
KYSELYLOMAKE

Tämä kyselylomake on osa Yhteiskuntatieteelliseen tietoaarkistoon arkistoitua tutkimusaineistoa

FSD2608 Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2008

Kyselylomaketta hyödyntävien tulee viitata siihen asianmukaisesti lähdeviitteellä.

Lisätiedot: <http://www.fsd.uta.fi/>

QUESTIONNAIRE

This questionnaire is part of the following dataset, archived at the Finnish Social Science Data Archive:

FSD2608 University Student Health Survey 2008

If this questionnaire is used or referred to in any publication, the source must be acknowledged by means of an appropriate bibliographic citation.

More information: <http://www.fsd.uta.fi/>

Hälsoundersökning för högskolestuderande 2008

Bästa studerande

Vi behöver tillförlitlig och aktuell information för att kunna utveckla studerandenas hälsovårdstjänster. Detta är den första nationella undersökningen som riktas till både universitets- och yrkeshögskolestuderande samtidigt; tidigare har utredningarna utförts separat. Till stor del används samma basfrågor som i tidigare undersökningar. Dessa är avsedda att ge information om trender inom studerandenas hälsa och välbefinnande samt utvecklingsprojektens effekter. Undersökningens resultat från tidigare enkäter har använts bland annat i en handbok för studenthälsovården.

I enkäten ingår vid sidan av traditionella frågor om hälsa och hälsobeteende även frågor som kartlägger andra sådana områden i livet som vi av erfarenhet vet att är av betydelse då det gäller studerandenas hälsa och förmåga att orka studera. Frågorna om studier, arbete och studieförhållanden är viktiga även för högskolorna och studentorganisationerna. De specialteman som inkluderats i undersökningen hänför sig uttryckligen till frågor kring de studerandes ålder eller livsskede. För att vi ska kunna förbättra servicen behöver vi mer information om dessa områden.

Vi hoppas att du kan offra lite tid för att svara på frågorna i enkäten och på så vis främja studerandenas gemensamma väl! Vi behöver information om just dina erfarenheter av hälsa och välbefinnande. Ditt svar är mycket värdefullt för oss. Ingen annan kan ersätta det.

Undersökningen omfattar också personer som studerar deltid eller som blivit utexaminerade under innevarande läsår.

Du kan besvara enkäten över internet på adressen

[http://XXXXX/xxxx/ ??](http://XXXXX/xxxx/)

eller på denna blankett i det bifogade svarskuvertet. Mottagaren betalar portot.

Alla uppgifter som du lämnar behandlas konfidentiellt och kommer endast att utnyttjas av forskare. Forskningsresultaten behandlas som statistiska helheter; enskilda personer kan inte identifieras. Det är frivilligt att besvara enkäten.

Frågor som gäller undersökningen besvaras av med. dr. Kristina Kunttu, tfn (02) 2747 200, e-post kristina.kunttu@yths.fi.

Med tack för visat samarbete

Studenternas hälsovårdsstiftelse

Suomen ammattikorkeakouluopiskelijayhdistysten liitto SAMOK ry.

Anvisningar:

Ringa in siffran för det alternativ som bäst motsvarar ditt svar eller skriv svaret i det utrymme som reserverats.

Ringa in endast en siffra, om det inte sägs något annat.

Om inget annat sägs, vill vi veta hur du agerar i allmänhet.

Läs hela frågan innan du besvarar den.

BAKGRUNDSINFORMATION

1. Ålder _____ år

2. Kön

- 1 man
- 2 kvinna

3. Studieort

- | | | | | |
|---------------|-----------|------------------|---------------|----------------|
| 1 Esbo | 6 Kajana | 11 Lahtis | 16 Raumo | 21 Torneå |
| 2 Helsingfors | 7 Kemi | 12 Villmanstrand | 17 Rovaniemi | 22 Åbo |
| 3 Tavastehus | 8 Karleby | 13 S:t Michel | 18 Nyslott | 23 Vasa |
| 4 Joensuu | 9 Kouvola | 14 Uleåborg | 19 Seinäjoki | 24 Vanda |
| 5 Jyväskylä | 10 Kuopio | 15 Björneborg | 20 Tammerfors | 25 Annan, vad? |

Obs!

Välj endast ett alternativ.

Om du studerar på flera orter eller har flera utbildningsområden, svara på basis av dina huvudsakliga studier under detta läsår.

fler än ett utbildningsområde (kryssa för)

4a. Utbildningsområde, universitetsstuderande

- | | | |
|--------------------------|-----------------------------------|----------------------|
| 1 Veterinärmedicin | 8 Gymnastik- och idrottsvetenskap | 15 Konstindustri |
| 2 Farmaci | 9 Naturvetenskap | 16 Dans |
| 3 Odontologi | 10 Medicin | 17 Teater |
| 4 Humanistiska ämnen | 11 Agronomi / forstvetenskap | 18 Teknikvetenskap |
| 5 Pedagogik | 12 Musik | 19 Teologi |
| 6 Ekonomiska vetenskaper | 13 Juridik | 20 Hälsovetenskap |
| 7 Bildkonst | 14 Psykologi | 21 Samhällsvetenskap |

fler än ett utbildningsområde (kryssa för)

4b. Utbildningsområde, yrkeshögskolestuderande

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1 Humanistiska ämnen och pedagogik | 5 Turism, restaurang- och hushållsbranschen |
| 2 Kultur | 6 Socialvård, hälsovård och idrott |
| 3 Naturvetenskap | 7 Teknik och kommunikation |
| 4 Naturresurser och miljö | 8 Samhällsvetenskap, företagsekonomi och förvaltning |

fler än ett utbildningsområde (kryssa för)

HÄLSOTILLSTÅND

5. Har någon läkare, tandläkare eller psykolog ställt dig en diagnos på någon kronisk, långvarig eller ofta återkommande sjukdom, defekt eller kroppsskada som har gett symptom och krävt vård under det senaste året (12 mån.)?

