

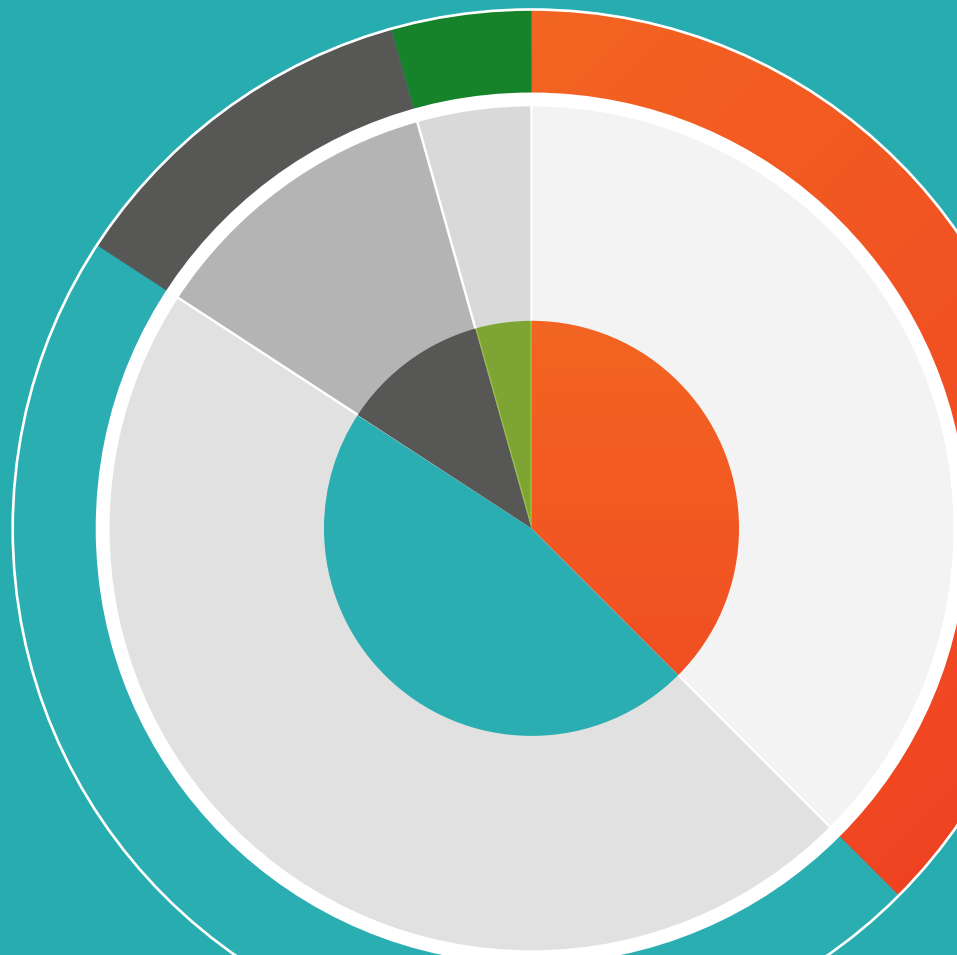
# *Projektrapport*

## *Liv&Hälsa*

Augusti 2017

---

Genomförd av Enkätfabriken



# 8. Bilagor

Bilaga 1.	Enkät 18-29 år
Bilaga 2.	Enkät 30-69 år
Bilaga 3.	Enkät 70+ år
Bilaga 4.	Kortversion
Bilaga 5.	Förbrev
Bilaga 6.	Missivbrev 1
Bilaga 7.	Påminnelsebrev 1
Bilaga 8.	Påminnelsebrev 2
Bilaga 9.	Korrigeringar av databasen

18-29 år

# Liv & hälsa 2017

En undersökning om livsvillkor,  
levnadsvanor och hälsa

Frågor för dig som är mellan 18-29 år

## Hjälp oss 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:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

- Markera dina svar med kryss, så här:

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

### Kontakta oss gärna

Om du har frågor eller vill avregistrera dig från datainsamlingen är du välkommen att ringa till Enkätfabriken på telefonnummer 020-12 10 28 eller skicka e-post till [support@enkatfabriken.se](mailto:support@enkatfabriken.se)

Om du har frågor om undersökningens syfte kan du skicka e-post till:

Region Uppsala

[livohalsa@region uppsala.se](mailto:livohalsa@region uppsala.se)

Landstinget Sörmland

[livohalsa@dll.se](mailto:livohalsa@dll.se)

Region Västmanland

[livohalsa@regionvastmanland.se](mailto:livohalsa@regionvastmanland.se)

Landstinget i Värmland

[livohalsa@liv.se](mailto:livohalsa@liv.se)

Region Örebro län

[livohalsa@regionorebrolan.se](mailto:livohalsa@regionorebrolan.se)



## Ditt boende

### 1. Hur bor du?

- Hyresrätt
- Bostads-/andelsrätt
- Andrahandsboende
- Inneboende, studentlägenhet/rum
- Egen villa/radhus
- Annat

### 2. Vem/vilka bor du tillsammans med under större delen av veckan?

Markera med ett eller flera kryss.

- Ingen
- Föräldrar/syskon
- Make/maka/sambo/partner
- Andra vuxna
- Barn

### 3. Hur nöjd eller missnöjd är du med din bostadssituation?

- Mycket nöjd
- Ganska nöjd
- Varken nöjd eller missnöjd
- Ganska missnöjd
- Mycket missnöjd

## Din hälsa

### 4. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?

- Mycket bra
- Bra
- Någorlunda
- Dåligt
- Mycket dåligt

### 5. Har du någon långvarig sjukdom, besvär efter olycksfall, någon nedsatt funktion eller annat långvarigt hälsoproblem?

- Nej
- Ja

### 6. Har du någon/några av följande diagnosticerade sjukdomar:

#### a) Diabetes?

- Nej
- Ja

#### b) Astma?

- Nej
- Ja

#### c) Depression?

- Nej
- Ja



Hemvägen

## 7. Har du något/några av följande besvär eller symtom:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja, lätta besvär	Ja, svåra besvär
Värk i skuldror, nacke eller axlar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ryggsmärtor, ryggvärk, höftsmärtor eller ischias?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Huvudvärk eller migrän?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nedstämdhet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ängslan, oro eller ångest?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sömnsvårigheter?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eksem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Återkommande mag-/tarmbesvär?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öronsus (tinnitus)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hörselnedsättning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Synnedsättning som inte kan korrigeras med glasögon/linser?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 8. Känner du dig för närvarande stressad?

Med stress menas ett tillstånd då man känner sig spänd, rastlös, nervös, orolig eller okoncentrerad.

- Inte alls  
 I viss mån  
 Ganska mycket  
 Våldigt mycket

## 9. Var vänlig markera för varje påstående vad som är närmast hur du har känt under de senaste 2 veckorna.

Sätt ett kryss på varje rad.

	Hela tiden	Mestadels	Mer än halva tiden	Mindre än halva tiden	Ibland	Aldrig
Jag har känt mig glad och på gott humör.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig lugn och avslappnad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig aktiv och kraftfull.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig pigg och utvilad när jag vaknat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mitt vardagsliv har varit fyllt av sådant som intresserar mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 10. Hur lång är du?

Svara i hela centimeter.

--	--	--

 cm

### 11. Hur mycket väger du?

Svara i hela kilo. Om du är gravid ange hur mycket du brukar väga.

--	--	--

 kg

## Din tandhälsa

### 12. Hur tycker du att din tandhälsa är?

- Mycket bra
- Ganska bra
- Varken bra eller dålig
- Ganska dålig
- Mycket dålig

## Dina kontakter med vården

### 13. a) Har du under de senaste 3 månaderna besökt vårdcentral eller motsvarande för egna besvär eller sjukdom?

- Nej → gå till fråga 14
- Ja

### b) Vid ditt/dina besök på vårdcentral eller motsvarande, diskuterade ni:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Matvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motionsvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rökvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snusvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Fysisk aktivitet

Om din aktivitet varierar under året, försök ta något slags genomsnitt. Fråga 14 handlar om regelbunden motion och träningsaktiviteter. Fråga 15 handlar om måttligt ansträngande fysisk aktivitet som får dig att andas något kraftigare än normalt.

### 14. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt fysisk träning som får dig att bli andfådd, till exempel löpning, motionsgymnastik eller bollsport?

- 0 minuter/ingen tid
- Mindre än 30 minuter
- 30-59 minuter (0,5-1 timme)
- 60-89 minuter (1-1,5 timmar)
- 90-119 minuter (1,5-2 timmar)
- 2 timmar eller mer

### 15. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt vardagsaktiviteter, till exempel promenader, cykling eller trädgårdsarbete?

Räkna samman all tid (minst 10 minuter åt gången).

- 0 minuter/ingen tid
- Mindre än 30 minuter
- 30-59 minuter (0,5-1 timme)
- 60-89 minuter (1-1,5 timmar)
- 90-149 minuter (1,5-2,5 timmar)
- 150-299 minuter (2,5-5 timmar)
- 5 timmar eller mer

### 16. Hur mycket sitter du under ett normalt dygn?

- Mer än 12 timmar
- 10-12 timmar
- 7-9 timmar
- 4-6 timmar
- 1-3 timmar
- Mindre än 1 timme
- Sitter eller ligger mer än 12 timmar per dygn på grund av funktionsnedsättning

## Matvanor

### 17. Hur ofta äter du grönsaker, rotfrukter, frukter eller bär?

- 5 gånger per dag eller mer
- 3-4 gånger per dag
- 1-2 gånger per dag
- Mer sällan

## Rök- och snusvanor

### 18.a) Röker du?

- Nej → gå till fråga 19
- Ja, ibland
- Ja, dagligen

### b) Vill du sluta röka?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

### 19.a) Snusar du?

- Nej → gå till fråga 20
- Ja, ibland
- Ja, dagligen

### b) Vill du sluta snusa?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

### 20. Har du någon gång använt hasch eller marijuana?

Markera med ett eller flera kryss.

- Nej
- Ja, för mer än 12 månader sedan
- Ja, under de senaste 12 månaderna
- Ja, under de senaste 30 dagarna

## Alkoholvanor

Med alkohol menas folköl, mellan-/starköl, alkoholstark cider, vin, starkvin och sprit. Besvara frågorna så noggrant och ärligt som möjligt. Med ett glas menas:



### 21. Hur ofta har du druckit alkohol under de senaste 12 månaderna?

- 4 gånger/vecka eller mer
- 2-3 gånger/vecka
- 2-4 gånger/månad
- 1 gång/månad eller mer sällan
- Aldrig → gå till fråga 25

### 22. Hur många "glas" (se exempel) dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?

- 1-2
- 3-4
- 5-6
- 7-9
- 10 eller fler
- Vet inte

### 23. Hur ofta dricker du sex "glas" eller fler vid samma tillfälle?

- Dagligen eller nästan varje dag
- Varje vecka
- Varje månad
- Mer sällan än en gång i månaden
- Aldrig

### 24. Vill du minska din alkoholkonsumtion?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

## Spelvanor

**25. Har du någon gång under de senaste 12 månaderna spelat för mer än du verkligen har råd att förlora?**

*Med spel menas till exempel trisslott, bingo, kasinospel, tips, spel på hästar eller liknande och spel om pengar över internet såsom poker eller vadslagning.*

- Nej  
 Ja

## Ekonomiska förhållanden

**26. Skulle du/ditt hushåll inom en månad klara av att betala en oväntad utgift på 11 000 kronor utan att låna eller be om hjälp?**

- Ja  
 Nej

**27. Har det under de senaste 12 månaderna hänt att du haft svårigheter att klara de löpande utgifterna för mat, hyra, räkningar med mera?**

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

**28. Händer det att du får ekonomisk hjälp av dina föräldrar eller andra närstående?**

- Nej  
 Ja, ibland  
 Ja, ofta

## Trygghet och sociala relationer

**29. Tycker du att man i allmänhet kan lita på de flesta människor?**

- Ja  
 Nej

**30. Har du någon du kan dela dina innersta känslor med och anförtro dig åt?**

- Ja  
 Nej

**31. Kan du få hjälp av någon/några personer om du har praktiska problem *eller* är sjuk?**

*Till exempel få råd, låna saker, hjälp med matinköp, reparationer eller liknande.*

- Ja  
 Nej  
 Vet inte

**32. Har du under de senaste 3 månaderna upplevt att någon behandlat dig på ett nedlåtande sätt?**

- Nej  
 Ja, någon gång  
 Ja, flera gånger

**33. Har du under de senaste 3 månaderna blivit utsatt för trakasserier eller kränkningar via mobiltelefon och/eller Internet (SMS, Instagram, Facebook, mejl eller liknande)?**

- Nej  
 Ja, någon gång  
 Ja, flera gånger

**34. Händer det att du avstår från att gå ut ensam av rädsla för att bli överfallen, rånad eller på annat sätt ofredad?**

- Nej  
 Ja, ibland  
 Ja, ofta

**35. a) Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för fysiskt våld?**

- Nej → gå till fråga 36  
 Ja

**b) Var skedde våldet?**

Markera med ett eller flera kryss.

- På arbetsplatsen/i arbetet/i skolan  
 I hemmet  
 I annans bostad  
 I bostadsområdet  
 På allmän plats/på nöjesställe  
 På eller i anslutning till tåg, buss eller annat färdmedel  
 Någon annanstans

**36. Vilket förtroende har du för följande institutioner/politiker i samhället?**

Sätt ett kryss på varje rad.

