mycket sämre än vanligt



50. Har du ständigt *de senaste veckorna* känt dig olycklig och nedstämd?

- ☐ Inte alls
- ☐ Inte mer än vanligt
- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Mycket mer än vanligt

51. Har du *de senaste veckorna* förlorat tron på dig själv?

- ☐ Inte alls
- ☐ Inte mer än vanligt
- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Mycket mer än vanligt

52. Har du tyckt att du varit värdelös *de senaste veckorna*?

- ☐ Inte alls
- ☐ Inte mer än vanligt
- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Mycket mer än vanligt

53. Har du på det hela taget känt dig någorlunda lycklig *de senaste veckorna*?

- ☐ Mer än vanligt
- ☐ Som vanligt
- ☐ Mindre än vanligt
- ☐ Mycket mindre än vanligt

54. Har du någon gång allvarligt övervägt att ta ditt liv, kanske till och med planerat hur du i så fall skulle göra?

- ☐ Nej, aldrig
- ☐ Ja, för mer än ett år sedan
- ☐ Ja, under det senaste året
- ☐ Ja, under den senaste veckan

55. Har du någon gång försökt ta ditt liv?

- ☐ Nej, aldrig
- ☐ Ja, för mer än ett år sedan
- ☐ Ja, under det senaste året
- ☐ Ja, under den senaste veckan





Frågorna 56-71 handlar om personlighetsdrag och livserfarenheter som du kan tycka stämmer in mer eller mindre bra på dig. Läs varje påstående eller fråga och bestäm vilket svar som passar bäst.

- 56. Hur ofta har du svårigheter med att avsluta de sista detaljerna i en uppgift/ett projekt när de mer krävande momenten har avklarats?**

☐ Aldrig
☐ Sällan
☐ Ibland
☐ Ofta
☐ Mycket ofta

- 57. Hur ofta har du svårigheter med att få ordning på saker och ting när du ska utföra en uppgift som kräver organisation?**

☐ Aldrig
☐ Sällan
☐ Ibland
☐ Ofta
☐ Mycket ofta

- 58. Hur ofta har du problem att komma ihåg avtalade möten, t ex läkarbesök, eller åtaganden?**

☐ Aldrig
☐ Sällan
☐ Ibland
☐ Ofta
☐ Mycket ofta

- 59. Hur ofta händer det att du undviker eller skjuter på att sätta igång med en uppgift som kräver mycket tankemöda?**

☐ Aldrig
☐ Sällan
☐ Ibland
☐ Ofta
☐ Mycket ofta

- 60. Hur ofta händer det att du sitter och plockar med något, skruvar på dig eller rör händer eller fötter när du är tvungen att sitta en längre stund?**

☐ Aldrig
☐ Sällan
☐ Ibland
☐ Ofta
☐ Mycket ofta

- 61. Hur ofta känner du dig överaktiv och tvungen att hålla igång, som om du gick på höghvarv?**

☐ Aldrig
☐ Sällan
☐ Ibland
☐ Ofta
☐ Mycket ofta

- 62. Jag lägger ofta märke till små ljud som andra inte märker.**

☐ Stämmer helt och hållet
☐ Stämmer ganska mycket
☐ Stämmer lite
☐ Stämmer inte alls

- 63. När jag läser en berättelse, har jag svårt att urskilja vilka avsikter som personerna har.**

☐ Stämmer helt och hållet
☐ Stämmer ganska mycket
☐ Stämmer lite
☐ Stämmer inte alls

- 64. Jag har lätt för att läsa mellan raderna när någon pratar med mig.**

☐ Stämmer helt och hållet
☐ Stämmer ganska mycket
☐ Stämmer lite
☐ Stämmer inte alls

- 65. Vanligen koncentrerar jag mig mer på hela bilden, än på de små detaljerna.**

☐ Stämmer helt och hållet
☐ Stämmer ganska mycket
☐ Stämmer lite
☐ Stämmer inte alls





66. Jag märker om den som jag pratar med verkar bli uttråkad.

- ☐ Stämmer helt och hållet
- ☐ Stämmer ganska mycket
- ☐ Stämmer lite
- ☐ Stämmer inte alls

67. Jag har lätt för att syssla med mer än en sak samtidigt.

- ☐ Stämmer helt och hållet
- ☐ Stämmer ganska mycket
- ☐ Stämmer lite
- ☐ Stämmer inte alls

68. Jag tycker det är lätt att förstå vad någon tänker eller känner, genom att iaktta personens ansikte.

- ☐ Stämmer helt och hållet
- ☐ Stämmer ganska mycket
- ☐ Stämmer lite
- ☐ Stämmer inte alls

69. Om jag blir avbruten, kan jag börja om med det jag höll på med, väldigt fort och lätt.

- ☐ Stämmer helt och hållet
- ☐ Stämmer ganska mycket
- ☐ Stämmer lite
- ☐ Stämmer inte alls

70. Jag gillar att samla fakta om kategorier av samma saker (t ex bilmodeller, fåglar, radioapparater, musikgenrer).

- ☐ Stämmer helt och hållet
- ☐ Stämmer ganska mycket
- ☐ Stämmer lite
- ☐ Stämmer inte alls

71. Jag tycker det är svårt att lista ut vad folk har för avsikter.

- ☐ Stämmer helt och hållet
- ☐ Stämmer ganska mycket
- ☐ Stämmer lite
- ☐ Stämmer inte alls

Nedanstående avsnitt handlar om matvanor och hungerkänslor. Läs frågorna noggrant och besvara dem så ärligt som möjligt.