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- | | | | |
|------|---|----|--|
| 1 | Diabetes | 16 | Synfel (glasögon) |
| 2 | Sköldkörtelsjukdom | 17 | Ögonsjukdom |
| 3 | Blodtryckssjukdom, förhöjt blodtryck | 18 | Öron-, näs- eller halssjukdom |
| 4 | Rytmrubbningar eller annan hjärtsjukdom | 19 | Karies (hål i tänderna) |
| 5 | Ledgångsreumatism, spondylos | 20 | Inflammerad visdomstand |
| 6 | Annan sjukdom i rörelseapparaten | 21 | Annan mun- eller tandsjukdom sjukdom i tuggorganen, munnens slemhinnor eller parodontiet (tändernas stödjevåvner). |
| 7 * | Astma * | 22 | Migrän |
| 8 | Allergisk snuva eller ögoninflammation | 23 | Epilepsi, annan neurologisk sjukdom |
| 9. * | Atopiskt eksem *
(böjveckseksem, "mjölkskorv") | 24 | Ätstörning, vilken typ?
1 anorexi
2 bulimi
3 annat |
| 10 | Akne | 25 | Ångestneuros (panikstörningar, rädsla för sociala situationer osv.) |
| 11 | Laktosintolerans | 26 | Depression |
| 12 | Annan mag- eller tarmsjukdom | 27 | Annan psykisk störning |
| 13 | Återkommande urinvägsinfektion, njursjukdom | 28 | Annat, vad? |
| 14 | Sjukdom i de manliga könsorganen | | |
| 15 | Gynekologisk sjukdom, vad? | | |

*** Om du har astma eller atopiskt eksem ber vi dig också svara på frågorna på den separata blanketten. Svara på frågorna också om du har haft atopiskt eksem tidigare.**

6. Hurdant anser du ditt hälsotillstånd vara?

- 1 gott
- 2 rätt bra
- 3 medelmåttigt
- 4 rätt svagt
- 5 svagt

7. Använder du läkarordinerade läkemedel eller P-piller för sjukdom eller symptom

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- 0 nej, inga alls
- 1 ja, regelbunden medicinering (tabletter, injektioner, inhalationsmediciner, sprayer, droppar, salvor, suppositorier)
- 2 ja, läkemedel efter behov

8. Använder du receptfria läkemedel?

- 0 inte alls eller mycket sällan
- 1 en eller ett par gånger per månad
- 2 varje vecka
- 3 dagligen eller nästan dagligen

9. Hur många timmar sover du i genomsnitt per dygn ?

|__|__| timmar

10. Anser du att du sover tillräckligt?

- 1 nästan alltid
- 2 ofta
- 3 sällan eller nästan aldrig
- 4 vet inte

11. Längd |__|__|__| cm

12. Vikt |__|__|__| kg

13. Midjeomfång mätt under revbenen
(1–2 cm ovanför naveln mot slutet av en utandning)

Män

0 under 94 cm

1 94–102 cm

2 över 102 cm

Kvinnor

0 under 80 cm

1 80–88 cm

2 över 88 cm

14. Har ditt blodsocker någon gång konstaterats vara höjt? (t.ex. i samband med en hälsokontroll eller graviditet)

0 nej

1 ja

15. Har någon i din släkt diabetes?
(typ 1 eller 2)

0 nej

1 ja, mor- eller farföräldrar, föräldrarnas syskon, kusiner

2 ja, föräldrar, syskon eller egna barn

16. Vad anser du om din vikt? Ange vilket alternativ som beskriver din vikt bäst.

1 mycket undervikt

2 i viss mån undervikt

3 lämplig vikt

4 i viss mån övervikt

5 mycket övervikt

17. Förhåller du dig normalt till mat?

0 nej

1 ja

2 vet inte

18. Har du någon gång bantat kraftigt?

0 nej

1 ja, bantningen var planerad och kontrollerad

2 ja, men jag förlorade kontrollen över bantningen

19. Har du haft ätstörningssymptom i puberteten?

0 nej

1 ja

20. Om du svarade ja, har du då fått vård?

0 nej

1 ja

21. Hur bedömer du nedan nämnda faktorer för tillfället?

Svarsalternativ:

- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
ETT VERKLIGT PROBLEM, som på ett avgörande sätt försvårar mitt liv just nu	ETT TYDLIGT PROBLEM, som dock inte besvärar mig ständigt och/eller särskilt kraftigt	jag har inte haft orsak att fästa särskild uppmärksamhet vid frågan	vanligen POSITIVA UPPLEVELSER	något som verkligen ger mig TILLFREDSSTÄLLELSE	svårt att säga

att få grepp om studierna	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
att uppträda, t.ex. hålla föredrag	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
att skapa kontakt med studiekompisar och människor i allmänhet	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
att få kontakt med det motsatta könet	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
min sexualitet	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
mitt förhållande till föräldrarna	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
planeringen av framtiden	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
mina egen styrka och förmåga	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
min sinnesstämning i allmänhet	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?