	Mycket stort	Ganska stort	Inte särskilt stort	Inget alls	Har ingen åsikt
Hälso- och sjukvården	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folktandvården	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Barnomsorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Polisen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Socialtjänsten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbetsförmedlingen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Försäkringskassan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Riksdagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politikerna i ditt landsting/region	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politikerna i din kommun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**37. Har du under de senaste 12 månaderna regelbundet deltagit i aktiviteter tillsammans med andra?**

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

- Ja  
 Nej

**38. Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?**

- Mycket nöjd  
 Ganska nöjd  
 Inte särskilt nöjd  
 Inte alls nöjd

**39. Hur ser du på framtiden för din personliga del?**

- Mycket optimistiskt  
 Ganska optimistiskt  
 Varken optimistiskt eller pessimistiskt  
 Ganska pessimistiskt  
 Mycket pessimistiskt

## Sexuell läggning

**40. Hur definierar du din sexuella läggning?**

- Heterosexuell  
 Bisexuell  
 Homosexuell  
 Annat  
 Jag vet inte

## Arbete och arbetsliv

**41. Vilken är din nuvarande sysselsättning?**

*Markera med ett eller flera kryss.*

- Arbetar som anställd  
 Egen företagare  
 Tjänstledig eller föräldraledig  
 Studerar, praktiserar  
 Arbetsmarknadsåtgärd  
 Arbetslös  
 Sjuk-/aktivitetsersättning (förtids-, sjukpensionerad)  
 Långtidssjukskriven (mer än 3 månader)  
 Annat

Du som inte yrkesarbetar gå vidare till fråga 48.

**Frågor till dig som yrkesarbetar**

(gäller även dig som är föräldraledig, tjänstledig eller sjukskriven).

**42. Vilken är din huvudsakliga anställningsform?**

- Fast/tillsvidareanställd
- Tillfällig anställning (t.ex. projektanställning, vikariat, timanställning, provanställning)
- Egen företagare

**43. Hur många timmar arbetar du i genomsnitt under en normal arbetsvecka?**

Ange hela antal timmar.

--	--

timmar per vecka

**44. Hur trivs du med ditt nuvarande arbete?**

- Mycket bra
- Ganska bra
- Varken bra eller dåligt
- Ganska dåligt
- Mycket dåligt

**45. Är du orolig för att förlora ditt arbete inom det närmaste året?**

- Ja
- Nej

**46. Hur lång tid tar det vanligtvis för dig att komma till arbetet från din bostad, enkel resa?**

- Mindre än 1 timme
- 1–2 timmar
- Mer än 2 timmar

**47. a) Pendlar du till din arbetsplats?**

Med pendling menas att din arbetsplats ligger i en annan kommun än din hemort.

- Nej → gå till fråga 48
- Ja

**b) Vilka är dina skäl för att pendla?**

Markera med ett eller flera kryss.

- Finns ingen möjlighet till försörjning på hemorten
- Jag vill bo kvar på hemorten
- Jag är utbildad för ett yrke jag vill arbeta med men som inte finns på hemorten
- Jag har bättre betalt nu än vad jag skulle få om jag jobbade på hemorten
- Jag har ett intressantare arbete nu än vad jag skulle ha om jag jobbade på hemorten
- För att utbilda mig
- Annat

**c) Innebär ditt arbete att du behöver övernatta på arbetsorten?**

- Nej
- Ja, ibland
- Ja, alltid







**Kontakta oss gärna:**  
**Frågor om datainsamlingen**  
Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: support@enkatfabriken.se

**Frågor om undersökningens syfte**  
Region Uppsala; livohalsa@regionuppsala.se  
Landstinget Sörmland; livohalsa@dll.se  
Region Västmanland; livohalsa@regionvastmanland.se  
Landstinget i Värmland; livohalsa@liv.se  
Region Örebro län; livohalsa@regionorebrolan.se

30-69 år

# Liv & hälsa 2017

En undersökning om livsvillkor,  
levnadsvanor och hälsa

Frågor för dig som är mellan 30-69 år

## Hjälp oss 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:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

- Markera dina svar med kryss, så här:



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



### Kontakta oss gärna

Om du har frågor eller vill avregistrera dig från datainsamlingen är du välkommen att ringa till Enkätfabriken på telefonnummer 020-12 10 28 eller skicka e-post till [support@enkatfabriken.se](mailto:support@enkatfabriken.se)

Om du har frågor om undersökningens syfte kan du skicka e-post till:

Region Uppsala

[livohalsa@region uppsala.se](mailto:livohalsa@region uppsala.se)

Landstinget Sörmland

[livohalsa@dll.se](mailto:livohalsa@dll.se)

Region Västmanland

[livohalsa@regionvastmanland.se](mailto:livohalsa@regionvastmanland.se)

Landstinget i Värmland

[livohalsa@liv.se](mailto:livohalsa@liv.se)

Region Örebro län

[livohalsa@regionorebrolan.se](mailto:livohalsa@regionorebrolan.se)

## Din hälsa

### 1. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?

- Mycket bra
- Bra
- Någorlunda
- Dåligt
- Mycket dåligt

### 2. Har du någon långvarig sjukdom, besvär efter olycksfall, någon nedsatt funktion eller annat långvarigt hälsoproblem?

- Nej
- Ja

### 3. Har du under de senaste 3 månaderna råkat ut för olycksfall som lett till att du sökt sjukvård eller tandvård?

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, flera gånger

### 4. Har du någon/några av följande diagnosticerade sjukdomar:

#### a) Diabetes typ 1?

- Nej
- Ja

#### b) Diabetes typ 2?

- Nej
- Ja

#### c) Astma?

- Nej
- Ja

#### d) KOL (Kroniskt Obstruktiv Lungsjukdom)?

- Nej
- Ja

#### e) Högt blodtryck?

- Nej
- Ja

#### f) Depression?

- Nej
- Ja

## 5. Kryssa under varje rubrik bara i EN ruta som bäst beskriver din hälsa IDAG.

### a) Rörlighet

- Jag har inga svårigheter med att gå omkring  
 Jag har lite svårigheter med att gå omkring  
 Jag har måttliga svårigheter med att gå omkring  
 Jag har stora svårigheter med att gå omkring  
 Jag kan inte gå omkring

### b) Personlig vård

- Jag har inga svårigheter med att tvätta mig eller klä mig  
 Jag har lite svårigheter med att tvätta mig eller klä mig  
 Jag har måttliga svårigheter med att tvätta mig eller klä mig  
 Jag har stora svårigheter med att tvätta mig eller klä mig  
 Jag kan inte tvätta mig eller klä mig

### c) Vanliga aktiviteter

(t ex arbete, studier, hushållssysslor, familje- eller fritidsaktiviteter)

- Jag har inga svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter  
 Jag har lite svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter  
 Jag har måttliga svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter  
 Jag har stora svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter  
 Jag kan inte utföra mina vanliga aktiviteter

### d) Smärtor / besvär

- Jag har varken smärtor eller besvär  
 Jag har lätta smärtor eller besvär  
 Jag har måttliga smärtor eller besvär  
 Jag har svåra smärtor eller besvär  
 Jag har extrema smärtor eller besvär

### e) Oro / nedstämdhet

- Jag är varken orolig eller nedstämd  
 Jag är lite orolig eller nedstämd  
 Jag är ganska orolig eller nedstämd  
 Jag är mycket orolig eller nedstämd  
 Jag är extremt orolig eller nedstämd

## 6.

Bästa hälsa  
du kan tänka dig

100

- Vi vill veta hur bra eller dålig din hälsa är IDAG.

95

- Den här skalan är numrerad från 0 till 100.

90

- 100 är den bästa hälsa du kan tänka dig.

85

- 0 är den sämsta hälsa du kan tänka dig.

80

75

- Sätt ett X på skalan för att visa hur din hälsa är IDAG.

70

- Skriv nu i rutan nedan det nummer du har markerat på skalan.

65

60

55

DIN HÄLSA  
IDAG:

--	--	--

50

45

40

35

30

25

20

15

10

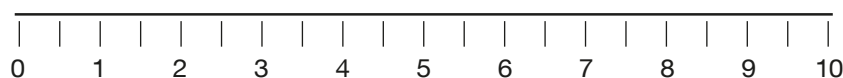
5

0

Sämsta hälsa  
du kan tänka dig

7. Tänk dig att du får reda på att du har 10 år kvar att leva. I samband med detta får du välja mellan att leva dessa 10 år i ditt nuvarande hälsotillstånd, eller att avstå något/några år för att istället leva kortare tid med full hälsa.

**Markera med ett kryss (X) på linjen det antal år med full hälsa som du tycker är likvärdigt med att leva 10 år i ditt nuvarande hälsotillstånd.**



Antal år med full hälsa

(Anser du att du för närvarande har full hälsa ska du kryssa i 10 år)

## 8. Har du något/några av följande besvär eller symtom:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja, lätta besvär	Ja, svåra besvär
Värk i skuldror, nacke eller axlar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ryggsmärtor, ryggvärk, höftsmärtor eller ischias?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Värk eller smärtor i händer, armbågar, ben eller knän?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Huvudvärk eller migrän?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nedstämdhet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ängslan, oro eller ångest?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trötthet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sömnsvårigheter?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eksem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öronsus (tinnitus)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hörselnedsättning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Synnedsättning som inte kan korrigeras med glasögon/linser?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inkontinens (urinläckage)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Återkommande mag-/tarmbesvär?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 9. Känner du dig för närvarande stressad?

Med stress menas ett tillstånd då man känner sig spänd, rastlös, nervös, orolig eller okoncentrerad.

- Inte alls
- I viss mån
- Ganska mycket
- Våldigt mycket

## 10. Var vänlig markera för varje påstående vad som är närmast hur du har känt under de senaste 2 veckorna.

Sätt ett kryss på varje rad.

	Hela tiden	Mestadels	Mer än halva tiden	Mindre än halva tiden	Ibland	Aldrig
Jag har känt mig glad och på gott humör.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig lugn och avslappnad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig aktiv och kraftfull.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig pigg och utvilad när jag vaknat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mitt vardagsliv har varit fyllt av sådant som intresserar mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**11. Hur lång är du?**

Svara i hela centimeter.

			cm
--	--	--	----

**12. Hur mycket väger du?**

Svara i hela kilo. Om du är gravid ange hur mycket du brukar väga.

			kg
--	--	--	----

**13.a) Vill du förändra din vikt?**

- Nej → gå till fråga 14
- Ja, jag vill gå ner i vikt
- Ja, jag vill gå upp i vikt

**b) Om du vill förändra din vikt, tror du att du kan klara det själv?**

- Ja
- Nej, jag behöver stöd

**Din tandhälsa****14. Hur tycker du att din tandhälsa är?**

- Mycket bra
- Ganska bra
- Varken bra eller dålig
- Ganska dålig
- Mycket dålig

**15. När var du senast hos tandläkare/tandhygienist?**

- För mindre än ett år sedan
- För ett till två år sedan
- För tre till fem år sedan
- För mer än fem år sedan
- Har aldrig varit hos tandläkare/tandhygienist
- Vet inte/kommer inte ihåg

**Dina kontakter med vården****16.a) Har du under de senaste 3 månaderna besökt vårdcentral eller motsvarande för egna besvär eller sjukdom?**

- Nej → gå till fråga 17
- Ja

**b) Vid ditt/dina besök på vårdcentral eller motsvarande, diskuterade ni:**

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Matvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motionsvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rökvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snusvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**17.a) Har du under de senaste 3 månaderna besökt sjukhus för egna besvär eller sjukdom?**

- Nej → gå till fråga 18
- Ja

**b) Vid ditt/dina besök på sjukhus, diskuterade ni:**

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Matvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motionsvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rökvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snusvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



## Fysisk aktivitet

Om din aktivitet varierar under året, försök ta något slags genomsnitt. Fråga 18 handlar om regelbunden motion och träningsaktiviteter. Fråga 19 handlar om måttligt ansträngande fysisk aktivitet som får dig att andas något kraftigare än normalt.

### 18. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt fysisk träning som får dig att bli andfådd, till exempel löpning, motionsgymnastik eller bollsport?

- 0 minuter/ingen tid
- Mindre än 30 minuter
- 30-59 minuter (0,5-1 timme)
- 60-89 minuter (1-1,5 timmar)
- 90-119 minuter (1,5-2 timmar)
- 2 timmar eller mer

### 19. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt vardagsaktiviteter, till exempel promenader, cykling eller trädgårdsarbete?

Räkna samman all tid (minst 10 minuter åt gången).

- 0 minuter/ingen tid
- Mindre än 30 minuter
- 30-59 minuter (0,5-1 timme)
- 60-89 minuter (1-1,5 timmar)
- 90-149 minuter (1,5-2,5 timmar)
- 150-299 minuter (2,5-5 timmar)
- 5 timmar eller mer

### 20. Hur mycket sitter du under ett normalt dygn?

- Mer än 12 timmar
- 10-12 timmar
- 7-9 timmar
- 4-6 timmar
- 1-3 timmar
- Mindre än 1 timme
- Sitter eller ligger mer än 12 timmar per dygn på grund av funktionsnedsättning

## Matvanor

### 21. Hur ofta äter du grönsaker, rotfrukter, frukter eller bär?

- 5 gånger per dag eller mer
- 3-4 gånger per dag
- 1-2 gånger per dag
- Mer sällan

## Rök- och snusvanor

### 22.a) Röker du?

- Nej → gå till fråga 23
- Ja, ibland
- Ja, dagligen

### b) Vill du sluta röka?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

### 23.a) Snusar du?

- Nej → gå till fråga 24
- Ja, ibland
- Ja, dagligen

### b) Vill du sluta snusa?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

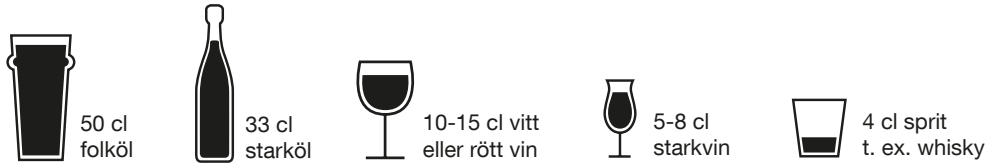
### 24. Har du någon gång använt hasch eller marijuana?