72. a) Gör du så att du kräks för att du känner dig obehagligt mätt?

- ☐ Ja
- ☐ Nej

b) Oroar du dig för att du har förlorat kontrollen över hur mycket du äter?

- ☐ Ja
- ☐ Nej

c) Skulle du säga att mat dominerar ditt liv?

- ☐ Ja
- ☐ Nej

73. På en skala från 1 till 8, där 1 står för ingen återhållsamhet med maten (äter vad jag vill, när jag vill) och 8 står för total återhållsamhet (begränsar ständigt matintaget och ger aldrig efter), vilken siffra skulle du ge dig själv?

- | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

Äter vad
jag vill när
jag vill

Begränsar
ständigt
matintaget,
ger aldrig
efter



Boende och boendemiljö

74. a) Bor du tillsammans med någon under större delen av veckan?

☐ Ja

☐ Nej —————> Gå till fråga 75

b) Vem bor du tillsammans med?

Flera alternativ kan markeras.

☐ Föräldrar/syskon

☐ Make/maka/sambo/partner

☐ Andra vuxna

☐ Barn —————> Besvara även fråga 74c

c) Hur många barn och i vilka åldrar?

Räkna med de barn som bor hos dig halva tiden eller mer.

--	--

0-5 år

--	--

6-12 år

--	--

13-19 år

--	--

20 år eller äldre

75. I vilken typ av bostad bor du?

☐ Hyresrätt

☐ Bostadsrätt (lägenhet eller radhus)

☐ Egen villa eller radhus

☐ Servicehus/servicelägenhet

☐ Inneboende/studentlägenhet

☐ Andrahandsboende

☐ Annat boende

76. Hur pass väl tycker du att följande påstående stämmer överens med den plats där du bor?

Man kan lita på de flesta människor som bor i det här bostadsområdet.

☐ Stämmer mycket väl

☐ Stämmer ganska väl

☐ Stämmer inte särskilt väl

☐ Stämmer inte alls

Familj, ekonomi och samhälle

77. a) Har du någon närstående som du hjälper med vardagliga sysslor, ser till eller vårdar?

Räkna inte med minderåriga barn som du bor tillsammans med.

☐ Nej

☐ Ja —————> Om Ja:

b) Hur många timmars arbete per vecka innebär detta i genomsnitt för dig?

timmar per vecka

78. Har du någon eller några personer som kan ge dig ett personligt stöd för att klara av personliga problem eller kriser i ditt liv?

☐ Ja, alltid

☐ Ja, för det mesta

☐ Nej, för det mesta inte

☐ Nej, aldrig

79. Händer det att du besväras av ensamhet?

☐ Dagligen

☐ Flera gånger i veckan

☐ Någon gång i veckan

☐ Någon eller några gånger i månaden

☐ Mer sällan än en gång i månaden

80. Har du under **de senaste 12 månaderna** mer eller mindre regelbundet deltagit i aktiviteter tillsammans med flera andra?

Exempelvis sport, musik/teater, studiecirkel, religiös sammankomst, sångkör, syförening, politisk förening eller annan föreningsverksamhet.

☐ Ja

☐ Nej

+

+

81. Vilket förtroende har du för följande institutioner i samhället?

Markera ett alternativ på varje rad.

	Mycket stort	Ganska stort	Inte särskilt stort	Inget alls	Har ingen åsikt
a) Sjukvården	☐	☐	☐	☐	☐
b) Socialtjänsten	☐	☐	☐	☐	☐
c) Polisen	☐	☐	☐	☐	☐
d) Riksdagen	☐	☐	☐	☐	☐
e) Regeringen	☐	☐	☐	☐	☐
f) Politikerna i din kommun	☐	☐	☐	☐	☐

82. Röstade du i något av valen 2014?

Det vill säga EU-, riksdags-, landstings- eller kommunalvalen.

- ☐ Ja
☐ Nej

83. Har du under de senaste 12 månaderna haft svårigheter att klara de löpande utgifterna för mat, hyra, räkningar, m.m.?

- ☐ Nej
☐ Ja, vid ett tillfälle
☐ Ja, vid flera tillfällen

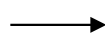
84. Har du under de senaste 12 månaderna avstått från hemtjänst, att gå till tandläkare, sjukvården eller att ta ut läkemedel på grund av dålig ekonomi?