22. Har du haft följande symptom under den senaste månaden (30 dagar)?

(Besvara alla punkter.)

	inte alls	ibland	varje vecka	dagligen eller nästan dagligen
1. huvudvärk	0	1	2	3
2. yrsel	0	1	2	3
3. trötthet eller kraftlöshet	0	1	2	3
4. besvär i övre ryggen eller nacken	0	1	2	3
5. besvär i undre ryggen	0	1	2	3
6. smärta i armar, ben eller leder	0	1	2	3
7. magont, halsbränna	0	1	2	3
8. illamående eller uppkastningar	0	1	2	3
9. gasbesvär eller uppsvälldhet	0	1	2	3
10. förstoppning eller diarré	0	1	2	3
11. hetsåtande	0	1	2	3
12. hjärtklappning, arytm	0	1	2	3
13. hudproblem	0	1	2	3
14. röstproblem	0	1	2	3
15. snuva eller tilltäpphet	0	1	2	3
16. halsbesvär (ont, slem)	0	1	2	3
17. långvarig hosta eller andnöd	0	1	2	3
18. blödande tandkött eller tandköttproblem	0	1	2	3
19. tandproblem (ilning, värk)	0	1	2	3
20. besvär av visdomständerna	0	1	2	3
21. bittbesvär	0	1	2	3
22. insomningssvårigheter eller uppvakning på natten	0	1	2	3
23. koncentrationssvårigheter	0	1	2	3
24. spändhet eller nervositet	0	1	2	3
25. depression eller nedstämdhet	0	1	2	3
26. ångest	0	1	2	3
27. annat, vad?	0	1	2	3

23. Har du under det senaste året (12 mån.) haft följande besvär:

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

Gynekologiska besvär?

- 0 nej
- 1 menstruationssmärter som kräver medicinering
- 2 störande riklig menstruationsblödning
- 3 utebliven menstruation i över 6 mån
- 4 menstruationsrubbingar
- 5 onormal vitflytning
- 6 samlagssmärter
- 7 annat, vad?

Andrologiska besvär, dvs. sådana som uppträder hos män?

- 0 nej
- 1 problem med förhuden
- 2 flytningar från eller sveda i urinröret
- 3 erektionsstörningar
 - 1 har alltid haft
 - 2 ofta
 - 3 då och då
- 4 för snabb sädesuttömning (< 2 min)
- 5 fördröjd eller förhindrad sädesuttömning
- 6 prostatabesvär
- 7 annat, vad?

24. Hur har du under den senaste tiden kunnat koncentrera dig på dina uppgifter?

- 1 bättre än vanligt
- 2 lika bra som vanligt
- 3 sämre än vanligt
- 4 mycket sämre än vanligt

25. Har du under den senaste tiden vakat mycket på grund av bekymmer?

- 1 inte alls
- 2 inte mer än vanligt
- 3 något mer än vanligt
- 4 mycket mer än vanligt

26. Har du under den senaste tiden tyckt att du i olika sammanhang har varit till

- 1 större nytta än vanligt
- 2 samma nytta som vanligt
- 3 mindre nytta än vanligt
- 4 mycket mindre nytta än vanligt?

27. Har du under den senaste tiden tyckt att din förmåga att fatta beslut varit

- 1 bättre än vanligt
- 2 lika god som vanligt
- 3 sämre än vanligt
- 4 mycket sämre än vanligt?

28. Har du under den senaste tiden tyckt att du ständigt är överansträngd?

- 1 inte alls
- 2 inte mer än vanligt
- 3 något mer än vanligt
- 4 mycket mer än vanligt

29. Har du under den senaste tiden haft en känsla av att du inte klarar av dina problem?

- 1 inte alls
- 2 inte mer än vanligt
- 3 något mer än vanligt
- 4 mycket mer än vanligt

30. Har du under den senaste tiden kunnat njuta av dina vanliga dagliga förehavanden?

- 1 mer än vanligt
- 2 lika mycket som vanligt
- 3 mindre än vanligt
- 4 mycket mindre än vanligt

31. Har du under den senaste tiden kunnat möta problem?

- 1 bättre än vanligt
- 2 lika bra som vanligt
- 3 sämre än vanligt
- 4 mycket sämre än vanligt

32. Har du känt dig olycklig och nedstämd under den senaste tiden?

- 1 inte alls
- 2 inte mer än vanligt
- 3 något mer än vanligt
- 4 mycket mer än vanligt

33. Har du under den senaste tiden förlorat ditt självförtroende?

- 1 inte alls
- 2 inte mer än vanligt
- 3 något mer än vanligt
- 4 mycket mer än vanligt

34. Har du under den senaste tiden känt dig värdelös som människa?

- 1 inte alls
- 2 inte mer än vanligt
- 3 något mer än vanligt
- 4 mycket mer än vanligt

35. Har du under den senaste tiden på det hela taget känt dig rätt lycklig?

- 1 mer än vanligt
- 2 lika som vanligt
- 3 mindre än vanligt
- 4 mycket mindre än vanligt

36. Har du någonsin haft ett behov av att använda stora mängder pengar på olika spel?

0 nej 1 ja

37. Har du någonsin ljugit för dina närstående om hur mycket pengar du använder på olika spel?

0 nej 1 ja

38. Hur ofta märker du att du har varit på internet längre än du hade tänkt?

0 aldrig
1 mycket sällan
2 sällan
3 rätt ofta
4 ofta
5 alltid eller mycket ofta

39. Hur många timmar per dygn har du i genomsnitt använt internet till någon av följande aktiviteter? (Uppskatta tiden på basis av den senaste månaden. Ange 0 om du inte använt någon tid alls till detta.)

	timmar	min
1 Studier		
2 Förfärdningsarbete		
3 Annan informationssökning, läsning av nättidningar		
4 Radio, tv		
5 Internetsamtal (t.ex. Skype)		
6 E-post		
7 Ärenden (bank, resor, arbetssökning osv.)		
8 Diskussionsforum, chat, virtuella gemenskaper		
9 Spel på internet		
10 Annat, vad?		
totalt		

nej ja

40. Orsakar din användning av internet problem i dina mänskliga relationer?

0 1

41. Orsakar din användning av internet problem med dina studier?

0 1

42. Orsakar din användning av internet problem med din dygnsrytm?

0 1

MOTION

43. Hur ofta fritidsmotionerar du minst ½ timme i gången så att du blir åtminstone lindrigt andfådd eller svettig (t.ex. jogging, cykelåkning, skidåkning, gymnastik, simning, bollspel)?