Flera alternativ kan anges.

- Nej
- Ja, för mer än 12 månader sedan
- Ja, under de senaste 12 månaderna
- Ja, under de senaste 30 dagarna

## Alkoholvanor

Med alkohol menas folköl, mellan-/starköl, alkoholstark cider, vin, starkvin och sprit. Besvara frågorna så noggrant och ärligt som möjligt. Med ett glas menas:



### 25. Hur ofta har du druckit alkohol under de senaste 12 månaderna?

- 4 gånger/vecka eller mer
- 2-3 gånger/vecka
- 2-4 gånger/månad
- 1 gång/månad eller mer sällan
- Aldrig → gå till fråga 29

### 26. Hur många "glas" (se exempel) dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?

- 1-2
- 3-4
- 5-6
- 7-9
- 10 eller fler
- Vet inte

### 27. Hur ofta dricker du sex "glas" eller fler vid samma tillfälle?

- Dagligen eller nästan varje dag
- Varje vecka
- Varje månad
- Mer sällan än en gång i månaden
- Aldrig

### 28. Vill du minska din alkoholkonsumtion?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

## Spelvanor

29. Har du någon gång under de senaste 12 månaderna spelat för mer än du verkligen har råd att förlora?

*Med spel menas till exempel trisslott, bingo, kasinospel, tips, spel på hästar eller liknande och spel om pengar över internet såsom poker eller vadslagning.*

- Nej  
 Ja

## Ekonomiska förhållanden

30. Skulle du/ditt hushåll inom en månad klara av att betala en oväntad utgift på 11 000 kronor utan att låna eller be om hjälp?

- Ja  
 Nej

31. Har det under de senaste 12 månaderna hänt att du haft svårigheter att klara de löpande utgifterna för mat, hyra, räkningar med mera?

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

32. Fanns det ekonomiska svårigheter i familjen under din uppväxt?

- Ja, under hela uppväxten  
 Ja, under en stor del av uppväxten  
 Ja, under en mindre del av uppväxten  
 Nej

33. Har det under de senaste 3 månaderna hänt att du tvingats begränsa eller avstå något av följande av ekonomiska skäl?

*Flera alternativ kan anges.*

- Ja, sjukvårdsbesök  
 Ja, läkemedelsuttag  
 Ja, tandvårdsbesök  
 Ja, glasögon  
 Ja, hörapparat  
 Nej, inte avstått något av ovanstående

## Trygghet och sociala relationer

34. Tycker du att man i allmänhet kan lita på de flesta människor?

- Ja  
 Nej

35. Har du någon du kan dela dina innersta känslor med och anförtro dig åt?

- Ja  
 Nej

36. Kan du få hjälp av någon/några personer om du har praktiska problem eller är sjuk?

*Till exempel få råd, låna saker, hjälp med matinköp, reparationer eller liknande.*

- Ja  
 Nej  
 Vet inte

37. Har du under de senaste 3 månaderna upplevt att någon behandlat dig på ett nedlåtande sätt?

- Nej  
 Ja, någon gång  
 Ja, flera gånger

38. Blev du nedlåtande behandlad under din uppväxt t.ex. i skolan eller i hemmet?

- Nej  
 Ja, ibland  
 Ja, ofta

39. Händer det att du avstår från att gå ut ensam av rädsla för att bli överfallen, rånad eller på annat sätt ofredad?

- Nej  
 Ja, ibland  
 Ja, ofta

40. a) Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för fysiskt våld?

- Nej → gå till fråga 41  
 Ja

b) Var skedde våldet?

*Flera alternativ kan anges.*

- På arbetsplatsen/i arbetet/i skolan  
 I hemmet  
 I annans bostad  
 I bostadsområdet  
 På allmän plats/på nöjesställe  
 På eller i anslutning till tåg, buss eller annat färdmedel  
 Någon annanstans

#### 41. Vilket förtroende har du för följande institutioner/politiker i samhället?

Sätt ett kryss på varje rad.

	Mycket stort	Ganska stort	Inte särskilt stort	Inget alls	Har ingen åsikt
Hälso- och sjukvården	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folktandvården	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äldreomsorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Barnomsorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Polisen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Socialtjänsten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbetsförmedlingen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Försäkringskassan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Riksdagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politikerna i ditt landsting/region	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politikerna i din kommun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### 42. Hur många timmar per vecka i genomsnitt lägger du ned på arbete i hemmet (som inte är yrkesarbete)?

Exempelvis sköta barn, vårda anhöriga, handla, laga mat, sköta ekonomin, tvätta, städa, underhålla bil, hus och trädgård.

- 0–2 timmar/vecka
- 3–10 timmar/vecka
- 11–20 timmar/vecka
- 21–30 timmar/vecka
- 31 timmar/vecka eller mer

#### 43. Upplever du att hemarbetet är betungande?

- Aldrig
- Sällan
- Ibland
- För det mesta
- Alltid

**44.** Här följer två påståenden som ger uttryck för social sammanhållning eller tillit till människor i det område där man bor.

**I vilken utsträckning stämmer följande påståenden in på det område där du bor?**  
Sätt ett kryss på varje rad.

	Stämmer mycket väl	Stämmer ganska väl	Stämmer inte särskilt väl	Stämmer inte alls
Man kan lita på människorna som bor i det här området.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I det här området kan man känna sig säker och trygg för att inte bli angripen eller utsatt för hot.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**45.** Har du under **de senaste 12 månaderna** regelbundet deltagit i aktiviteter tillsammans med andra?

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

- Ja  
 Nej

**46.** Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?

- Mycket nöjd  
 Ganska nöjd  
 Inte särskilt nöjd  
 Inte alls nöjd

**47.** Hur ser du på framtiden för din personliga del?

- Mycket optimistiskt  
 Ganska optimistiskt  
 Varken optimistiskt eller pessimistiskt  
 Ganska pessimistiskt  
 Mycket pessimistiskt



## Boende

### 48. Hur bor du?

- Egen villa/radhus
- Bostads-/andelsrätt
- Hyresrätt
- Inneboende, studentlägenhet/rum
- Annat

### 49. Vem/vilka bor du tillsammans med under större delen av veckan?

*Flera alternativ kan anges.*

- Ingen
- Föräldrar/syskon
- Make/maka/sambo/partner
- Barn under 18 år
- Barn 18 år eller äldre
- Andra vuxna

## Sexuell läggning

### 50. Hur definierar du din sexuella läggning?

- Heterosexuell
- Bisexuell
- Homosexuell
- Annat
- Jag vet inte

## Arbete och arbetsliv

### 51. Vilken är din nuvarande sysselsättning?

*Flera alternativ kan anges.*

- Arbetar som anställd
- Egen företagare
- Tjänstledig eller föräldraledig
- Studerar, praktiserar
- Arbetsmarknadsåtgärd
- Arbetslös
- Ålderspensionär
- Sjuk-/aktivitetsersättning (förtids-, sjukpensionerad)
- Långtidssjukskriven (mer än 3 månader)
- Annat



Hemvägen

Du som inte yrkesarbetar gå vidare till fråga 61.

**Frågor till dig som yrkesarbetar**  
(gäller även dig som är föräldraledig,  
tjänstledig eller sjukskriven).

**52. Vilken är din huvudsakliga anställningsform?**

- Fast/tillsvidareanställd  
 Tillfällig anställning (t.ex. projektanställning, vikariat, timanställning, provanställning)  
 Egen företagare

**53. Hur många timmar arbetar du i genomsnitt under en normal arbetsvecka?**

Ange hela antal timmar.

		timmar per vecka
--	--	------------------

**54. Hur trivs du med ditt nuvarande arbete?**

- Mycket bra  
 Ganska bra  
 Varken bra eller dåligt  
 Ganska dåligt  
 Mycket dåligt

**55. Är du orolig för att förlora ditt arbete inom det närmaste året?**

- Ja  
 Nej

**56. Hur ofta förekommer följande inslag i ditt arbete?**

**a) Jag är utsatt för buller**

(måste höja rösten vid samtal)

- Varje dag  
 Några dagar i veckan  
 Mera sällan  
 Aldrig

**b) Jag utför upprepade och ensidiga arbetsrörelser**

- Varje dag  
 Några dagar i veckan  
 Mera sällan  
 Aldrig

**57. Hur lång tid tar det vanligtvis att komma till arbetet från din bostad, enkel resa?**

- Mindre än 1 timme  
 1–2 timmar  
 Mer än 2 timmar

**58. a) Pendlar du till din arbetsplats?**

Med pendling menas att din arbetsplats ligger i en annan kommun än din hemort.

- Nej → gå till fråga 59  
 Ja

**b) Vilka är dina skäl för att pendla?**

Flera alternativ kan anges.

- Finns ingen möjlighet till försörjning på hemorten  
 Jag vill bo kvar på hemorten  
 Jag är utbildad för ett yrke jag vill arbeta med men som inte finns på hemorten  
 Jag har bättre betalt nu än vad jag skulle få om jag jobbade på hemorten  
 Jag har ett intressantare arbete nu än vad jag skulle ha om jag jobbade på hemorten  
 För att utbilda mig  
 Annat

**c) Innebär ditt arbete att du behöver övernatta på arbetsorten?**

- Nej  
 Ja, ibland  
 Ja, alltid

**59. Känner du att ditt arbete tar så mycket av din tid att det påverkar privatlivet negativt?**

- Ofta  
 Ibland  
 Sällan  
 Aldrig



**60. Har du varit sammanhängande sjukskriven 29 dagar eller längre de senaste 12 månaderna?**

*Flera alternativ kan anges.*

- Nej, har inte varit sammanhängande sjukskriven i 29 dagar eller längre
- Ja, för besvär från rygg, nacke, leder eller muskler
- Ja, för utbrändhet, utmattningsdepression, stress
- Ja, för andra psykiska problem (inklusive sömnproblem)
- Ja, för hjärt- kärlsjukdom, stroke
- Ja, för olycksfall, skada
- Ja, för annat

## Övriga frågor

**61. Vad tycker du om frågorna du har svarat på?**

- De flesta kändes betydelsefulla
- Några kändes betydelsefulla
- Knappt någon kändes betydelsefull

**62. Vad tycker du om språket i enkäten?**

- Det var lätt att förstå
- Varken lätt eller svårt att förstå
- Det var svårt att förstå

## Ett hjärtligt tack för din medverkan!

Det ifyllda formuläret skickar du tillbaka i det bifogade svarskuvertet.  
Du behöver inte använda frimärken.

Plats för dina kommentarer

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Kontakta oss gärna:**  
**Frågor om datainsamlingen**  
Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: support@enkätfabriken.se

**Frågor om undersökningens syfte**  
Region Uppsala; livohalsa@regionuppsala.se  
Landstinget Sörmland; livohalsa@dll.se  
Region Västmanland; livohalsa@regionvastmanland.se  
Landstinget i Värmland; livohalsa@liv.se  
Region Örebro län; livohalsa@regionorebrolan.se

70 år  
och äldre

# Liv & hälsa 2017

En undersökning om livsvillkor,  
levnadsvanor och hälsa  
Frågor för dig som är 70 år och äldre



## Hjälp oss 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:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

- Markera dina svar med kryss, så här:

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

### Kontakta oss gärna

Om du har frågor eller vill avregistrera dig från datainsamlingen är du välkommen att ringa till Enkätfabriken på telefonnummmer 020-12 10 28 eller skicka e-post till [support@enkatfabriken.se](mailto:support@enkatfabriken.se)

Om du har frågor om undersökningens syfte kan du skicka e-post till:

Region Uppsala

[livohalsa@regionuppsala.se](mailto:livohalsa@regionuppsala.se)

Landstinget Sörmland

[livohalsa@dll.se](mailto:livohalsa@dll.se)

Region Västmanland

[livohalsa@regionvastmanland.se](mailto:livohalsa@regionvastmanland.se)

Landstinget i Värmland

[livohalsa@liv.se](mailto:livohalsa@liv.se)

Region Örebro län

[livohalsa@regionorebrolan.se](mailto:livohalsa@regionorebrolan.se)

## Din hälsa

### 1. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?

- Mycket bra
- Bra
- Någorlunda
- Dåligt
- Mycket dåligt

### 2. Har du någon långvarig sjukdom, besvär efter olycksfall, någon nedsatt funktion eller annat långvarigt hälsoproblem?

- Nej
- Ja

### 3. Har du under de senaste 3 månaderna råkat ut för olycksfall som lett till att du sökt sjukvård eller tandvård?

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, flera gånger

### 4. Har du någon gång under de senaste 12 månaderna fallit omkull och skadat dig?

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, flera gånger

### 5. Har du något/några av följande diagnosticerade sjukdomar:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Diabetes typ 1?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diabetes typ 2?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Astma?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
KOL (Kroniskt Obstruktiv Lungsjukdom)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Högt blodtryck?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depression?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 6. Kryssa under varje rubrik bara i EN ruta som bäst beskriver din hälsa IDAG.