Flera alternativ kan markeras.

- ☐ Nej
☐ Ja, avstått från hemtjänst på grund av dålig ekonomi
☐ Ja, avstått från att besöka tandläkare på grund av dålig ekonomi
☐ Ja, avstått från att besöka sjukvården på grund av dålig ekonomi
☐ Ja, avstått från att hämta ut läkemedel på grund av dålig ekonomi

85. a) Äger du eller din make/maka/sambo något av följande: bostad, bostadsrätt, fritidshus, tomt, mark eller skog?

- ☐ Nej
☐ Ja



Om Ja:

b) Vad är det ungefärliga marknadsvärdet på dessa tillgångar, om de skulle säljas idag?

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

kronor

+

+

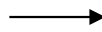
+

+

86. a) Har du eller din make/maka/sambo några lån på bostad, bostadsrätt, fritidshus, tomt, mark eller skog?

☐ Nej

☐ Ja



Om Ja:

b) Ungefär hur stora är dina och din makes/makas/sambos skulder för detta?

kronor

87. Vad är det sammanlagda ungefärliga värdet på dina och din makes/makas/sambos finansiella tillgångar, dvs banktillgodohavanden, kontanter, aktier, obligationer och andra värdepapper? Dra ifrån eventuella skulder som inte har att göra med bostad, bostadsrätt, fritidshus, tomt, mark eller skog.

kronor

Arbete och sysselsättning

88. Har du samma sysselsättning idag som du hade 2010?

☐ Ja

→ Gå till fråga 91

☐ Nej

89. Vilken är din huvudsakliga sysselsättning just nu?

Obs! Ange endast ett alternativ.

☐ Tillsvidareanställning

☐ Tidsbegränsad anställning (till exempel projektanställning, timanställning, vikariat, provanställning)

☐ Egen företagare

☐ Sjukskriven sedan mer än 30 dagar

☐ Förtidspensionär/innehar sjukersättning eller aktivitetsersättning

☐ Ålders- eller avtalspensionär

☐ Studerande

☐ Tjänstledig eller föräldraledig

☐ Arbetssökande eller i arbetsmarknadspolitisk åtgärd

☐ Hemarbetande/sköter hushållet

☐ Annat

+

+

+

+

93. Hur många dagar har du sammanlagt varit sjukfrånvarande under de senaste 12 månaderna?

- ☐ Ej varit sjukfrånvarande
- ☐ 1-7 dagar
- ☐ 8-30 dagar
- ☐ 31-90 dagar
- ☐ Mer än 90 dagar

94. Hur bedömer du att din nuvarande arbetsförmåga är i förhållande till de fysiska krav arbetet ställer?

- ☐ Mycket god
- ☐ Ganska god
- ☐ Någorlunda
- ☐ Ganska dålig
- ☐ Mycket dålig

95. Hur bedömer du att din nuvarande arbetsförmåga är i förhållande till de mentala och psykiska krav arbetet ställer?

- ☐ Mycket god
- ☐ Ganska god
- ☐ Någorlunda
- ☐ Ganska dålig
- ☐ Mycket dålig

96. Med tanke på din hälsa – tror du att du kan arbeta i ditt nuvarande yrke även om 2 år?

- ☐ Nej, knappast
- ☐ Kanske
- ☐ Ja, troligtvis

97. Hur många gånger gör du ett avbrott i ditt stillasittande (såsom att ställa sig upp eller ta en kort bensträckare) under en normal timmes stillasittande på arbetet?

- ☐ Ingen gång
- ☐ 1 gång
- ☐ 2 gånger
- ☐ 3 gånger
- ☐ 4 gånger
- ☐ 5 eller fler gånger
- ☐ Har ej ett stillasittande arbete

+

+

Bakgrund

98. Vilket år är du född?

1	9		
---	---	--	--

99. Är du man eller kvinna?

☐ Man

☐ Kvinna

100. Jag känner mig som en person av annat kön.

☐ Stämmer inte alls

☐ Stämmer lite eller ibland

☐ Stämmer ganska bra

☐ Stämmer helt

101. Jag skulle vilja leva som eller bli behandlad som en person av annat kön.

☐ Stämmer inte alls

☐ Stämmer lite eller ibland

☐ Stämmer ganska bra

☐ Stämmer helt

102. Jag skulle vilja förändra min kropp med hormoner eller operationer så att den liknar personer av annat kön.

☐ Stämmer inte alls

☐ Stämmer lite eller ibland

☐ Stämmer ganska bra

☐ Stämmer helt

103. Betraktar du dig idag som:

☐ Heterosexuell

☐ Homosexuell

☐ Bisexuell

☐ Inte som något av ovanstående alternativ

Tack för att du tog dig tid att fylla i enkäten!

Posta den i det bifogade svarskuvertet så snart som möjligt.

+

+

+

+