0 inte alls eller mycket sällan
1 1–3 gånger i månaden
2 ca en gång i veckan
3 2–3 gånger i veckan
4 4–6 gånger i veckan
5 dagligen

44. Hur många timmar i veckan idkar du någon av de motionsformer som nämns ovan?

Total cirka |___|___| timmar i veckan.

45. Hur många minuter nyttig motion idkar du i form av promenader eller cykelåkning per dag (färderna till läroinrättningen, hobbyer, arbetet osv.)?

0 mindre än 15 minuter per dag
1 15–30 minuter per dag
2 30–60 minuter per dag
3 över en timme per dag

Total cirka |___|___| timmar i veckan.

46. Hur ofta idkar du lätt motion minst ½ timme i gången eller rör dig i anslutning till någon annan hobby (t.ex. promenader, vandring i naturen, dans, hundpromenader, trädgårdsskötsel, hemsysslor)?

0 högst 3 gånger i månaden
1 1–2 gånger per vecka
2 3–4 gånger per vecka
3 dagligen eller nästan dagligen

47. Vem arrangerar den motionsverksamhet som du deltar i?
(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- 0 jag motionerar inte alls
- 1 jag motionerar på egen hand
- 2 jag motionerar tillsammans med en vän eller i kompisars sällskap
- 3 högskolan eller studentkåren
- 4 ämnesförening osv.
- 5 idrottsförening (annan än läroinrättningens)
- 6 annan organisation, vilken _____
- 7 privata motionsinrättningar
- 8 kommunala motionsinrättningar

48. Har du använt eller använder du preparat som förbättrar idrotts-, motions- eller styrkeprestationer?

	aldrig	har använt tidigare	använder som bäst
Tillåtna preparat, t.ex. proteinpreparat	0	1	2
Förbjudna dopningspreparat	0	1	2

KOST

49. Följer du för tillfället någon specialdiet?

- 0 nej
- 1 ja, hurdan? (Vid behov kan du ringa in flera alternativ.)
 - 1 laktosfri diet
 - 2 glutenfri diet för celiakipatienter
 - 3 diet för bantare
 - 4 specialdiet på grund av födoämnesallergi
 - 5 diet för diabetiker eller kolesterolsänkande eller blodtryckssänkande diet
 - 6 diet med grönsaker, mjölkprodukter samt ägg, höns eller fisk
 - 7 laktovegetarisk diet (vegetarisk diet + mjölkprodukter)
 - 8 diet för veganer (endast vegetariska produkter)
 - 9 levande föda
 - 10 annan, hurdan? _____

50. Tänker du på hur hälsosam maten är då du skaffar den?

- 0 aldrig eller mycket sällan
- 1 ibland
- 2 ofta

51. Var äter du oftast ditt huvudmål?

- 1 student- eller personalmatsalen
- 2 hemma i min bostad
- 3 hos mina föräldrar
- 4 annanstans, var? _____

52. Hur ofta tillsätter du salt i färdig mat?

- 0 nästan aldrig
- 1 en gång i veckan eller mera sällan
- 2 någon gång i veckan
- 3 nästan varje dag

53. Hur många glas mjölk eller surmjölk (1 glas = 2 dl) dricker du vanligen per dag? Räkna också med den mjölk som du använder tillsammans med flingor, mysli, gröt och i kakao.
(Skriv 0, om du inte alls använder mjölk eller surmjölk.)

|__|__| glas

54. Hurdant matfett breder du oftast på brödet?

- 0 inget alls
- 1 lättmargarin med under 65 % fett
- 2 bordsmargarin med 70–80 % fett
- 3 smör
- 4 andra produkter med låg fetthalt (färs- eller smältost e.d.)
- 5 annat

55. Hur många skivor bröd äter du vanligen per dag?

(Skriv 0, om du inte äter bröd alls. Besvara alla punkter.)

mörkt bröd (råg-, knäckebröd osv.) |__|__| skivor

bland-, jäst-, graham- eller havrebröd |__|__| skivor

56. Hur ofta har du ätit följande under den senaste veckan (7 dagar)? (Besvara varje punkt.)

	inte alls	1–2 dagar	3–5 dagar	ca en gång per dag	2 gånger per dag	3 gånger per dag eller oftare
frukt eller bär	0	1	2	3	4	5
färska grönsaker	0	1	2	3	4	5
tillredda grönsaker (inte potatis)	0	1	2	3	4	5
gröt, mysli, flingor	0	1	2	3	4	5
yoghurt eller fil (1,5–2 dl portioner)	0	1	2	3	4	5
glass	0	1	2	3	4	5
söta bakverk	0	1	2	3	4	5
sötsaker, choklad	0	1	2	3	4	5
sötade drycker (också alkohol- och energidrycker)	0	1	2	3	4	5
light-drycker	0	1	2	3	4	5
pommes frites	0	1	2	3	4	5
chips osv.	0	1	2	3	4	5
ost	0	1	2	3	4	5
pizza	0	1	2	3	4	5