### a) Rörlighet

- Jag har inga svårigheter med att gå omkring
- Jag har lite svårigheter med att gå omkring
- Jag har måttliga svårigheter med att gå omkring
- Jag har stora svårigheter med att gå omkring
- Jag kan inte gå omkring

### b) Personlig vård

- Jag har inga svårigheter med att tvätta mig eller klä mig
- Jag har lite svårigheter med att tvätta mig eller klä mig
- Jag har måttliga svårigheter med att tvätta mig eller klä mig
- Jag har stora svårigheter med att tvätta mig eller klä mig
- Jag kan inte tvätta mig eller klä mig

### c) Vanliga aktiviteter

(t ex arbete, studier, hushållssysslor, familje- eller fritidsaktiviteter)

- Jag har inga svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter
- Jag har lite svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter
- Jag har måttliga svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter
- Jag har stora svårigheter med att utföra mina vanliga aktiviteter
- Jag kan inte utföra mina vanliga aktiviteter

### d) Smärtor / besvär

- Jag har varken smärtor eller besvär
- Jag har lätta smärtor eller besvär
- Jag har måttliga smärtor eller besvär
- Jag har svåra smärtor eller besvär
- Jag har extrema smärtor eller besvär

### e) Oro / nedstämdhet

- Jag är varken orolig eller nedstämd
- Jag är lite orolig eller nedstämd
- Jag är ganska orolig eller nedstämd
- Jag är mycket orolig eller nedstämd
- Jag är extremt orolig eller nedstämd

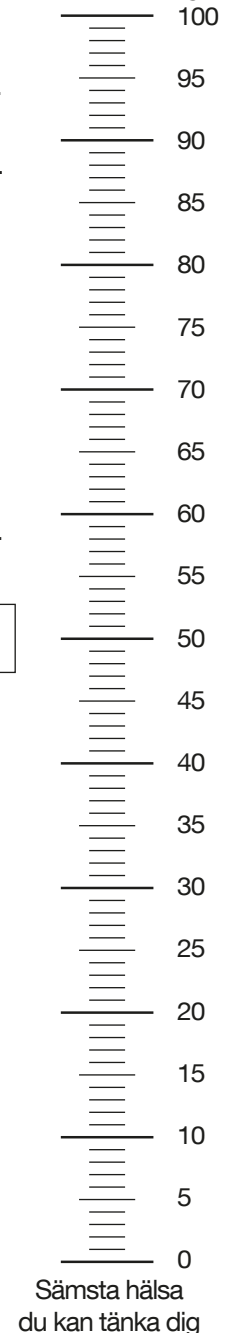
## 7.

Bästa hälsa  
du kan tänka dig

- Vi vill veta hur bra eller dålig din hälsa är IDAG.
- Den här skalan är numrerad från 0 till 100.
- 100 är den bästa hälsa du kan tänka dig. 0 är den sämsta hälsa du kan tänka dig.
- Sätt ett X på skalan för att visa hur din hälsa är IDAG.
- Skriv nu i rutan nedan det nummer du har markerat på skalan.

DIN HÄLSA  
IDAG:

--	--	--



**8. Har du något/några av följande besvär eller symtom:**

Sätt ett kryss på varje rad.

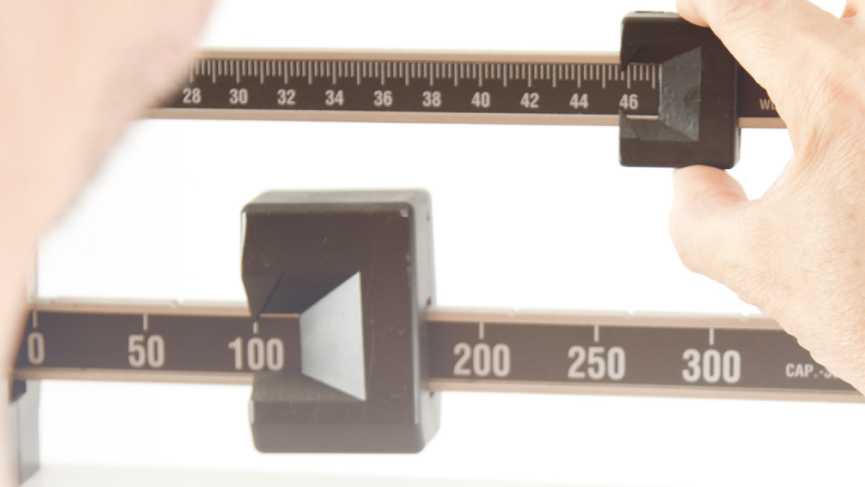
	Nej	Ja, lätta besvär	Ja, svåra besvär
Värk i skuldror, nacke eller axlar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ryggsmärter, ryggvärk, höftsmärter eller ischias?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Värk eller smärter i händer, armbågar, ben eller knän?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Huvudvärk eller migrän?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nedstämdhet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ängslan, oro eller ångest?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trötthet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sömnsvårigheter?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eksem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Svårläkta sår?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öronsus (tinnitus)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hörselnedsättning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Synnedsättning som inte kan korrigeras med glasögon/linser?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inkontinens (urinläckage)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Återkommande mag-/tarmbesvär?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**9. Var vänlig markera för varje påstående vad som är närmast hur du har känt under de senaste 2 veckorna.**

Sätt ett kryss på varje rad.

	Hela tiden	Mestadels	Mer än halva tiden	Mindre än halva tiden	Ibland	Aldrig
Jag har känt mig glad och på gott humör.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig lugn och avslappnad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig aktiv och kraftfull.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig pigg och utvilad när jag vaknat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mitt vardagsliv har varit fyllt av sådant som intresserar mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**10. Hur lång är du?**

Svara i hela centimeter.

--	--	--

 cm**11. Hur mycket väger du?**

Svara i hela kilo.

--	--	--

 kg**12. a) Vill du förändra din vikt?**

- Nej → gå till fråga 13  
 Ja, jag vill gå ner i vikt  
 Ja, jag vill gå upp i vikt

**b) Om du vill förändra din vikt, tror du att du kan klara det själv?**

- Ja  
 Nej, jag behöver stöd



## Din tandhälsa

### 13. Hur tycker du att din tandhälsa är?

- Mycket bra
- Ganska bra
- Varken bra eller dålig
- Ganska dålig
- Mycket dålig

### 14. När var du senast hos tandläkare/tandhygienist?

- För mindre än ett år sedan
- För ett till två år sedan
- För tre till fem år sedan
- För mer än fem år sedan
- Har aldrig varit hos tandläkare/tandhygienist
- Vet inte/kommer inte ihåg

### 15. När det gäller dina tänder, har du:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Egna tänder?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Implantat?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avtagbar protes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 16. Har du något/några av följande besvär:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Karies (hål i tänderna)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Blödande tandkött?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tandlossning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tuggsvårigheter?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känsliga tandhalsar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tandgnissling/-pressning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muntorrhet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Blåsor i munnen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Dina kontakter med vården

17. a) Har du under de senaste 3 månaderna besökt vårdcentral eller motsvarande för egna besvär eller sjukdom?

- Nej → gå till fråga 18  
 Ja

b) Vid ditt/dina besök på vårdcentral eller motsvarande, diskuterade ni:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Matvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motionsvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rökvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snusvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. a) Har du under de senaste 3 månaderna besökt sjukhus för egna besvär eller sjukdom?

- Nej → gå till fråga 19  
 Ja

b) Vid ditt/dina besök på sjukhus diskuterade ni:

Sätt ett kryss på varje rad.

	Nej	Ja
Matvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motionsvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rökvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snusvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoholvanor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

19. a) Använder du några receptbelagda läkemedel?

- Nej → gå till fråga 20  
 Ja

b) Hur många olika sorters receptbelagda läkemedel använder du?

- 1-4 stycken  
 5-9 stycken  
 10 stycken eller fler

## Fysisk aktivitet

Om din aktivitet varierar under året, försök ta något slags genomsnitt. Fråga 20 handlar om regelbunden motion och träningsaktiviteter. Fråga 21 handlar om måttligt ansträngande fysisk aktivitet som får dig att andas något kraftigare än normalt.

### 20. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt fysisk träning som får dig att bli andfådd, till exempel löpning, motionsgymnastik eller bollsport?

- 0 minuter/ingen tid
- Mindre än 30 minuter
- 30-59 minuter (0,5-1 timme)
- 60-89 minuter (1-1,5 timmar)
- 90-119 minuter (1,5-2 timmar)
- 2 timmar eller mer

### 21. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt vardagsaktiviteter, till exempel promenader, cykling eller trädgårdsarbete?

Räkna samman all tid (minst 10 minuter åt gången).

- 0 minuter/ingen tid
- Mindre än 30 minuter
- 30-59 minuter (0,5-1 timme)
- 60-89 minuter (1-1,5 timmar)
- 90-149 minuter (1,5-2,5 timmar)
- 150-299 minuter (2,5-5 timmar)
- 5 timmar eller mer

### 22. Hur mycket sitter du under ett normalt dygn?

- Mer än 12 timmar
- 10-12 timmar
- 7-9 timmar
- 4-6 timmar
- 1-3 timmar
- Mindre än 1 timme
- Sitter eller ligger mer än 12 timmar per dygn på grund av funktionsnedsättning

## Matvanor

### 23. Hur ofta äter du frukost, lunch, middag och kvällsmål?

Sätt ett kryss på varje rad.

	Dagligen eller i stort sett dagligen	Någon eller några gånger i veckan	Sällan eller aldrig
Frukost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lunch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Middag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kvällsmål	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 24. Hur ofta äter du grönsaker, rotfrukter, frukter eller bär?

- 5 gånger per dag eller mer
- 3–4 gånger per dag
- 1–2 gånger per dag
- Mer sällan

### 25. Har du god aptit?

- Alltid
- Ofta
- Sällan
- Aldrig



## Rök- och snusvanor

### 26. a) Röker du?

- Nej → gå till fråga 27
- Ja, ibland
- Ja, dagligen

### b) Vill du sluta röka?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

### 27. a) Snusar du?

- Nej → gå till fråga 28
- Ja, ibland
- Ja, dagligen

### b) Vill du sluta snusa?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej



## Alkoholvanor

Med alkohol menas folköl, mellan-/starköl, alkoholstark cider, vin, starkvin och sprit. Besvara frågorna så noggrant och ärligt som möjligt. Med ett glas menas:



50 cl  
folköl



33 cl  
starköl



10-15 cl vitt  
eller rött vin



5-8 cl  
starkvin



4 cl sprit  
t. ex. whisky

### 28. Hur ofta har du druckit alkohol under de senaste 12 månaderna?

- 4 gånger/vecka eller mer
- 2-3 gånger/vecka
- 2-4 gånger/månad
- 1 gång/månad eller mer sällan
- Aldrig → gå till fråga 32

### 29. Hur många "glas" (se exempel) dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?

- 1-2
- 3-4
- 5-6
- 7-9
- 10 eller fler
- Vet inte

### 30. Hur ofta dricker du sex "glas" eller fler vid samma tillfälle?

- Dagligen eller nästan varje dag
- Varje vecka
- Varje månad
- Mer sällan än en gång i månaden
- Aldrig

### 31. Vill du minska din alkoholkonsumtion?

- Ja, och jag tror att jag kan klara det själv
- Ja, men jag behöver stöd
- Nej

## Spelvanor

**32. Har du någon gång under de senaste 12 månaderna spelat för mer än du verkligen har råd att förlora?**

*Med spel menas till exempel trisslott, bingolotto, kasinospel, tips, spel på hästar eller liknande och spel om pengar över internet såsom poker eller vadslagning.*

- Nej  
 Ja

## Ekonomiska förhållanden

**33. Skulle du/ditt hushåll inom en månad klara av att betala en oväntad utgift på 11 000 kronor utan att låna eller be om hjälp?**

- Ja  
 Nej

**34. Har det under de senaste 12 månaderna hänt att du haft svårigheter att klara de löpande utgifterna för mat, hyra, räkningar med mera?**

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

**35. Har det under de senaste 3 månaderna hänt att du tvingats begränsa eller avstå något av följande på grund av ekonomiska skäl?**

*Flera alternativ kan anges.*

- Ja, sjukvårdsbesök  
 Ja, läkemedelsuttag  
 Ja, tandvårdsbesök  
 Ja, hemtjänst  
 Ja, glasögon  
 Ja, hörapparat  
 Nej, inte avstått något av ovanstående

## Trygghet och sociala relationer

**36. Har du någon du kan dela dina innersta känslor med och anförtra dig åt?**

- Ja
  - Nej
- 

**37. Kan du få hjälp av någon/några personer om du har praktiska problem eller är sjuk?**

*Till exempel få råd, låna saker, hjälp med matinköp, reparationer eller liknande.*

- Ja
  - Nej
  - Vet inte
- 

**38. Får du hjälp av någon för att klara din vardag?**

*Flera alternativ kan anges.*

- Nej
  - Nej, men jag skulle behöva
  - Ja, från anhörig/nära vän/annan
  - Ja, från hemtjänst eller motsvarande
  - Ja, från hemsjukvård
  - Ja, från privat utförare
  - Ja, från frivilligorganisation
- 

**39. Har du omvårdnad av någon anhörig eller vän som är långvarigt sjuk eller har andra nedsatta funktioner?**

- Nej
  - Ja
- 

**40. Hur ofta har du kontakt med barn, barnbarn, syskon, andra släktingar eller vänner?**

- Dagligen
- Flera gånger i veckan
- Någon gång i veckan
- Någon/några gånger i månaden
- Mer sällan eller aldrig



**41. Hur ofta händer det att du besväras av ensamhet?**

- Dagligen
  - Flera gånger i veckan
  - Någon gång i veckan
  - Någon/några gånger i månaden
  - Mer sällan eller aldrig
- 

**42. Har du under de senaste 3 månaderna upplevt att någon behandlat dig på ett nedlåtande sätt?**

- Nej
  - Ja, någon gång
  - Ja, flera gånger
- 

**43. Händer det att du avstår från att gå ut ensam av rädsla för att bli överfallen, rånad eller på annat sätt ofredad?**

- Nej
  - Ja, ibland
  - Ja, ofta
- 

**44. a) Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för fysiskt våld?**

- Nej → gå till fråga 45
- Ja

**b) Var skedde våldet?**

*Flera alternativ kan anges.*

- På arbetsplatsen/i arbetet
- I hemmet
- I annans bostad
- I bostadsområdet
- På allmän plats/på nöjesställe
- På eller i anslutning till tåg, buss eller annat färdmedel
- Någon annanstans

#### 45. Vilket förtroende har du för följande institutioner/politiker i samhället?

Sätt ett kryss på varje rad.