TANDVÅRD**57. Hur ofta borstar du tänderna?**

- 0 mindre än en gång per dag
- 1 en gång per dag
- 2 oftare än en gång per dag

58. Använder du tandkräm?

- 0 mindre än en gång per dag
- 1 en gång per dag
- 2 oftare än en gång per dag

59. Använder du tandtråd?

- 0 inte alls
- 1 ibland
- 2 varje dag

60. Använder du xylitoltuggummi eller andra produkter som sötats med xylitol?

- 0 nej
- 1 ibland
- 2 en gång per dag
- 3 minst två gånger per dag

TOBAK, DROGER, ALKOHOL**61. Röker du för tillfället?**

- 0 inte alls
- 1 ja, mindre än en gång per vecka
- 2 ja, varje vecka, men inte varje dag
- 3 ja, varje dag

62. Använder du snus (portionssnus, lössnus eller tuggtobak)?

- 0 inte alls
- 1 ibland
- 2 regelbundet
- 3 inte längre

63. Har du någonsin provat eller använt narkotika, läkemedel eller läkemedel + alkohol för att bli berusad?

- 0 aldrig
- 1 ja. I så fall

(Besvara alla tre frågor)

64. Vad?	65. Hur många gånger?		66. Har du använt åtminstone en gång under det senaste året?	
	1-4 gånger	5 gånger eller mer	nej	ja
1 cannabis (hasch, marijuana)	1	2	0	1
2 thinner, lim e.d.	1	2	0	1
3 läkemedel och alkohol tillsammans	1	2	0	1
4 läkemedel i berusningssyfte	1	2	0	1
5 ecstasy	1	2	0	1
6 subutex eller temgesic	1	2	0	1
7 heroin, kokain, amfetamin, LSD, gamma e.d.	1	2	0	1

67. Upplever du det som om du på grund av dina kompisars inflytande måste dricka mera alkohol än du egentligen skulle vilja?

- 1 nej
- 2 ibland
- 3 ofta

En portion alkohol =

en flaska (33 cl) mellanöl, cider, long drink
ett glas (12 cl) vin
ett glas (8 cl) starkvin
ett glas (4 cl) starksprit

68. Om du deltar i fester eller träffar där det bjuds på alkohol serveras då även alkoholfria alternativ?

- 1 nästan alltid
- 2 ibland
- 3 knappast någonsin

69. Om någon i ditt sällskap väljer ett alkoholfritt alternativ, väcker detta andras uppmärksamhet?

- 1 vanligen inte
- 2 ibland
- 3 nästan alltid

70. Hur många glas eller flaskor alkohol dricker du i medeltal per vecka?

(Skriv 0 för de alkoholdrycker som du inte alls dricker.

Besvara varje punkt.)

mellanöl |_|_|_|_| flaskor
A-öl |_|_|_|_| flaskor
cider |_|_|_|_| flaskor
long drink |_|_|_|_| flaskor
vin |_|_|_|_| glas
starksprit |_|_|_|_| glas

71. Hur ofta dricker du alkohol?

- 0 aldrig (*om du aldrig druckit alkohol kan du gå direkt till fråga 81*)
- 1 en gång i månaden eller mer sällan
- 2a 2–3 gånger i månaden
- 2b en gång i veckan
- 3 2–3 gånger i veckan
- 4 fyra gånger i veckan eller oftare

72. Hur många portioner dricker du vanligen de dagar du dricker?

- 0 1–2 portioner
- 1 3–4 portioner
- 2 5–6 portioner
- 3 7–9 portioner
- 4 10 portioner eller mer

73. Hur ofta dricker du 6 portioner eller mer per gång?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång per månad
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 nästan dagligen

74. Hur ofta under det senaste året har det hänt att du inte kunnat sluta dricka när du en gång börjat?

- 0 inte en enda gång
- 1 mindre än en gång per månad
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 nästan dagligen

75. Hur ofta under det senaste året har du på grund av ditt drickande inte klarat av att göra det som du planerat?

- 0 inte en enda gång
- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 nästan dagligen

76. Hur ofta har du under det senaste året varit i behov av en återställare?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 nästan dagligen

77. Hur ofta har du under det senaste året känt skuld eller ånger efter att ha druckit?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 nästan dagligen

78. Hur ofta under det senaste året har det hänt att du på grund av ditt drickande inte kan minnas vad som hänt föregående kväll?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 nästan dagligen

79. Har du någonsin på grund av ditt drickande orsakat olycksfall som drabbat dig själv eller ditt sällskap?

- 0 nej
- 2 ja, men inte under det senaste året
- 4 ja, under det senaste året

80. Har någon släkting, vän, läkare eller annan person varit bekymrad över ditt alkoholbruk och föreslagit att du borde minska på eller sluta drickandet?

- 0 nej
- 2 ja, men inte under det senaste året
- 4 ja, under det senaste året

STUDIER

81. Hur många läsÅR har du varit närvaroanmäld i anslutning till dina nuvarande studier?

(Inklusive innevarande läsår)

____|____| läsår

82. Hur många studieveckor eller studiepoäng har du avlagt fram till 31.1.2008 i anslutning till dina nuvarande studier? Obs! Ange mängden

antingen som studieveckor eller studiepoäng.

____|____|____| studieveckor **ELLER**

____|____|____| studiepoäng

83. När räknar du med att bli utexaminerad?

Om du studerar inom flera ämnesområden, när räknar du med att avlägga examen i dina nuvarande studier?