	Mycket stort	Ganska stort	Inte särskilt stort	Inget alls	Har ingen åsikt
Hälso- och sjukvården	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folktandvården	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äldreomsorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Polisen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Socialtjänsten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Försäkringskassan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Riksdagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politikerna i ditt landsting/region	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politikerna i din kommun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### 46. Tycker du att man i allmänhet kan lita på de flesta människor?

- Ja  
 Nej

#### 47. Här följer två påståenden som ger uttryck för social sammanhållning eller tillit till människor i det område där man bor.

**I vilken utsträckning stämmer följande påståenden in på det område där du bor?**

Sätt ett kryss på varje rad.

	Stämmer mycket väl	Stämmer ganska väl	Stämmer inte särskilt väl	Stämmer inte alls
Man kan lita på människorna som bor i det här området.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I det här området kan man känna sig säker och trygg för att inte bli angripen eller utsatt för hot.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**48. Har du under de senaste 12 månaderna regelbundet deltagit i aktiviteter tillsammans med andra?**

*Exempelvis sport, musik/teater, studiecirkel, religiös sammankomst, sångkör, politisk-/ideologisk förening, pensionärsförening eller annan föreningsverksamhet.*

- Ja  
 Nej

**49. Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?**

- Mycket nöjd  
 Ganska nöjd  
 Inte särskilt nöjd  
 Inte alls nöjd

## Boende

**50. Hur bor du?**

- Egen villa/radhus  
 Bostads-/andelsrätt  
 Hyresrätt  
 Särskilt boende (t.ex. servicelägenhet, äldreboende, sjukhem eller gruppboende)  
 Annat

**51. Vem/vilka bor du tillsammans med under större delen av veckan?**

*Flera alternativ kan anges.*

- Ingen  
 Syskon  
 Make/maka/sambo/partner  
 Andra vuxna  
 Barn

**52. Var bor du?**

- På landsbygd  
 I tätbebyggt samhälle/mindre stad  
 I en större stad

## Övriga frågor

### 53. Vad tycker du om frågorna du har svarat på?

- De flesta kändes betydelsefulla
- Några kändes betydelsefulla
- Knappt någon kändes betydelsefull

### 54. Vad tycker du om språket i enkäten?

- Det var lätt att förstå
- Varken lätt eller svårt att förstå
- Det var svårt att förstå

### 55. Har du fyllt i enkäten själv?

- Ja
- Nej, jag har fått hjälp





**Kontakta oss gärna:**  
**Frågor om datainsamlingen**  
Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: support@enkätfabriken.se

**Frågor om undersökningens syfte**  
Region Uppsala; livohalsa@regionuppsala.se  
Landstinget Sörmland; livohalsa@dll.se  
Region Västmanland; livohalsa@regionvastmanland.se  
Landstinget i Värmland; livohalsa@liv.se  
Region Örebro län; livohalsa@regionorebrolan.se



# Liv & hälsa 2017

En undersökning om livsvillkor,  
levnadsvanor och hälsa



# Liv & hälsa 2017

## 1. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?

- Mycket bra  
 Bra  
 Någorlunda  
 Dåligt  
 Mycket dåligt

## 2. Har du något/några av följande besvär eller symtom: ängslan, oro eller ångest?

- Nej  
 Ja, lätta besvär  
 Ja, svåra besvär

## 3. Hur tycker du att din tandhälsa är?

- Mycket bra  
 Ganska bra  
 Varken bra eller dålig  
 Ganska dålig  
 Mycket dålig

## 4. Hur lång är du?

Svara i hela centimeter.

				cm
--	--	--	--	----

## 5. Hur mycket väger du?

Svara i hela kilo. Om du är gravid ange hur mycket du brukar väga.

				kg
--	--	--	--	----

Om din aktivitet varierar under året, försök ta något slags genomsnitt. Fråga 6 handlar om regelbunden motion och träningsaktiviteter. Fråga 7 handlar om måttligt ansträngande fysisk aktivitet som får dig att andas något kraftigare än normalt.

## 6. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt fysisk träning som får dig att bli andfådd, till exempel löpning, motionsgymnastik eller bollsport?

- 0 minuter/ingen tid  
 Mindre än 30 minuter  
 30-59 minuter (0,5-1 timme)  
 60-89 minuter (1-1,5 timmar)  
 90-119 minuter (1,5-2 timmar)  
 2 timmar eller mer

## 7. Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt vardagsaktiviteter, till exempel promenader, cykling eller trädgårdsarbete?

Räkna samman all tid (minst 10 minuter åt gången).

- 0 minuter/ingen tid  
 Mindre än 30 minuter  
 30-59 minuter (0,5-1 timme)  
 60-89 minuter (1-1,5 timmar)  
 90-149 minuter (1,5-2,5 timmar)  
 150-299 minuter (2,5-5 timmar)  
 5 timmar eller mer

## 8. Röker du?

- Nej  
 Ja, ibland  
 Ja, dagligen



**9. Hur ofta har du druckit alkohol under de senaste 12 månaderna?**

- 4 gånger/vecka eller mer
- 2-3 gånger/vecka
- 2-4 gånger/månad
- 1 gång/månad eller mer sällan
- Aldrig → gå till fråga 12

**10. Hur många "glas" (se exempel) dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?**

- 1-2
- 3-4
- 5-6
- 7-9
- 10 eller fler
- Vet inte

**11. Hur ofta dricker du sex "glas" eller fler vid samma tillfälle?**

- Dagligen eller nästan varje dag
- Varje vecka
- Varje månad
- Mer sällan än en gång i månaden
- Aldrig

**12. Har det under de senaste 12 månaderna hänt att du haft svårigheter att klara de löpande utgifterna för mat, hyra, räkningar med mera?**

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

**13. Tycker du att man i allmänhet kan lita på de flesta människor?**

- Ja
- Nej

**14. Har du under de senaste 3 månaderna upplevt att någon behandlat dig på ett nedlåtande sätt?**

- Nej
- Ja, någon gång
- Ja, flera gånger

**15. Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?**

- Mycket nöjd
- Ganska nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Inte alls nöjd

Med alkohol menas folköl, mellan-/starköl, alkoholstark cider, vin, starkvin och sprit. Besvara frågorna så noggrant och ärligt som möjligt. Med ett glas menas:



## Ett hjärtligt tack för din medverkan!

Det ifyllda formuläret skickar du tillbaka i det bifogade svarskuvertet.  
Du behöver inte använda frimärken.

### Plats för dina kommentarer

---

---

---

---

**Kontakta oss gärna:**  
**Frågor om datainsamlingen**  
Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: [support@enkätfabriken.se](mailto:support@enkätfabriken.se)

**Frågor om undersökningens syfte**  
Region Uppsala; [livohalsa@regionuppsala.se](mailto:livohalsa@regionuppsala.se)  
Landstinget Sörmland; [livohalsa@dll.se](mailto:livohalsa@dll.se)  
Region Västmanland; [livohalsa@regionvastmanland.se](mailto:livohalsa@regionvastmanland.se)  
Landstinget i Värmland; [livohalsa@liv.se](mailto:livohalsa@liv.se)  
Region Örebro län; [livohalsa@regionorebrolan.se](mailto:livohalsa@regionorebrolan.se)





**Liv & hälsa** **Enkätfabriken**  
Jutahusgatan 8  
222 29 LUND

**B**





Löpnummer:

# Liv & hälsa 2017

## Hej!

Inom ett par veckor kommer du att få ett brev med en förfrågan om att fylla i enkäten "Liv & hälsa". Enkäten handlar bland annat om livsvillkor, levnadsvanor och hälsa.

Undersökningen genomförs av Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland och Region Örebro län. Statistiska centralbyrån (SCB) har hand om urvalsdragning och utskick, medan Enkätfabriken ansvarar för insamling, registrering och sammanställning av svar samt svarar på eventuella frågor i samband med undersökningen.

Vi hoppas att du vill svara på frågorna. Då bidrar du till att de som fattar beslut får ett bra underlag i frågor som gäller din och andras hälsa.

Det är frivilligt att delta och om du inte vill delta så kan du höra av dig till Enkätfabriken för att inte få påminnelser om undersökningen. Kontaktuppgifter finner du längst ner på nästa sida.

Du som redan i dag vill svara på frågorna kan göra det via webben.

Med vänlig hälsning

Staffan Isling  
Regiondirektör, Region Uppsala

Jan Grönlund  
Landstingsdirektör, Landstinget Sörmland

Anders Åhlund  
Regiondirektör, Region Västmanland

Gunilla Andersson  
Landstingsdirektör, Landstinget i Värmland

Rickard Simonsson  
Regiondirektör, Region Örebro län

Anu Molarius  
Docent, Region Västmanland

## Gör så här om du svarar på webben

Gå in på [www.enkatfabriken.se/livohalsa](http://www.enkatfabriken.se/livohalsa)  
Logga in med användarnamn och lösenord.

På webben finns frågorna även på engelska.

Användarnamn:

Lösenord:

## Talande webb

Om du vill få frågorna upplästa så kan du inne i webbenkäten klicka på knappen lyssna. Knappen finns över varje fråga i webbenkäten.

## Hur lämnade uppgifter används

Uppgifterna används framförallt till att ta fram aktuell statistik om befolkningens livsvillkor, levnadsvanor, hälsa och vårdkontakter. Undersökningens resultat kommer att redovisas i sammanställd form till allmänheten och beslutsfattare.

För att inte fråga mer än nödvändigt kommer dina svar att kompletteras med uppgifter som redan finns på Statistiska centralbyrån (SCB). Det är uppgifter om kön, ålder, civilstånd, födelse- och uppfödelse-land (i grupper), föräldrars yrke, inkomst, bidrag, sjukpenning, sjuk- eller aktivitetsersättning och ålderspension.

Efter avslutad bearbetning hos SCB överlämnas oidentifierade uppgifter till Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken. Undersökningens material kan även komma att lämnas ut av landstingen/regionerna för ett forskningsprojekt som syftar till en god och jämlik hälsa. Forskningshuvudman är Region Västmanland och ansvarig forskare docent Anu Molarius (telefon: 021-17 45 83, e-post: [anu.molarius@regionvastmanland.se](mailto:anu.molarius@regionvastmanland.se)). Utlämnande av data sker restriktivt och efter särskild prövning.

## Skydd av lämnade uppgifter

Det kommer inte att framgå vad just du har svarat när undersökningens resultat redovisas. Numret högst upp på enkätens framsida är till för att Enkätfabriken under insamlingen ska kunna se vilka som har svarat.

Uppgifterna som lämnas skyddas av statistiksekretess enligt 24 kap. 8 § offentlighets- och sekretesslagen (2009:400) hos medverkande landsting, regioner och vid SCB. De personer som arbetar med undersökningen omfattas av reglerna om handlingssekretess och tystnadsplikt. Sekretess gäller även hos Enkätfabriken. Regler för personuppgiftsbehandling finns även i personuppgiftslagen (1998:204) samt i lagen (2001:99) och förordningen (2001:100) om den officiella statistiken.

## Information om personuppgifter

SCB är personuppgiftsansvarig för den behandling av personuppgifter som SCB utför. Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken är personuppgiftsansvariga för den behandling av personuppgifter som de utför. Du har rätt att en gång per kalenderår få gratis information, i form av ett så kallat registerutdrag, om egna personuppgifter som hanteras av SCB i egenskap av personuppgiftsansvarig. En ansökan om registerutdrag måste vara skriftlig och undertecknad av den person som utdraget gäller. Om du skulle anse att SCB har behandlat dina personuppgifter på ett sätt som bryter mot personuppgiftslagen har du rätt att begära att få personuppgifterna korrigerade, blockerade eller raderade. SCB:s adress är: Statistiska centralbyrån, 701 89 Örebro. Du har samma rättigheter gentemot Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken.

## Resultat

Resultaten från undersökningen kommer bland annat att presenteras på webbsidor hos undersökningsansvariga landsting och regioner. Om du vill veta mer kan du redan nu finna resultat och rapporter från tidigare års undersökningar där.

## Frågor om undersökningens syfte

Region Uppsala; [livohalsa@region uppsala.se](mailto:livohalsa@region uppsala.se)  
Landstinget Sörmland; [livohalsa@dll.se](mailto:livohalsa@dll.se)  
Region Västmanland; [livohalsa@regionvastmanland.se](mailto:livohalsa@regionvastmanland.se)  
Landstinget i Värmland; [livohalsa@liv.se](mailto:livohalsa@liv.se)  
Region Örebro län; [livohalsa@regionorebrolan.se](mailto:livohalsa@regionorebrolan.se)



751 25 UPPSALA



611 88 NYKÖPING



721 89 VÄSTERÅS



651 82 KARLSTAD



701 16 ÖREBRO

**Kontakta oss gärna:**  
Frågor om datainsamlingen  
Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: [support@enkatfabriken.se](mailto:support@enkatfabriken.se)



Löpnummer:

# Liv & hälsa 2017

## Hej!

Hälsan ser olika ut i olika åldrar och förändras över tid. Ökar eller minskar olika hälsoproblem? Vilka är orsakerna till vår tids ohälsa? Frågorna är viktiga, exempelvis för att skapa förutsättningar för en god och jämlik hälsa i befolkningen och för att hälso- och sjukvården ska kunna bli så bra som möjligt.

"Liv & hälsa" är en stor folkhälsoundersökning som genomförts regelbundet sedan år 2000. Nu är det dags för 2017 års undersökning som är särskilt anpassad till din åldersgrupp. Vi hoppas att med din hjälp kunna tala om hur befolkningen i din region mår och hur hälsan har förändrats.

Du är en av 78 000 som har blivit slumpmässigt utvald från befolkningsregistret att delta. Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland och Region Örebro län ansvarar för undersökningen. Statistiska centralbyrån (SCB) har hand om urvalsdragning och utskick, medan Enkätfabriken ansvarar för insamling, registrering och sammanställning av svar samt svarar på eventuella frågor i samband med undersökningen. Om du redan har svarat via webben vill vi tacka så mycket för din medverkan och vi ber dig bortse från detta brev.

Vi hoppas att du vill svara på frågorna. Då bidrar du till att de som fattar beslut får ett bra underlag i frågor som gäller din och andras hälsa.

## Dina svar är viktiga

Din medverkan är betydelsefull, oavsett hur du mår och var du kommer ifrån. Det kommer inte att framgå vad just du har svarat när undersökningens resultat redovisas.

Du kan svara via webb- eller pappersenkät. Om du väljer att besvara pappersenkäten skickar du in den i det portofria svarskuvertet. Om du har svårigheter att fylla i enkäten själv så ta gärna hjälp av någon i din närhet.

Det är frivilligt att delta i undersökningen. Om du inte vill delta kan du höra av dig till Enkätfabriken för att inte få påminnelser om enkäten. Kontaktuppgifter finner du längst ner på nästa sida.

Med vänlig hälsning



Staffan Isling  
Regiondirektör, Region Uppsala



Jan Grönlund  
Landstingsdirektör, Landstinget Sörmland



Anders Åhlund  
Regiondirektör, Region Västmanland



Gunilla Andersson  
Landstingsdirektör, Landstinget i Värmland



Rickard Simonsson  
Regiondirektör, Region Örebro län



Anu Molarius  
Docent, Region Västmanland

## Gör så här om du svarar på webben

Gå in på [www.enkätfabriken.se/livohalsa](http://www.enkätfabriken.se/livohalsa)  
Logga in med användarnamn och lösenord.

På webben finns frågorna även på engelska.

Användarnamn:

Lösenord:

### Talande webb

Om du vill få frågorna upplästa så kan du inne i webbenkäten klicka på knappen lyssna. Knappen finns över varje fråga i webbenkäten.

### Hur lämnade uppgifter används

Uppgifterna används framförallt till att ta fram aktuell statistik om befolkningens livsvillkor, levnadsvanor, hälsa och vårdkontakter. Undersökningens resultat kommer att redovisas i sammanställd form till allmänheten och beslutsfattare.

För att inte fråga mer än nödvändigt kommer dina svar att kompletteras med uppgifter som redan finns på Statistiska centralbyrån (SCB). Det är uppgifter om kön, ålder, civilstånd, födelseland (i grupper), föräldrars födelseland (i grupper), medborgarskap (i grupper), invandringsår, boendeområde, utbildning, uppgifter om yrke, inkomst, bidrag, sjukpenning, sjuk- eller aktivitetsersättning och ålderspension.

Efter avslutad bearbetning hos SCB överlämnas avidentifierade uppgifter till Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken. Undersökningens material kan även komma att lämnas ut av landstingen/regionerna för ett forskningsprojekt som syftar till en god och jämlik hälsa. Forskningshuvudman är Region Västmanland och ansvarig forskare docent Anu Molarius (telefon: 021-17 45 83, e-post: anu.molarius@regionvastmanland.se). Utlämnande av data sker restriktivt och efter särskild prövning.

### Skydd av lämnade uppgifter

Det kommer inte att framgå vad just du har svarat när undersökningens resultat redovisas. Numret högst upp på enkätens framsida är till för att Enkätfabriken under insamlingen ska kunna se vilka som har svarat.

Uppgifterna som lämnas skyddas av statistiksekretess enligt 24 kap. 8 § offentlighets- och sekretesslagen (2009:400) hos medverkande landsting, regioner och vid SCB. De personer som arbetar med undersökningen omfattas av reglerna om handlingssekretess och tystnadsplikt. Sekretess gäller även hos Enkätfabriken. Regler för personuppgiftsbehandling finns även i personuppgiftslagen (1998:204) samt i lagen (2001:99) och förordningen (2001:100) om den officiella statistiken.

### Information om personuppgifter

SCB är personuppgiftsansvarig för den behandling av personuppgifter som SCB utför. Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken är personuppgiftsansvariga för den behandling av personuppgifter som de utför. Du har rätt att en gång per kalenderår få gratis information, i form av ett så kallat registerutdrag, om egna personuppgifter som hanteras av SCB i egenskap av personuppgiftsansvarig. En ansökan om registerutdrag måste vara skriftlig och undertecknad av den person som utdraget gäller. Om du skulle anse att SCB har behandlat dina personuppgifter på ett sätt som bryter mot personuppgiftslagen har du rätt att begära att få personuppgifterna korrigerade, blockerade eller raderade. SCB:s adress är: Statistiska centralbyrån, 701 89 Örebro. Du har samma rättigheter gentemot Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken.

### Resultat

Resultaten från undersökningen kommer bland annat att presenteras på webbsidor hos undersökningens ansvariga landsting och regioner. Om du vill veta mer kan du redan nu finna resultat och rapporter från tidigare års undersökningar där.

#### Kontakta oss gärna:

Frågor om datainsamlingen  
Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: support@enkätfabriken.se

#### Frågor om undersökningens syfte

Region Uppsala; livohalsa@region uppsala.se  
Landstinget Sörmland; livohalsa@dll.se  
Region Västmanland; livohalsa@regionvastmanland.se  
Landstinget i Värmland; livohalsa@liv.se  
Region Örebro län; livohalsa@regionorebrolan.se

# Liv & hälsa 2017

## Hej!

För en tid sedan skickade vi dig en enkät med rubriken "Liv & hälsa 2017". Frågorna i enkäten handlar bland annat om livsvillkor, levnadsvanor och hälsa och är särskilt anpassade till din åldersgrupp.

Om du redan har svarat vill vi tacka så mycket för din medverkan och vi ber dig bortse från detta brev.

### Vi behöver din hjälp

Syftet med Liv & hälsa är att ta reda på hur befolkningen i din region mår och hur hälsan ändras över tiden. Frågorna är viktiga, exempelvis för att skapa förutsättningar för en god och jämlik hälsa i befolkningen och för att hälso- och sjukvården ska kunna bli så bra som möjligt.

Du är en av 78 000 personer i åldern 18 år och äldre som har blivit slumpmässigt utvald från befolkningsregistret. Vi har inte noterat något svar från dig. Din medverkan är viktig och dina svar betydelsefulla för att resultatet ska bli så tillförlitligt som möjligt. Det kommer inte att framgå vad just du har svarat när undersökningens resultat redovisas.


Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland och Region Örebro län ansvarar för undersökningen. Statistiska centralbyrån (SCB) har hand om urvalsdragning och utskick, medan Enkätfabriken ansvarar för insamling, registrering och sammanställning av svar samt svarar på eventuella frågor i samband med undersökningen.

Du kan svara via webb- eller pappersenkät. Om du väljer att besvara pappersenkäten skickar du in den i det portofria svarskuvertet.

Om du har svårigheter att fylla i enkäten själv så ta gärna hjälp av någon i din närhet.

Det är frivilligt att delta i undersökningen. Om du inte vill delta kan du höra av dig till Enkätfabriken för att inte få påminnelser om enkäten. Kontaktppgifter finner du längst ner på nästa sida.

Med vänlig hälsning



Staffan Isling  
Regiondirektör, Region Uppsala



Jan Grönlund  
Landstingsdirektör, Landstinget Sörmland



Anders Åhlund  
Regiondirektör, Region Västmanland



Gunilla Andersson  
Landstingsdirektör, Landstinget i Värmland



Rickard Simonsson  
Regiondirektör, Region Örebro län



Anu Molarius  
Docent, Region Västmanland

## Gör så här om du svarar på webben

Gå in på [www.enkatfabriken.se/livohalsa](http://www.enkatfabriken.se/livohalsa)  
Logga in med användarnamn och lösenord.

På webben finns frågorna även på engelska.

Användarnamn:

Lösenord:

## Talande webb

Om du vill få frågorna upplästa så kan du inne i webbenkäten klicka på knappen lyssna. Knappen finns över varje fråga i webbenkäten.

## Hur lämnade uppgifter används

Uppgifterna används framförallt till att ta fram aktuell statistik om befolkningens livsvillkor, levnadsvanor, hälsa och vårdkontakter. Undersökningens resultat kommer att redovisas i sammanställd form till allmänheten och beslutsfattare.

För att inte fråga mer än nödvändigt kommer dina svar att kompletteras med uppgifter som redan finns på Statistiska centralbyrån (SCB). Det är uppgifter om kön, ålder, civilstånd, födelseland (i grupper), föräldrars födelseland (i grupper), medborgarskap (i grupper), invandringsår, boendeområde, utbildning, uppgifter om yrke, inkomst, bidrag, sjukpenning, sjuk- eller aktivitetsersättning och ålderspension.

Efter avslutad bearbetning hos SCB överlämnas oidentifierade uppgifter till Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken. Undersökningens material kan även komma att lämnas ut av landstingen/regionerna för ett forskningsprojekt som syftar till en god och jämlik hälsa. Forskningshuvudman är Region Västmanland och ansvarig forskare docent Anu Molarius (telefon: 021-17 45 83, e-post: anu.molarius@regionvastmanland.se). Utlämnande av data sker restriktivt och efter särskild prövning.

## Skydd av lämnade uppgifter

Det kommer inte att framgå vad just du har svarat när undersökningens resultat redovisas. Numret högst upp på enkätens framsida är till för att Enkätfabriken under insamlingen ska kunna se vilka som har svarat.

Uppgifterna som lämnas skyddas av statistiksekretess enligt 24 kap. 8 § offentlighets- och sekretesslagen (2009:400) hos medverkande landsting, regioner och vid SCB. De personer som arbetar med undersökningen omfattas av reglerna om handlingssekretess och tystnadsplikt. Sekretess gäller även hos Enkätfabriken. Regler för personuppgiftsbehandling finns även i personuppgiftslagen (1998:204) samt i lagen (2001:99) och förordningen (2001:100) om den officiella statistiken.

## Information om personuppgifter

SCB är personuppgiftsansvarig för den behandling av personuppgifter som SCB utför. Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken är personuppgiftsansvariga för den behandling av personuppgifter som de utför. Du har rätt att en gång per kalenderår få gratis information, i form av ett så kallat registerutdrag, om egna personuppgifter som hanteras av SCB i egenskap av personuppgiftsansvarig. En ansökan om registerutdrag måste vara skriftlig och undertecknad av den person som utdraget gäller. Om du skulle anse att SCB har behandlat dina personuppgifter på ett sätt som bryter mot personuppgiftslagen har du rätt att begära att få personuppgifterna korrigerade, blockerade eller raderade. SCB:s adress är: Statistiska centralbyrån, 701 89 Örebro. Du har samma rättigheter gentemot Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken.

## Resultat

Resultaten från undersökningen kommer bland annat att presenteras på webbsidor hos undersökningens ansvariga landsting och regioner. Om du vill veta mer kan du redan nu finna resultat och rapporter från tidigare års undersökningar där.

### Kontakta oss gärna:

#### Frågor om datainsamlingen

Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: support@enkätfabriken.se

#### Frågor om undersökningens syfte

Region Uppsala; livohalsa@region uppsala.se  
Landstinget Sörmland; livohalsa@dll.se  
Region Västmanland; livohalsa@regionvastmanland.se  
Landstinget i Värmland; livohalsa@liv.se  
Region Örebro län; livohalsa@regionorebrolan.se

Löpnummer:

# Liv & hälsa 2017

## Hej!

För en tid sedan skickade vi dig en enkät med rubriken "Liv & hälsa 2017". Om du redan har svarat vill vi tacka så mycket för din medverkan och vi ber dig bortse från detta brev.

### Alla svar är viktiga

Vi har tyvärr inte noterat något svar från dig. Kanske har du varit bortrest eller haft annat förhinder. Du erbjuds nu att delta i undersökningen genom en förkortad enkät med endast de viktigaste frågorna.

Syftet med undersökningen är att ta reda på hur befolkningen i din region mår och hur hälsan ändras över tid. Undersökningens resultat används för att ge underlag till dem som fattar beslut som rör din och andras hälsa.

Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland och Region Örebro län ansvarar för undersökningen. Statistiska centralbyrån (SCB) har hand om urvalsdragning och utskick, medan Enkätfabriken ansvarar för insamling, registrering och sammanställning av svar samt svarar på eventuella frågor i samband med undersökningen.

För att resultatet ska bli tillförlitligt är det viktigt att så många som möjligt svarar. Vi hoppas att du vill ta dig tid att delta och besvara frågorna.

Det är frivilligt att delta i undersökningen. Om du inte vill delta behöver du inte göra något, vi kommer inte att sända ut fler påminnelser.

Med vänlig hälsning

Staffan Isling  
Regiondirektör, Region Uppsala

Jan Grönlund  
Landstingsdirektör, Landstinget Sörmland

Anders Åhlund  
Regiondirektör, Region Västmanland

Gunilla Andersson  
Landstingsdirektör, Landstinget i Värmland

Rickard Simonsson  
Regiondirektör, Region Örebro län

Anu Molarius  
Docent, Region Västmanland

## Gör så här om du svarar på webben

Gå in på [www.enkatfabriken.se/livohalsa](http://www.enkatfabriken.se/livohalsa)  
Logga in med användarnamn och lösenord.