0 år 20|____|____|

1 jag har avlagt min examen detta läsår

84. Anser du själv att du studerar

- 1 på heltid
- 2 på deltid
- 3 på annat sätt, hur? _____

85. Jämfört med dina egna målsättningar, har dina studier gått

- 1 bättre än väntat
- 2 enligt förväntningarna
- 3 sämre än väntat

86. Tycker du att du studerar inom rätt område?

- 0 nej
- 1 ja
- 2 vet inte

87. Hur skulle du beskriva den handledning och rådgivning du fått från läroinrättningens sida under det senaste året (12 mån.)?

- 0 alldeles otillräcklig
- 1 något bristfällig
- 2 måttlig eller varierande
- 3 bra
- 4 utmärkt

88. Blir du lätt spänd i studiesituationer och upplever du det som ett problem?

(Besvara alla punkter.)

	nej	ibland ,inte ett problem	lindrigt problem	stort problem
i tenter och prov	0	1	2	3
i situationer där du ska prata inför publik, föredrag osv.	0	1	2	3
på seminarier	0	1	2	3
när du ska tala ett främmande språk	0	1	2	3
i diskussioner med läraren eller handledaren	0	1	2	3
i andra situationer, vilka?	0	1	2	3

89. Vilken effekt har det att du spänner dig i studiesituationer?

- 0 ingen alls
- 1 positiv effekt (jag får energi, blir skarp e.d.)
- 2 negativ effekt (svara också på följande fråga)

90. Om du svarade negativ effekt, på vilket sätt? (Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- 1 jag klarar situationen sämre än min kunskap förutsätter
- 2 det försvårar min koncentration och inläring
- 3 jag deltar mindre än normalt i diskussionen
- 4 jag börjar må dåligt
- 5 jag blir handlingsförlamad och har svårt att göra saker
- 6 annan effekt, vad _____

**91. Välj det alternativ som bäst beskriver dina studieförhållanden.
Alternativen ska beskriva din nuvarande studiesituation.**

	Under den senaste månaden...	Inte alls av samma åsikt	Inte av samma åsikt	Delvis av olika åsikt	Delvis av samma åsikt	Av samma åsikt	Helt av samma åsikt
1	Jag tycker att jag drunknar i arbetsmängden kring mina studier.	1	2	3	4	5	6
2	Jag har ingen lust att studera och jag tänker ofta på att avbryta mina studier.	1	2	3	4	5	6
3	Jag känner mig ofta otillräcklig i mina studier.	1	2	3	4	5	6
4	Jag sover ofta dåligt på grund av olika studieangelägenheter.	1	2	3	4	5	6
5	Det känns som om jag håller på att tappa intresset för mina studier.	1	2	3	4	5	6
6	Jag funderar hela tiden om mina studier har någon betydelse.	1	2	3	4	5	6
7	Jag tycker att jag har allt mindre att ge i mina studier.	1	2	3	4	5	6
8	Jag bekymrar mig mycket över studieangelägenheter också på fritiden.	1	2	3	4	5	6
9	Tidigare förväntade jag mig åstadkomma mycket mer i mina studier än i dag.	1	2	3	4	5	6
10	Studiepressen orsakar problem i mina nära mänskliga relationer.	1	2	3	4	5	6
11	När jag studerar är jag full av energi.	1	2	3	4	5	6
12	Studierna är mycket viktiga för mig.	1	2	3	4	5	6
13	Tiden verkar flyga iväg när jag studerar.	1	2	3	4	5	6
14	När jag studerar känner jag mig energisk och driftig.	1	2	3	4	5	6
15	Jag är entusiastisk över att studera.	1	2	3	4	5	6
16	När jag arbetar med mina studier glömmer jag allt omkring mig.	1	2	3	4	5	6
17	Studierna inspirerar mig.	1	2	3	4	5	6
18	När jag vaknar på morgonen känns det bra att få ta itu med studierna.	1	2	3	4	5	6
19	Jag går upp i mina studier.	1	2	3	4	5	6

UTKOMST OCH ARBETE

92. I vilken mån räckte dina pengar till under det senaste året (12 mån.)?

- 0 utmärkt
- 1 bra
- 2 jag klarade mig eftersom jag levde sparsamt
- 3 min utkomst var mycket knapp och osäker

93. Bedöm din ekonomi under det senaste året (12 mån.)

	nej	ja	vet inte
Jag var tvungen att arbeta för att trygga min utkomst	0	1	2
Jag fick ekonomiskt stöd av mina föräldrar eller släktingar i form av pengar, varor osv.	0	1	2
Boendeutgifterna tog över hälften av mina disponibla medel	0	1	2

94. Har du förvärvsarbetat under det senaste året (12 mån.)? (Ringa in 0, om du inte arbetat alls)

		Var arbetet anknutet till dina studier?
Heldagsarbete (30 timmar/vecka eller mer)	sammanlagt __ __ månader, av vilka __ __ månader under läsåret	ja nej
Regelbundet halvdags- eller deltidsarbete (mindre än 30 timmar/vecka)	cirka __ __ timmar i veckan sammanlagt __ __ månader, av vilka __ __ månader under läsåret	ja nej
Kortjobb under läsåret (under 1 månad långa, oregelbundna arbetsperioder)	0 inte alls 1 ibland 2 ofta	ja nej

MÄNNISKORELATIONER**95. Vilken typ av familj bor du i?**

- 1 jag bor ensam i eget hushåll eller studentbostad med enskilda rum men gemensamt kök och badrum
- 2 jag bor i gemensamt hushåll eller gemensam bostad (gemensamt hyresavtal)
- 3 jag bor på tu man hand med min make (samboförhållande eller äktenskap / registrerat partnerskap)
- 4 jag bor tillsammans med min make och mitt / mina barn
- 5 jag bor ensam med mitt / mina barn
- 6 jag bor hos mina föräldrar
- 7 andra boendeförhållanden, vilka?