På webben finns frågorna även på engelska.

Användarnamn:

Lösenord:

## Talande webb

Om du vill få frågorna upplästa så kan du inne i webbenkäten klicka på knappen lyssna. Knappen finns över varje fråga i webbenkäten.

## Hur lämnade uppgifter används

Uppgifterna används framförallt till att ta fram aktuell statistik om befolkningens livsvillkor, levnadsvanor, hälsa och vårdkontakter. Undersökningens resultat kommer att redovisas i sammanställd form till allmänheten och beslutsfattare.

För att inte fråga mer än nödvändigt kommer dina svar att kompletteras med uppgifter som redan finns på Statistiska centralbyrån (SCB). Det är uppgifter om kön, ålder, civilstånd, födelseland (i grupper), föräldrars födelseland (i grupper), medborgarskap (i grupper), invandringsår, boendeområde, utbildning, uppgifter om yrke, inkomst, bidrag, sjukpenning, sjuk- eller aktivitetsersättning och ålderspension.

Efter avslutad bearbetning hos SCB överlämnas avidentifierade uppgifter till Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken. Undersökningens material kan även komma att lämnas ut av landstingen/regionerna för ett forskningsprojekt som syftar till en god och jämlik hälsa. Forskningshuvudman är Region Västmanland och ansvarig forskare docent Anu Molarius (telefon: 021-17 45 83, e-post: anu.molarius@regionvastmanland.se). Utlämnande av data sker restriktivt och efter särskild prövning.

## Skydd av lämnade uppgifter

Det kommer inte att framgå vad just du har svarat när undersökningens resultat redovisas. Numret högst upp på enkätens framsida är till för att Enkätfabriken under insamlingen ska kunna se vilka som har svarat.

Uppgifterna som lämnas skyddas av statistiksekretess enligt 24 kap. 8 § offentlighets- och sekretesslagen (2009:400) hos medverkande landsting, regioner och vid SCB. De personer som arbetar med undersökningen omfattas av reglerna om handlingssekretess och tystnadsplikt. Sekretess gäller även hos Enkätfabriken. Regler för personuppgiftsbehandling finns även i personuppgiftslagen (1998:204) samt i lagen (2001:99) och förordningen (2001:100) om den officiella statistiken.

## Information om personuppgifter

SCB är personuppgiftsansvarig för den behandling av personuppgifter som SCB utför. Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken är personuppgiftsansvariga för den behandling av personuppgifter som de utför. Du har rätt att en gång per kalenderår få gratis information, i form av ett så kallat registerutdrag, om egna personuppgifter som hanteras av SCB i egenskap av personuppgiftsansvarig. En ansökan om registerutdrag måste vara skriftlig och undertecknad av den person som utdraget gäller. Om du skulle anse att SCB har behandlat dina personuppgifter på ett sätt som bryter mot personuppgiftslagen har du rätt att begära att få personuppgifterna korrigerade, blockerade eller raderade. SCB:s adress är: Statistiska centralbyrån, 701 89 Örebro. Du har samma rättigheter gentemot Region Uppsala, Landstinget Sörmland, Region Västmanland, Landstinget i Värmland, Region Örebro län och Enkätfabriken.

## Resultat

Resultaten från undersökningen kommer bland annat att presenteras på webbsidor hos undersökningsansvariga landsting och regioner. Om du vill veta mer kan du redan nu finna resultat och rapporter från tidigare års undersökningar där.

### Kontakta oss gärna:

#### Frågor om datainsamlingen

Enkätfabriken tel. 020-12 10 28  
e-post: support@enkätfabriken.se

#### Frågor om undersökningens syfte

Region Uppsala; livohalsa@region uppsala.se  
Landstinget Sörmland; livohalsa@dll.se  
Region Västmanland; livohalsa@regionvastmanland.se  
Landstinget i Värmland; livohalsa@liv.se  
Region Örebro län; livohalsa@regionorebrolan.se



# Bilaga 9: Databaskorrigerering

Nedan följer de SPSS-syntax som körts på resultatdatabasen för korrigeringar, omkodningar samt framtagning av variabler.

\* -----

\* Fråga: AM904\_1-7

\* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts) och ta sen bort svar för de som svarat Nej på AM903.

\* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts) .

```
DO IF ( ~(MISSING(AM904_1) & MISSING(AM904_2) & MISSING(AM904_3) & MISSING(AM904_4) &
MISSING(AM904_5) & MISSING(AM904_6) & MISSING(AM904_7))).
```

```
RECODE AM904_1(MISSING=0).
```

```
RECODE AM904_2(MISSING=0).
```

```
RECODE AM904_3(MISSING=0).
```

```
RECODE AM904_4(MISSING=0).
```

```
RECODE AM904_5(MISSING=0).
```

```
RECODE AM904_6(MISSING=0).
```

```
RECODE AM904_7(MISSING=0).
```

```
END IF.
```

\* Ta bort svar för de som svarat Nej på AM903.

```
DO IF (AM903 = 1).
```

```
RECODE AM904_1(ELSE=SYSMIS).
```

```
RECODE AM904_2(ELSE=SYSMIS).
```

```
RECODE AM904_3(ELSE=SYSMIS).
```

```
RECODE AM904_4(ELSE=SYSMIS).
```

```
RECODE AM904_5(ELSE=SYSMIS).
```

```
RECODE AM904_6(ELSE=SYSMIS).
```

```
RECODE AM904_7(ELSE=SYSMIS).
```

```
END IF.
```

```
EXECUTE.
```

\* -----

\* Fråga: AM907\_1-7

\* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts) och ta sen bort svar för de som svarat Nej på AM903.

```
DO IF ( ~(MISSING(AM907_1) & MISSING(AM907_2) & MISSING(AM907_3) & MISSING(AM907_4) &
MISSING(AM907_5) & MISSING(AM907_6) & MISSING(AM907_7))).
```

```
RECODE AM907_1(MISSING=0).
```

```
RECODE AM907_2(MISSING=0).
```

```
RECODE AM907_3(MISSING=0).
```

```
RECODE AM907_4(MISSING=0).
```

```
RECODE AM907_5(MISSING=0).
```

```
RECODE AM907_6(MISSING=0).
```

```
RECODE AM907_7(MISSING=0).
```

```
END IF.
```

```

* -----
* Fråga: BA013_1-6
* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts).

DO IF ( ~(MISSING(BA013_1) & MISSING(BA013_2) & MISSING(BA013_3) & MISSING(BA013_4) &
MISSING(BA013_5) & MISSING(BA013_6))).
RECODE BA013_1(MISSING=0).
RECODE BA013_2(MISSING=0).
RECODE BA013_3(MISSING=0).
RECODE BA013_4(MISSING=0).
RECODE BA013_5(MISSING=0).
RECODE BA013_6(MISSING=0).
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: LV053b
* Ta bort svar för de som svarat Nej på LV053.
DO IF (LV053 = 1).
RECODE LV053b(ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: LV055b
* Ta bort svar för de som svarat Nej på LV055.
DO IF (LV055 = 1).
RECODE LV055b(ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: S0003-S0007
* Ta bort svar för de som har NA på S0002 och "Inte vald" på alla S0003-S0007. Gör om NA till Inte vald
(endast om någon av alternativen har valts) och ta sen bort svar för de som svarat Nej på S0002.

* Ta bort svar för de som har NA på S0002 och "Inte vald" på alla S0003-S0007.
DO IF (MISSING(S0002) & S0003 = 0 & S0004 = 0 & S0005a = 0 & S0005b = 0 & S0006a = 0 & S0006b = 0 & S0007 = 0).
RECODE S0003(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0004(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0005a(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0005b(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0006a(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0006b(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0007(ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.

* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts) .
DO IF ( ~(MISSING(S0003) & MISSING(S0004) & MISSING(S0005a) & MISSING(S0005b) &
MISSING(S0006a) & MISSING(S0006b) & MISSING(S0007))).

```

```
RECODE S0003(MISSING=0).
RECODE S0004(MISSING=0).
RECODE S0005a(MISSING=0).
RECODE S0005b(MISSING=0).
RECODE S0006a(MISSING=0).
RECODE S0006b(MISSING=0).
RECODE S0007(MISSING=0).
END IF.
EXECUTE.
```

\* Ta bort svar för de som svarat Nej på S0002.

```
DO IF (S0002 = 1).
RECODE S0003(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0004(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0005a(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0005b(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0006a(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0006b(ELSE=SYSMIS).
RECODE S0007(ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.
```

\* -----

\* Fråga: LV017\_1-4

\* Ta bort svar för de som har "Inte vald" på alla LV017\_1-4. Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts).

```
* Ta bort svar för de som har "Inte vald" på alla LV017_1-4.
DO IF (LV017_1 = 0 & LV017_2 = 0 & LV017_3 = 0 & LV017_4 = 0).
RECODE LV017_1(ELSE=SYSMIS).
RECODE LV017_2(ELSE=SYSMIS).
RECODE LV017_3(ELSE=SYSMIS).
RECODE LV017_4(ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.
```

\* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts) .

```
DO IF ( ~(MISSING(LV017_1) & MISSING(LV017_2) & MISSING(LV017_3) & MISSING(LV017_4)) ).
RECODE LV017_1(MISSING=0).
RECODE LV017_2(MISSING=0).
RECODE LV017_3(MISSING=0).
RECODE LV017_4(MISSING=0).
END IF.
EXECUTE.
```

\* -----

\* Fråga: BA903\_1-9

\* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts).

```
DO IF ( ~(MISSING(BA903_1) & MISSING(BA903_2) & MISSING(BA903_3) & MISSING(BA903_4) &
MISSING(BA903_5) & MISSING(BA903_6) & MISSING(BA903_7) & MISSING(BA903_8) & MISSING(BA903_9) & MISSING(-
BA903_10)) ).
RECODE BA903_1(MISSING=0).
```

```
RECODE BA903_2(MISSING=0).
RECODE BA903_3(MISSING=0).
RECODE BA903_4(MISSING=0).
RECODE BA903_5(MISSING=0).
RECODE BA903_6(MISSING=0).
RECODE BA903_7(MISSING=0).
RECODE BA903_8(MISSING=0).
RECODE BA903_9(MISSING=0).
RECODE BA903_10(MISSING=0).
END IF.
EXECUTE.
```

```
* -----
* Fråga: HA027c
* Ta bort svar för de som svarat Nej på HA027.
DO IF (HA027 = 1).
RECODE HA027c(ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.
```

```
* -----
* Fråga: EK902_a-g
* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts).
DO IF ( ~(MISSING(EK902a) & MISSING(EK902b) & MISSING(EK902c) & MISSING(EK902d) & MISSING(EK902e) &
MISSING(EK902f) & MISSING(EK902g)) ).
RECODE EK902a(MISSING=0).
RECODE EK902b(MISSING=0).
RECODE EK902c(MISSING=0).
RECODE EK902d(MISSING=0).
RECODE EK902e(MISSING=0).
RECODE EK902f(MISSING=0).
RECODE EK902g(MISSING=0).
END IF.
EXECUTE.
```

```
* -----
* Fråga: S0901_a-g
* Gör om NA till Inte vald (endast om någon av alternativen har valts).
DO IF ( ~(MISSING(S0901a) & MISSING(S0901b) & MISSING(S0901c) & MISSING(S0901d) & MISSING(S0901e) &
MISSING(S0901f) & MISSING(S0901g)) ).
RECODE S0901a(MISSING=0).
RECODE S0901b(MISSING=0).
RECODE S0901c(MISSING=0).
RECODE S0901d(MISSING=0).
RECODE S0901e(MISSING=0).
RECODE S0901f(MISSING=0).
RECODE S0901g(MISSING=0).
END IF.
EXECUTE.
```

```
* -----  
* Fråga: HS902a-e  
* Ta bort svar för de som svarat Nej på HS901.
```

```
DO IF (HS901 = 1).  
RECODE HS902a(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS902b(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS902c(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS902d(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS902e(ELSE=SYSMIS).  
END IF.  
EXECUTE.
```

```
* -----  
* Fråga: HS904a-e  
* Ta bort svar för de som svarat Nej på HS903.
```

```
DO IF (HS903 = 1).  
RECODE HS904a(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS904b(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS904c(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS904d(ELSE=SYSMIS).  
RECODE HS904e(ELSE=SYSMIS).  
END IF.  
EXECUTE.
```

```
* -----  
* Fråga: BMI  
*Beräkna BMI om vikt >=30 kg & <200 kg samt längd >100 cm & <250 cm.
```

```
IF (F10 > 100 & F10 < 250 & F11 >= 30 & F11 < 200) BMI=F11 / (F10/100)**2.  
EXECUTE.
```

```
* -----  
* Fråga: OverviktFetma  
* Ja (2) för BMI >= 25.  
RECODE BMI (MISSING=SYSMIS) (25 thru Highest=2) (ELSE=1) INTO OverviktFetma.  
VARIABLE LABELS OverviktFetma 'Övervikt+Fetma (BMI>=25)'.  
EXECUTE.
```

```
* -----  
* Fråga: Fetma  
* Ja (2) för BMI >= 30.  
RECODE BMI (MISSING=SYSMIS) (30 thru Highest=2) (ELSE=1) INTO Fetma.  
VARIABLE LABELS Fetma 'Fetma (BMI>=30)'.  
EXECUTE.
```

```
* -----
```

```

* Fråga: Tobak
* Ja (1) om dagligsnusare och/eller dagligrökare.
DO IF ( ~(MISSING(LV053) & MISSING(LV055)) ).
    COMPUTE Tobak = 0.
    DO IF ( LV053=3 | LV055 =3).
        COMPUTE Tobak = 1.
    END IF.
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: HaschMarijuana
* Slå ihop LV017_1-4 till en fråga. Ja (1) om någon av LV017_2 till 4 = 1.

DO IF ( ~(MISSING(LV017_1) & MISSING(LV017_2) & MISSING(LV017_3) & MISSING(LV017_4)) ).
    COMPUTE HaschMarijuana = 0.
    DO IF ( LV017_2=1 | LV017_3=1 | LV017_4=1 ).
        COMPUTE HaschMarijuana = 1.
    END IF.
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: HA022
* Sätt till Nej (1) om både HA022a och HA022b är Nej.
DO IF (HA022a = 1 & HA022b = 1).
RECODE HA022(MISSING=1).
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: HA022
* Sätt till Ja (2) om antingen HA022a eller HA022b är Ja.
DO IF (HA022a = 2 | HA022b = 2).
RECODE HA022(MISSING=2).
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: HA906-908
* Koda om NA till Nej (omkodat) (0) om någon av frågorna besvarats.
DO IF ( ~(MISSING(HA906) & MISSING(HA907) & MISSING(HA908)) ).
RECODE HA906(MISSING=0).
RECODE HA907(MISSING=0).
RECODE HA908(MISSING=0).
END IF.
EXECUTE.

* -----
* Fråga: LV019-020

```



\* Ta bort svar för de som svarat Aldrig på LV018.