96. Har du ett parförhållande (stadigt sexuellt umgänge)?

- 0 nej
- 1 ja, ett
- 2 ja, två eller flera

97. Hur många gånger har du levat i ett samboförhållande, äktenskap eller registrerat partnerskap?

- 0 aldrig
- 1 |__| gånger (inklusive det nuvarande förhållandet)

98. Hur många barn har du?

|__| barn

99. Hur många barn skulle du vilja ha?

|__| barn

100. Om du vill ha barn, men inte ännu har några, i vilken ålder vill du ha ditt första barn?

Vid cirka _____ års ålder

101. Är du eller din partner gravid?

- 0 nej
- 1 ja

102. Hur ofta är du tillsammans med din vän eller dina vänner på din fritid?

- 0 mera sällan än en gång per månad
- 1 1–3 gånger i månaden
- 2 ca en gång i veckan
- 3 2–3 gånger i veckan
- 4 nästan varje dag

103. Känner du dig ensam?

- 0 nej
- 1 ja, ibland
- 2 ja, ofta

104. Upplever du att du hör till någon, vilken som helst, grupp i anslutning till studierna (t.ex. årskurs, institution, gradugrupp, ämnesförening e.d.)

- 0 nej
- 1 ja
- 2 vet inte

105. Kan du – om du så vill – med någon närstående öppet diskutera dina angelägenheter och problem?

- 0 aldrig
- 1 mycket sällan
- 2 ibland eller vissa saker
- 3 ofta
- 4 alltid eller för det mesta

106. Hur ofta har du under det senaste året (12 mån.) deltagit i verksamhet som ordnats av någon förening eller något sällskap (t.ex. idrottsförening, musikkår, vetenskaplig eller religiös förening, ämnesförening eller studentkår, scouterna osv.)?

- 0 mycket sällan eller inte alls
- 1 några gånger per år
- 2 1–3 gånger i månaden
- 3 en gång i veckan eller oftare

HÄLSOSERVICE

107. När du senast besökte SHVS /studenthälsovården, vad tyckte du om den service du fick på mottagningen?

	helt av samma åsikt	nästan av samma åsikt	av litet annan åsikt	helt av annan åsikt
Jag fick klarhet i de frågor som bekymrade mig	1	2	3	4
Man lyssnade på mig och jag tyckte man förstod mig	1	2	3	4

108. Varför har du anlitat andra än SHVS:s /studenthälsovårdens tjänster?

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- 0 Jag har inte anlitat andra tjänster
- 1 Jag har inte omfattats av studenthälsovården hela året
- 2 Jag har arbetat/varit i militären/varit gravid
- 3 Jag har fått remiss annanstans
- 4 Jag har vårdförhållande annanstans sedan tidigare
- 5 Jag har behövt hjälp på en ort där de ovan nämnda tjänsterna inte erbjuds
- 6 Jag har behövt hjälp under jourtid
- 7 Studenthälsovården har inte erbjudit eller erbjuder inte längre den service jag behöver
- 8 Jag har inte fått vård på studenthälsovården tillräckligt snabbt
- 9 Jag har inte varit nöjd med studenthälsovårdens tjänster
- 10 Annan orsak, vilken? _____

109. Har du besökt en läkare, hälsovårdare eller någon annan yrkesutbildad person inom hälsovården som anges nedan under det senaste året (12 mån)? (Besvara varje punkt.)

		nej	en gång	2–5 gånger	över 5 gånger
HÄLSO-VÅRDARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
FYSIO-TERAPEUT	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
ALLMÄN-PRAKTISERANDE LÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
SPECIALIST-LÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
MUN-HYGIENIST (tandvårdare)	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
TANDLÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
SPECIALIST-TANDLÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
PSYKOLOG	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3
PSYKIATER	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3
	Hälsovårdscentral*	0	1	2	3
	Annan serviceproducent	0	1	2	3

* annan än studenthälsovård

110. Skulle du önska hjälp i form av t.ex. individuell rådgivning, gruppsammankomster, kurser, föreläsningar o.d. i följande frågor: (Vid behov kan du ringa in flera alternativ)

- | | |
|--|---|
| 1 stresskontroll | 9 ergonomi |
| 2 spänningsproblem | 10 kontroll av alkoholkonsumtionen |
| 3 frågor som gäller människorelationer eller självkänsla | 11 att sluta röka |
| 4 sexualitet | 12 annat beroende (spel, internet osv.) |
| 5 ätstörningar | 13 problem med studierna eller studietekniken |
| 6 näringsfrågor | 14 allergifrågor, hudvård |
| 7 viktkontroll | 15 vaccinationer |
| 8 motion | 16 andra problem, vad _____ |

ERFARENHET AV MOBBNING

Med skolmobbing avses att en elev upprepade gånger blir kränkt, skadad och/eller diskriminerad av en eller flera andra elever utan att själv kunna påverka sin situation.

111. I vilken grad blev du mobbad under din skoltid?

- 0 knappt alls
- 1 några månader
- 2 ett år
- 3 flera år

112. Om du tänker tillbaka på den tid då du blev mobbad, hur regelbunden var mobbningen?

- 0 jag mobbades aldrig
- 1 jag mobbades sporadiskt, ibland
- 2 jag mobbades varje vecka
- 3 jag mobbades varje dag

113. Om du blev mobbad, vilken slags mobbing blev du utsatt för?

	aldrig	ibland	en gång i veckan	varje dag
Fysisk skada	1	2	3	4
Verbal kränkning	1	2	3	4
Diskriminering	1	2	3	4
Kamratrelationerna förstördes	1	2	3	4

114. Om du jämför dig med dina dåvarande klasskamrater, hur mycket mobbade du andra elever?

	inte alls	mycket lite	rätt mycket	väldigt mycket
--	-----------	-------------	-------------	----------------

0 1 2 3

115. Har du under studietiden upprepade gånger upplevt dig bli kränkt, skadad och/eller diskriminerad av en eller flera andra studerande?