DO IF (LV018 = 5).

RECODE LV019(ELSE=SYSMIS).

RECODE LV020(ELSE=SYSMIS).

END IF.

EXECUTE.

\*\*\*\*\*

Skapar variabler och index för beräkning av

WH05 (Gott och Mycket gott psykiskt välbefinnande, två varianter)

AUDIT och Alksum (Riskkonsument av alkohol enligt AUDIT-C, två varianter)

Aktivm (Minst 150 aktivitetsminuter per vecka och Minst 300 aktivitetsminuter per vecka)

Anpassat till Liv & hälsa 2017/ Carina Persson SPSS 22 2017-07-04

\*\*\*\*\*.

\*\*\*\*\*

WHO-5 med Folkhälsomyndighetens cut-of gränser

WH05\_plus är en variant som inte Folkhälsomyndigheten använder sig av då den endast gör beräkningar på dem som svarat på alla frågor. Denna är den vi främst bör använda

WH05\_sum är den variant som Folkhälsomyndigheten använder sig av då den som svarat på minst en fråga är med i beräkningarna!

OBS! Alla värden 0-5 måste "vändas" och multipliceras med 4 (min 0 till max 100)

Om WH05-indexet är högre än 50 så är det psykiska välbefinnandet gott

Om WH05-indexet är högre än 75 så är det psykiska välbefinnandet mycket gott

\*\*\*\*\*.

RECODE

HA117 HA118 HA119 HA120 HA121

(1=20) (2=16) (3=12) (4=8) (5=4) (6=0) (ELSE=SYSMIS) INTO

WH01\_score WH02\_score WH03\_score WH04\_score WH05\_score.

VARIABLE LABELS

WH01\_score 'Jag har känt mig glad och på gott humör'

/WH02\_score 'Jag har känt mig lugn och avslappnad'

/WH03\_score 'Jag har känt mig aktiv och kraftfull'

/WH04\_score 'Jag har känt mig pigg och utvilad när jag vaknat'

/WH05\_score 'Mitt vardagliv har varit fyllt av sådant som intresserar mig'.

Variable level WH01\_score WH02\_score WH03\_score WH04\_score WH05\_score (NOMINAL).

FORMATS WH01\_score WH02\_score WH03\_score WH04\_score WH05\_score (F2.0).

VALUE LABELS

WH01\_score WH02\_score WH03\_score WH04\_score WH05\_score

0 'Aldrig'

4 'Ibland'

8 'Mindre än halva tiden'

12 'Mer än halva tiden'

16 'Mestadels'

20 'Hela tiden'.

EXECUTE.

\*\*\*\*\*

WH05\_plus

\*\*\*\*\*.

COMPUTE WH05\_plus=WH01\_score + WH02\_score + WH03\_score + WH04\_score + WH05\_score.

VARIABLE LABELS,WH05\_plus 'Psykiskt välbefinnande - Summaindex WH05 (0-100) beräknat på dem som svarat på alla 5 frågorna'.

VARIABLE LEVEL WH05\_plus (ORDINAL).

FORMATS WH05\_plus (F3.0).

```

EXECUTE.
RECODE WH05_plus (Lowest thru 75=0) (76 thru Highest=1) INTO WH05_plus_mycket_gott.
VARIABLE LABELS WH05_plus_mycket_gott 'Psykiskt välbefinnande - Summaindex WH05 (0-100) beräknat på dem som svarat på alla 5 frågorna'.
VARIABLE LEVEL WH05_plus_mycket_gott (NOMINAL).
FORMATS WH05_plus_mycket_gott (F1.0).
VALUE LABELS WH05_plus_mycket_gott
0 'Ej mycket gott psykiskt välbefinnande'
1 'Mycket gott psykiskt välbefinnande (WH05 >75)'.
EXECUTE.
RECODE WH05_plus (Lowest thru 50=0) (51 thru Highest=1) INTO WH05_plus_gott.
VARIABLE LABELS WH05_plus_gott 'Psykiskt välbefinnande - Summaindex WH05 (0-100) beräknat på dem som svarat på alla 5 frågorna'.
VARIABLE LEVEL WH05_plus_gott (NOMINAL).
FORMATS WH05_plus_gott (F1.0).
VALUE LABELS WH05_plus_gott
0 'Ej gott psykiskt välbefinnande'
1 'Gott psykiskt välbefinnande (WH05 >50)'.
EXECUTE.
*****
WH05_sum är den variant som Folkhälsomyndigheten använder sig av då den som svarat på minst en fråga är med i beräkningarna
*****.
COMPUTE WH05_sum=Sum(WH01_score, WH02_score, WH03_score, WH04_score, WH05_score).
VARIABLE LABELS WH05_sum 'Psykiskt välbefinnande - Summaindex WH05 (0-100) beräknat på dem som svarat på minst 1 av 5 frågor'.
VARIABLE LEVEL WH05_sum (ORDINAL).
FORMATS WH05_sum (F3.0).
EXECUTE.
RECODE WH05_sum (Lowest thru 75=0) (76 thru Highest=1) INTO WH05_sum_mycket_gott.
VARIABLE LABELS WH05_sum_mycket_gott 'Psykiskt välbefinnande - Summaindex WH05 (0-100) beräknat på dem som svarat på minst 1 av 5 frågor'.
VARIABLE LEVEL WH05_sum_mycket_gott (NOMINAL).
FORMATS WH05_sum_mycket_gott (F1.0).
VALUE LABELS WH05_sum_mycket_gott
0 'Ej mycket gott psykiskt välbefinnande'
1 'Mycket gott psykiskt välbefinnande (WH05 >75)'.
EXECUTE.
RECODE WH05_sum (Lowest thru 50=0) (51 thru Highest=1) INTO WH05_sum_gott.
VARIABLE LABELS WH05_sum_gott 'Psykiskt välbefinnande - Summaindex WH05 (0-100) beräknat på dem som svarat på minst 1 av 5 frågor'.
VARIABLE LEVEL WH05_sum_gott (NOMINAL).
FORMATS WH05_sum_gott (F1.0).
VALUE LABELS WH05_sum_gott
0 'Ej gott psykiskt välbefinnande'
1 'Gott psykiskt välbefinnande (WH05 >50)'.
EXECUTE.
*****
Skapar riskkonsument av alkohol enligt indelning från 2014 (AUDIT och Alksum)
*****.
COMPUTE Alk1=LV018.
RECODE Alk1 (1=40) (2=30) (3=2) (4=1) (5=0) (ELSE=SYSMIS).
EXECUTE.
RECODE Alk1 (40=4) (30=3).
EXECUTE.

```

```

COMPUTE Alk2=LV019.
RECODE Alk2 (1=0) (2=1) (3=2) (4=3) (5=4) (6=SYSMIS) (ELSE=SYSMIS).
EXECUTE.
COMPUTE Alk3=LV020.
RECODE Alk3 (1=40) (2=30) (3=2) (4=1) (5=0) (ELSE=SYSMIS).
EXECUTE.
RECODE Alk3 (40=4) (30=3).
EXECUTE.
COMPUTE AUDIT_plus=Alk1+Alk2+Alk3.
DO IF (Alk1=0).
RECODE AUDIT_plus (SYSMIS=0).
END IF.
EXECUTE.
VARIABLE LEVEL AUDIT_plus (ORDINAL).
VARIABLE LABELS AUDIT_plus 'Summaindex 3 frågor om alkoholvanor, (AUDIT Index 0-12 för dem som svarat på alla tre frågor eller svarat att de aldrig druckit senaste 12 mån.)'.
COMPUTE AUDIT_sum=Sum(Alk1,Alk2,Alk3).
VARIABLE LEVEL AUDIT_sum (ORDINAL).
VARIABLE LABELS AUDIT_sum 'Summaindex 3 frågor om alkoholvanor (AUDIT Index 0-12 för dem som svarat på minst en av tre frågor.)'.
*****
Riskkonsument av alkohol enligt nya gränsvärden från 2014
Kvinnor är riskkonsumenter om de har värden >4 (5-12)
Män är riskkonsumenter om de har värden >5 (6-12)
Variabelnamn för Kon=Kon Män=1 och Kvinnor=2
*****
COMPUTE AUDIT=AUDIT_plus.
VARIABLE LEVEL AUDIT (NOMINAL).
VARIABLE LABELS AUDIT 'Riskkonsument av alkohol (Enligt AUDIT-C index 0-12, Riskkonsument kvinnor 5-12, män 6-12) för dem som svarat på alla tre frågor eller ej druckit alkohol senaste 12 månaderna.'.
VALUE LABELS AUDIT
  0 'Ej riskkonsument av alkohol'
  1 'Riskkonsument av alkohol'.
EXECUTE .
DO IF (Kon=1).
RECODE AUDIT (Lowest thru 5=0) (6 thru Highest=1).
END IF.
EXECUTE.
DO IF (Kon=2).
RECODE AUDIT (Lowest thru 4=0) (5 thru Highest=1).
END IF.
EXECUTE.
DO IF (MISSING(Kon)).
RECODE AUDIT (ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.
FORMATS AUDIT (F1.0).
EXECUTE .
COMPUTE Alksum=AUDIT_sum.
VARIABLE LEVEL Alksum (NOMINAL).
VARIABLE LABELS Alksum 'Riskkonsument av alkohol (Enligt AUDIT-C index 0-12, Riskkonsument kvinnor 5-12, män 6-12) Folkhälsomyndighetens beräkningssätt (svar på minst en fråga)'.
VALUE LABELS Alksum
  0 'Ej riskkonsument av alkohol'
  1 'Riskkonsument av alkohol'.

```

```

EXECUTE .
DO IF (Kon=1).
RECODE Alksum (Lowest thru 5=0) (6 thru Highest=1).
END IF.
EXECUTE.
DO IF (Kon=2).
RECODE Alksum (Lowest thru 4=0) (5 thru Highest=1).
END IF.
EXECUTE.
DO IF (MISSING(Kon)).
RECODE Alksum (ELSE=SYSMIS).
END IF.
EXECUTE.
FORMATS Alksum (F1.0).
EXECUTE .

*****
Skapar index för antal sktivitetsminuter enligt Folkhälsomyndighetens beräkningsmodell
*****
COMPUTE Fysakt=LV048.
VARIABLE LEVEL Fysakt (NOMINAL).
RECODE Fysakt (1=0) (2=15) (3=45) (4=75) (5=105) (6=120) (ELSE=SYSMIS).
EXECUTE.
COMPUTE Vardm=LV049.
VARIABLE LEVEL Vardm (NOMINAL).
RECODE Vardm (1=0) (2=15) (3=45) (4=75) (5=120) (6=225) (7=300) (ELSE=SYSMIS).
EXECUTE.
COMPUTE Aktivm=SUM(Fysakt*2, Vardm*1).
VARIABLE LABELS Aktivm 'Aktivitetsminuter per vecka (fysisk aktivitet*2 och vardagsmotion*1)'.
EXECUTE.
COMPUTE Aktivm150=Aktivm.
VARIABLE LEVEL Aktivm150 (NOMINAL).
VARIABLE LABELS Aktivm150 'Aktivitetsminuter minst 150 minuter per vecka (fysisk aktivitet*2 och vardagsmotion*1)'.
VALUE LABELS Aktivm150
  0 'Mindre än 150 minuter'
  1 'Minst 150 aktivitetsminuter per vecka'.
EXECUTE .
RECODE Aktivm150 (Lowest thru 149=0) (150 thru Highest=1).
FORMATS Aktivm150 (F1.0).
EXECUTE.
COMPUTE Aktivm300=Aktivm.
VARIABLE LEVEL Aktivm300 (NOMINAL).
VARIABLE LABELS Aktivm300 'Aktivitetsminuter minst 300 minuter per vecka (fysisk aktivitet*2 och vardagsmotion*1)'.
VALUE LABELS Aktivm300
  0 'Mindre än 300 minuter'
  1 'Minst 300 aktivitetsminuter per vecka'.
EXECUTE .
RECODE Aktivm300 (Lowest thru 299=0) (300 thru Highest=1).
FORMATS Aktivm300 (F1.0).
EXECUTE.

```



ENKÄTFABRIKEN

[www.enkatfabriken.se](http://www.enkatfabriken.se)