0 1 2 3

116. Har du själv under din studietid upprepade gånger kränkt, skadat eller diskriminerat någon annan eller några andra studerande?

0 1 2 3

SEXUELL HÄLSA

117. Vad är din sexuella läggning?

- 1 Heterosexuell
- 2 Homosexuell
- 3 Bisexuell

119. Hur ofta har du under den senaste månaden haft könsumgänge?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång i veckan
- 2 varje vecka

118. I vilken ålder hade du könsumgänge för första gången?

Vid _____ års ålder

120. Har du lidit av könssjukdomen klamydia?

- 0 nej
- 1 ja

121. Vilken preventivmetod har du och din partner använt under den senaste månaden?

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- 0 ingen alls
- 1 kondom
- 2 p-piller
- 3 p-plåster
- 4 vaginering
- 5 p-stav
- 6 hormonspiral
- 7 kopparspiral

122. Har du/din partner någonsin använt akutpreventivmedel?

- 0 nej
- 1 ja |__|__| gånger
- 2 vet inte

123. Har du eller din partner genomgått abort?

- 0 nej
- 1 ja
- 2 vet inte

124. Har du haft problem med att använda kondom?

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- 0 jag har inte använt kondom
- 1 jag har inte haft några problem
- 2 kondomen har glidit av
- 3 kondomen har gått sönder
- 4 andra problem

125. Har du använt mediciner som förbättrar erektionen?

- 0 aldrig
- 1 1–5 gånger
- 2 ibland
- 3 regelbundet

126. Om du har använt erektionsförbättrande mediciner, varifrån har du då fått medicinerna?

- 1 per recept
- 2 via internet
- 3 av en kompis

127. Vad är din uppfattning?

-
1. I vilken ålder börjar kvinnans förutsättningar för att bli gravid minska något? Vid cirka |__|__| års ålder
 2. I vilken ålder börjar kvinnans förutsättningar för att bli gravid minska betydligt? Vid cirka |__|__| års ålder
 3. Om en man och en kvinna har regelbundet sexuellt umgänge utan preventivmedel under ett år, hur stor andel av kvinnorna blir gravida
i 25–30 års ålder? cirka _____ %
i 35–40 års ålder? cirka _____ %
-

Några frågor om AKNE förr och nu...

Om du aldrig haft problem med akne kan du gå vidare till fråga 132.

128. Har du haft akne under de senaste 12 månaderna?

- 0 nej
- 1 ja

129. Har du uppsökt läkare på grund av akne under de senaste 12 månaderna?

- 0 nej
- 1 ja

130. Upplever du att akne orsakar eller har orsakat sociala problem?

- 0 inte alls
- 1 i viss mån
- 2 väldigt mycket

131. Har du använt följande behandlingar mot akne?

(Vid behov kan du ringa in flera punkter i båda kolumnerna.)

Jag har använt	under de senaste 12 månaderna, hur många månader sammanlagt	tidigare år
Antibiotikakurer (t.ex. Apocyclin , Tetralysal tabl/kaps)	1 __ __ mån	2
Isotretinoinkapslar (Roaccutane , Isotretinoin)	1 __ __ mån	2
Tretinoin- eller adapalensalvor (Avitcid creme, Differin gel)	1 __ __ mån	2
Azelainsyrasalva (Skinoren creme)	1 __ __ mån	2
Benzoylperoxidsalva/tvättgel (Basiron , Brevoxyl)	1 __ __ mån	2
Klindamycinlösning (Dalacin-lösning)	1 __ __ mån	2
Benzoylperoxid + klindamycingel (Clindoxyl gel)	1 __ __ mån	2
Ljusbehandlingar (solarium, SUP-ljusbehandling)	1 __ __ mån	2
P-piller	1 __ __ mån	2
Självvårdsprodukter (inte receptbelagda)	1 __ __ mån	2

RESOR**132. Har du under de senaste 12 månaderna gjort en utlandsresa eller resor som varat över 10 dygn?**

0 nej, om du svarade nej behöver du inte svara på fler frågor i enkäten.

1 ja, om du svarade ja ber vi dig ännu svara på några detaljfrågor:

133. Resmål

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- | | |
|----------|---------------|
| 1 Europa | 4 Nordamerika |
| 2 Asien | 5 Sydamerika |
| 3 Afrika | 6 Australien |

134. Resans syfte?

(Vid behov kan du ringa in flera punkter.)

- semester
- frivilligt arbete
- studier

135. Hade du före resan tagit de rekommenderade vaccinationerna och preventiva medicinerna?

- nej
- ja
- endast en del av dem som rekommenderats

136. Hade du en reseförsäkring?

- nej
- ja

137. Blev du sjuk under resan eller genast efter resan?

- nej
- ja

138. Om du blev sjuk, vilka symptom fick du?

- diarré
- feber
- hudsymptom
- symptom i andningsvägarna
- annat, vad? _____

139. Råkade du under resan ut för ett rån, en olycka eller misshandel?

- nej
- ja

140. Uppsökte du läkare i landet i fråga?

- nej
- ja

141. Önskemål angående utvecklingen av hälsovårdens reserådgivning.

VI TACKAR FÖR ATT DU SVARADE PÅ ENKÄTEN!

"Ris och ros" till studenthälsovården:

Adresskälla: SHVS:s studentregister och yrkeshögskolorna